

Stručni rad

# **UTJECAJ KREATIVNOG PISANJA NA PREVENCIJU EMOCIONALNIH TEŠKOĆA KOD MLADIH**

IVANA JAREBIĆ, mag.edu.philol.croat.  
Osnovna škola Petra Berislavića Trogir

**Sažetak**

Cilj je rada dokazati hipotezu kako kreativno pisanje pomaže u prevenciji emocionalnih teškoćakod učenika srednjoškolske populacije. Nakon iznošenja teorijskih postavki o jezičnoj djelatnosti pisanja u srednjoškolskoj nastavi *Hrvatskoga jezika*, prikazani su rezultati istraživanja provedenog anketnim upitnikom na uzorku od 60 učenika drugog razreda trogirske Srednje škole Ivana Lucića (smjer *opće gimnazije*), a svrha je istraživanja utvrditi koliko učenici smatraju važnim kreativno pisanje u nastavi *Hrvatskoga jezika*, smatraju li napisane tekstove odrazom svojih emocionalnih stanja i može li im pisanje kao tehnika pomoći u nošenju s emocionalnim teškoćama. Rezultati istraživanja pokazali su kako su učenicima kreativnost i kreativno pisanje važni u srednjoškolskom obrazovanju, te kako im samostalno osmišljavanje tekstova pruža veću slobodu. Dokazana je hipoteza kako kreativno pisanje kao metoda može pomoći u prevenciji emocionalnih teškoća kod mladih te ju učitelji trebaju što više poticati u nastavi. Ovaj rad, osim što daje pregled jezične djelatnosti pisanja u srednjoškolskoj nastavi *Hrvatskoga jezika*, povezuje pedagogiju i psihologiju kao dvije znanosti od iznimne važnostiza rješavanje emocionalnih teškoća kod srednjoškolske populacije, donosi neke suvremene i kreativne spoznaje i metode kojima se poboljšava nastava *Hrvatskoga jezika*, ali i svih ostalih predmeta.

**Ključne riječi:** pisanje, mladi, kreativnost, emocionalne teškoće, biblioterapija

## 1. UVOD

Sintagma *kreativno pisanje* i stanje *emocionalnih teškoća kod mladih* povezane su. U ovom radu istražuje se isključivo terapijski potencijal kreativnog (spisateljskog) izražavanja kod mlađe srednjoškolske populacije i preveniranje određenih emocionalnih stanja. U tu svrhuprovedeno je istraživanje na srednjoškolskoj populaciji u Trogiru, u tamošnjoj Srednjoj školi Ivana Lucića, a odabrali smo gimnazijalce drugog razreda. Proveli smo *namjerno neprobabilističko uzorkovanje* na šezdeset učenika (učenici i učenice; dalje ćemo rabiti isključivo muški rod, osim ako nije drugačije navedeno). Prije samih rezultata (instrument i rezultati), prikazana je metodologija i cilj ovog istraživanja. *Stvaralačko pisanje* započinje već kod učenika drugog razreda osnovne škole, a obuhvaća (od drugog do šestog razreda) izvješćivanje, dopisivanje, pisanje kraćih obavijesti, vijesti i izvješća, potom pisanje molbi i poslovno dopisivanje, pisanje čestitki, razglednica, pisama, pozivnica, ali i SMS poruka i elektroničke pošte [21.]. U kasnijim razredima osnovne škole, učenik bi trebao umjeti *opisivati* stvari oko sebe i *u* sebi: učenik će tako – bio pod režimom nastavnog sata ili posve slobodan u svojem domu – moći, željeti ili htjeti opisivati različite predmete iz svoje okoline, ili svoja osobna zapažanja o vanjskome svijetu. Naravno, može zapisivati i svoja unutarnja osjećanja o bićima, stvarima, pojavama. Prije srednje škole, učenici se okreću nešto složenijim spisateljskim vrstama prilagođenim njihovoj dobi i znanju, u prvom redu raspravljanju (problemski članak, osvrt, prikaz, kritika, komentar, ali i dnevnik, putopis i intervju). U srednjoj školi profesori *Hrvatskoga jezika* primjenjuju u jezičnoj djelatnosti pisanja složenije spisateljske vrste. U prvom redu to je esej. Osim toga, radi se na interpretaciji književnog i neknjiževnog teksta, recenziji, raspravi, te izradbi *PowerPoint* prezentacije. Pozornost se obraća kako na stilsku ujednačenost napisanog, tako i na pravopisnu i gramatičku ispravnost teksta. Valja naglasiti kako pisanje nije tako jednostavan proces kakvim se čini. Ono je posebna vještina koja proizlazi iz same naravi mišljenja. Naime, ako ne mislimo, ne možemo ni izgovarati riječi, ni pisati slova. Pisanje je, prema teoretičarima McLaneu i McNameeu, „upravljanje većim brojem vještina“ koje su različitog opsega i zahtjevnosti [20.]. Pisanje je, također, složenija aktivnost od čitanja ili govorenja. U prvoj se fazi razvija grafomotorička komponenta (proces niže razine, osnovna škola), a tek se potom javlja i motivacija za pisanjem kao stvaranim / stvorenim tekstom (proces više razine). No mentalne aktivnosti za napisati suvisao tekst nisu tek izabrane riječi za pojmove koje želimo opisati, ili gramatika kojom se služimo, ili pak pravilna interpunkcija i ortografija; kvalitetan tekst, kako nas podučava Nikčević-Milković [11.], rezultat je više verzija istog teksta koji je pak rezultat sustavnog i temeljitog ispravljanja, redigiranja i revizije („dubinska modifikacija“). Ipak, takva (možemo ju nazvati: gotovo profesionalna) vrsta pisanja namijenjena je isključivo autorima koji svoj tekst stvaraju za određenu publiku. Predmet je interesa ovog rada srednjoškolsko pisanje koje ima ulogu „razgovora sa samim sobom“ [11.], a koje je, ili bi trebalo biti, učinak jednog kvalitetnog socijalno-konstruktivističkog pristupa učenju. Kao što postoje učenici koji su talentiraniji za, primjerice, geografiju ili matematiku, tako postoje i oni koji se lakše pisano izražavaju. Jasno, kurikulum bi za sve učenike trebao biti isti (ovo se ne odnosi na posebne kurikulume za učenike s teškoćama ili za nadarene učenike), no ipak bi općenita zadaća poučavanja pisanja trebala uključivati različite strategije poučavanja kojima bi se svakom učeniku pristupilo individualno, koliko je to moguće. Kada je to moguće, učenicima treba pružiti mogućnost da samostalno odaberu temu (njima zanimljive teme: društvo, sport, video igrice, film; ljubav) te odluče o tome žele li napisano podijeliti s vršnjacima. No postoje tekstovi učenika koji nisu isključivo „fakultativni“; to su eseji koji se na satu obvezno redovito pišu, ali i javno čitaju (prema slobodnom izboru ili prozivci nastavnika).

Teme eseja mogu biti prema književnome predlošku, a mogu obrađivati i neku društvenu ili psihosocijalnu temu (*tema po slobodnom izboru*). Eseji trebaju biti pismeni, kreativni, stilističkiraskošni i s digresijama [20.]. Svaki način pismenog izražavanja u nastavi ima svoju didaktičku i metodičku osnovu, no tema ovog rada nas upućuje na *ispovjednu* relaciju ovog odnosa (učenik-pisanje). Stvaralačko pismeno izražavanje trebalo bi se što više poticati u nastavi *Hrvatskoga jezika* kako bi se, mimo „službenog dijela“, zadovoljila i psihološko-emocionalna komponenta za kojom učenici vaze u svojem odrastanju i sazrijevanju. Mlada terapijska znanost koja se bavi utjecajem kreativnog pisanja na prevenciju emocionalnih teškoća kod mladih (i odraslih) nazivase *biblioterapija*. Riječ je o metodi liječenja knjigom, ali i pisanjem, mentalnih, socijalnih, društvenih, emotivnih i drugih problema. U biblioterapiji, više je pažnje posvećeno metodi čitanja, nego metodi kreativnog pisanja. Postoje tri tipa biblioterapije, ako uzimamo u obzir klasifikaciju koja se odnosi na sudionike, ciljeve, programe i voditelje, a to su *institucionalna biblioterapija*, *klinička biblioterapija* i *razvojna biblioterapija*. Druga podjela može uključiti *razvojnu interaktivnu biblioterapiju*, *kliničku interaktivnu biblioterapiju* i *kreativno pisanje* [1.]. Fokus je ovog rada na posljednjem. To je specifična aktivnost „u kojoj je pogled na vlastiti kreativni rad usmjeren u pravcu samospoznaje. Različiti žanrovi (poezija, proza, drama) vode sudionika u otkrivanje različitih potreba“ [1.]. Neki znanstvenici navode dvije specifične tehnike poetske terapije kao fundamentalne u ovakvom obliku terapijskog pisanja: *ekspresivno pisanje* i *dnevničko pisanje* [17.]. Prva tehnika temelji se na ideji emotivnog oslobađanja kreativne energije, a druga je studiozniji čin zapisivanja misli i osjećaja koja za posljedicu ima dublje razumijevanje sebe i događaja u svojoj prošlosti. Poetska terapija u radu s adolescentima jedna je od najvažnijih, ali i najosjetljivijih, terapijskih postupaka. Prijelaz iz razigranog dječastva i djevojaštva u zreliju mladost (pubertet), pojačana kreativnost, buntovništvo, zbuđenost, prve ljubavi i, naravno, još veća razočarenja: sve to može biti poticaj nastavniku – „terapeutu“ da, razgovorom o poeziji i prozi, vođenjem spisateljskih radionica, prodre u osjećaje tih mladih ljudi. Krajnji je cilj da se učenici otvore za samostalno pisanje poezije, proze, eseja.

## 2. METODOLOGIJA I ISTRAŽIVANJA

U ovome radu, cilj istraživanja bio je ispitati, uz pomoć kratkog anketnog upitnika, smatraju li učenici važnim kreativno pisanje u nastavi *Hrvatskoga jezika*; potom utvrditi jesu li tekstovi onih učenika koji su skloni pisanju zapravo odraz njihovih emocionalnih stanja ili nisu. Upitnikom se željelo dobiti uvid može li kreativno pisanje pomoći učenicima u rješavanju njihovih emocionalnih teškoća, utvrditi stvaraju li učenici samostalne tekstove i kakvog su tipa ti tekstovi. Na kraju, intencija rada je dokazati hipotezu kako terapijsko pisanje treba poticati u nastavi *Hrvatskoga jezika* jer ono blagotvorno djeluje na većinu učenika. pa je Jedan je od ciljeva bio i dokazati hipotezu kako kreativno pisanje pomaže ne samo u rješavanju emocionalnih problema, već pridonosi jačanju empatije i jezično-komunikacijskih kompetencija kod učenika. Metoda je istraživanja kombinirani postupak *statističkog istraživanja* i *nepotpune generalizirajuće indukcije* kojom se, na uzorku od 60 učenika drugog razreda gimnazijskog smjera jedne srednje škole, nastoji dokazati teza o kreativnom pisanju kao potrebnoj terapijskoj metodi, kojom se preveniraju određene emocionalne teškoće, te potiče učenike na otvoreniji pristup govorenju o osobnim problemima i teškoćama s kojima se susreću u odrastanju.

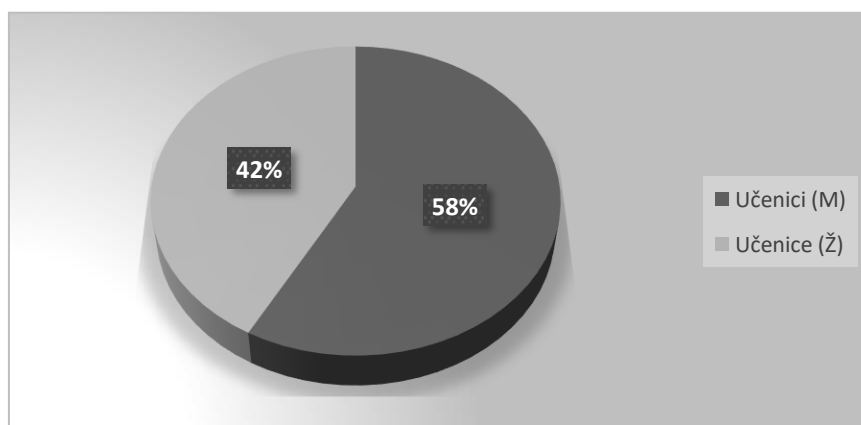
## 2.1. INSTRUMENT I REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Za potrebe ovog istraživanja, proveli smo anketni upitnik (*namjerno neprobabilističko uzorkovanje*) na uzorku od 60 učenika II. razreda Srednje škole Ivana Lucića (smjer *opće gimnazije*) u Trogiru. Za potrebe ovog istraživanja profesorica *Hrvatskoga jezika* osmislila je anketni upitnik koji je sadržavao sljedeća pitanja:

1. **Koliko smatraš važnim kreativno pisanje u nastavi, ali i izvan nje?**
2. **Koji ti oblici kreativnoga pisanja omogućuju veću slobodu: pisanje po uzoru na određeni predložak ili samostalno osmišljavanje tekstova?**
3. **Smatraš li tekstove koje sam/a stvaraš odrazom svojih emocionalnih stanja?**
4. **Smatraš li vlastite kreativne tekstove jednim od načina iskazivanja svojih emocionalnih problema?**
5. **Što bi učinio/la kada bi pročitao/la tekst svojega kolege ili prijatelja iz kojeg je vidljivo da ga muče određeni emocionalni problemi?**
6. **Stvaraš li kreativne tekstove u slobodno vrijeme i dopuštaš li drugima da ih čitaju?**
7. **Je li ti se lakše izražavati kreativnim pisanjem kada imaš određeni problem ili se radije usmeno obratiš onima koji ti mogu pomoći?**

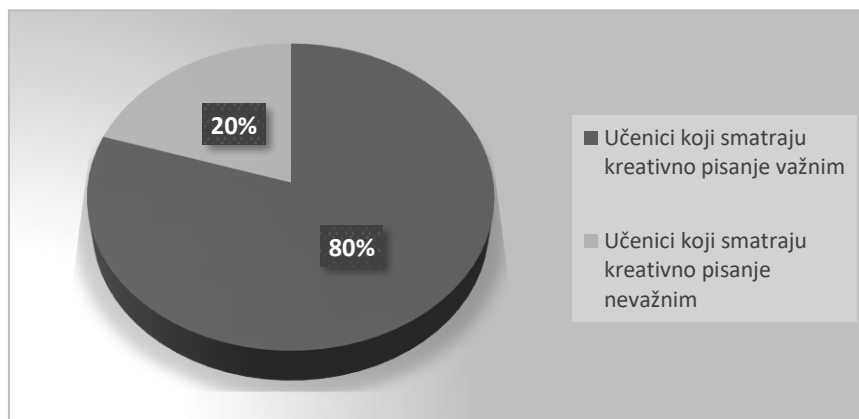
Od anketiranih 60 učenika drugog razreda opće gimnazije u Trogiru (N = 60), njih 25 je muškogroda, a 35 ženskog roda.

Tablica 1. Anketirani učenici prema spolu



Na prvo postavljeno pitanje („Koliko smatraš važnim kreativno pisanje u nastavi, ali i izvan nje?“), od anketiranih učenika (60), njih 48 (80%) smatra kreativno pisanje u nastavi važnim, a svega 12 (20%) ga smatra suvišnim.

Tablica 2. Omjer učenika koji kreativno pisanje u nastavi smatraju važnim ili nevažnim



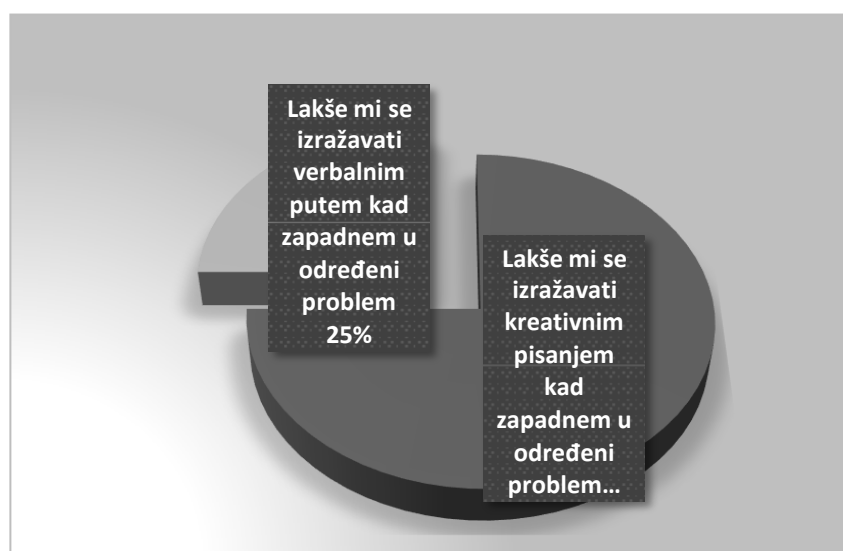
Od učenika koji su odgovorili da im je kreativno pisanje u obrazovnom procesu, ali i izvan obrazovnog procesa, važno (48 učenika), njih 18 je muškog roda, a 30 ženskog roda. S druge strane, od učenika koji su odgovorili da im kreativno pisanje u obrazovnom procesu, ali i izvan obrazovnog procesa, uopće nije važno (12 učenika), 7 je muškog roda, a 5 ženskog roda. Na drugo postavljeno pitanje („Koji ti oblici kreativnoga pisanja omogućuju veću slobodu: pisanje po uzoru na određeni predložak ili samostalno osmišljavanje tekstova?“), svi su ispitanici zaokružili da u nastavi *Hrvatskoga jezika* vole samostalno osmišljavati tekstove (100%). Na treće pitanje („Smatraš li tekstove koje sam/a stvaraš odrazom svojih emocionalnih stanja?“), 39 od 60 učenika je zaokružilo da su tekstovi odraz njihovih emocionalnih stanja. Odnjih 39, 10 je dječaka, a 29 djevojčica.

Tablica 3. Omjer učenika koji tekstove koje pišu smatraju ili ne smatraju odrazom svojih emocija



Na četvrto pitanje („Smatraš li vlastite kreativne tekstove jednim od načina iskazivanja svojih emocionalnih problema?“), njih 24 (40%) odgovorilo je da samostalno stvara tekstove i da im tekstovi služe za iskazivanje emocionalnih problema. Zanimljivo je da su to sve djevojčice. Navele su također, u neobaveznoj rubrici ispod pitanja, da pišu priče, pjesme ili dnevničke zapise. Peto pitanje („Što bi učinio/la kada bi pročitao/la tekst svojega kolege ili prijatelja iz kojeg je vidljivo da ga muče određeni emocionalni problemi?“) iznjedrilo je stopostotni odgovor kako bi svi ispitanici (svih 60) pomogli prijatelju kada bi pročitali neki tekst iz kojeg je vidljivo da ga muči određeni problem. Šesto pitanje („Stvaraš li kreativne tekstove u slobodno vrijeme i dopuštaš li drugima da ih čitaju?“) se veže na četvrto: Od učenica koje su odgovorile da pišu vlastite tekstove (24 učenice), njih deset bi dopustilo drugima čitanje svojih tekstova (dnevničkih zapisa, pjesama, eseja, priča). To je svega 16,6 posto od cjelokupnog uzorka. Naposljetku, na sedmo postavljeno pitanje učenicima drugog razreda gimnazijskog smjera trogirске Srednje škole Ivana Lucića („Je li ti se lakše izražavati kreativnim pisanjem kada imaš određeni problem ili se radije usmeno obratiš onima koji ti mogu pomoći?“), njih 45 (ili 75%) navelo je da im je lakše napisati kada imaju neki problem, dok je njih 15 (ili 25%) navelo da ipak više vole usmeno iskazati problem.

Tablica 4. Omjer učenika kojima se jednostavnije izražavati pismenim ili verbalnim putem u situacijakad zapadnu u određeni emocionalni problem



Svi ispitanici koji vole više usmeno izražavati svoje probleme su muškog spola; s druge strane, od njih 45 koji vole više pisano izražavanje svojih problema, svega je 10 muškog spola, a ostalo (njih 35) su djevojčice.

### 3. RASPRAVA

Hipoteza da učenici kreativno pisanje u nastavi smatraju važnim oblikom (samo)prevencije emocionalnih teškoća, nakon anketnog ispitivanja, dokazana je. Većina učenika (80%) smatra kreativno pisanje u nastavi i izvan nastave važnim oblikom stvaralaštva. Indikativno je da svi ispitanici smatraju slobodan izbor pisanja prihvatljivijim od pisanja prema književnome predlošku. Gotovo isti postotak ispitanica (29 učenika ili 65%) smatra tekstove koje same stvaraju odrazom svojih emocionalnih stanja. Tom broju treba pribrojati i 10 učenika koji također smatraju sadržaj svojih tekstova odrazom emocija. Tako dolazimo do ukupnog broja od 39 učenika, dok 21 učenik ne smatra tekstove koje sami stvaraju odrazom svojih duševnih stanja. U daljnjem ispitivanju, 40% ispitanika (sve djevojčice) priznalo je da – pišući pjesme, eseje, priče – iskazuju svoju tugu, razočaranje, bijes, frustraciju. Znakovito je da niti jedan muški ispitanik nije potvrdno odgovorio na ovo pitanje. Najvjerojatnije je razlog tome osjećaj stida i *kultura jačega* [19.], nego uistinu emocionalna čvrstoća i stabilnost. Svi su ispitanici odgovorili potvrdno na pitanje bi li pomogli vršnjaku kad bi pročitali u njegovom tekstu da ga muče određeni emocionalni problemi. To je pohvalan dokaz međusobnog pomaganja, razumijevanja i uvažavanja tuđih emocija u jednoj srednjoškolskoj generaciji. Svega 10 učenika (samo djevojčice) pristalo bi svoje tekstove izložiti javnosti, odnosno javnom čitanju ili objavljivanju na nekom od medija. Ovako malen broj učenika u raskoraku je sa sedmim pitanjem prema kojem je čak 45 učenika navelo da im je lakše svoje probleme napisati, nego izreći. Dakle, potrebno je samo ohrabrivati učenike, osmisliti spisateljske i čitateljske klubove, te priređivati redovito radionice kreativnog pisanja (ali i čitanja), kako bi se učenici, s jedne strane, naučili razumjeti svoje emocije, a s vremenom prestati se bojati javnog nastupa. Učenici zahtijevaju slobodu izražavanja, ali i inovativniji pristup lektiri [4.]. Samostalne tekstove više stvaraju djevojčice, nego dječaci, prema provedenom istraživanju. Forme koje rabe su dnevници, pisma, pjesme i kraće priče. Medij na kojem se izražavaju može biti i elektronički. Kreativnim se pisanjem, kaojednom od metoda, može prevenirati emocionalni stres, anksioznost, poremećaji prehrane, traume prouzročene vršnjačkim nasiljem... Pisanje je učinkovit terapijski postupak kojim nastavnici trebaju što više poticati u nastavi.



#### 4. ZAKLJUČAK

Kreativno pisanje, osim što može emocionalno rasterećivati, može imati i značajne društvene i kognitivne reperkusije (druženje, socijalizacija, bolje pamćenje i koncentracija). Tom se metodom mogu prevenirati različiti problemi, poput obiteljskih nesuglasica, vršnjačkog nasilja, problemi s (lošim) društvom, problem samopoštovanja, poremećaj prehrane, anksioznost i depresija, problemi na emotivnom planu. Navedeno, a i rezultati istraživanja, ukazuju na to da bi kreativno biblioterapijsko pisanje (i čitanje) trebalo postati nezaobilazna stavka u budućim kurikulumima *Hrvatskoga jezika* i srodnih predmeta. Radi se o interdisciplinarnom području koje uključuje spoznaje iz psihologije, biologije, pedagogije...U međuvremenu, nastavnici koji bi željeli raditi s djecom na kreativnom pisanju, ostavljeni su u međuprostoru u kojem posve samostalno osmišljavaju nastavnu jedinicu, ili ovakvu vrstu radionice pripremaju mimo nastavnog plana, uz pomoć knjiga imrežnih stranica koje ih mogu uputiti i pripremiti za održavanje radionica kreativnog pisanja. Nažalost, u Republici Hrvatskoj premali je broj onih koji se aktivno bave i provode metodu terapijskog pisanja. Još je manji broj onih koji se na stručan i ozbiljan način bave terapijskim kreativnim pisanjem u srednjoškolskoj populaciji. Nadamo se da će rezultat ovog istraživanja potaknuti druge kolege na djelatnost terapijskog pisanja u svojim školama, kao i na daljnja –sveobuhvatnija ispitivanja utjecaja kreativnog pisanja na prevenciju emocionalnih problema kod srednjoškolske populacije. Ovaj rad neka bude skroman poticaj tome.

## 5. LITERATURA

- [1.] Bašić, I. (2021). Biblioterapija i poetska terapija: priručnik za početnike. Zagreb: Školska knjiga.
- [2.] Bolton, G. (2008). "Writing is a way of saying things I can't say" – therapeutic creative writing: a qualitative study of its value to people with cancer cared for in cancer and palliative healthcare. *Medical Humanities* 34 (1):40-46. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/jmh.2007.000255> (25.1.2022.)
- [3.] Bracanović, T. (2005). O nekim konceptualnim i eksplanatornim poteškoćama evolucijske etike. *Prolegomena*, 4 (1), 49-70. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/166> (25.1.2022.)
- [4.] Bušljeta, R. i Piskač, D. (2018). Literarna biblioterapija u nastavi književnosti: sveučilišni priručnik za nastavnike. Zagreb: Hrvatski studiji Sveučilišta u Zagrebu.
- [5.] Heidegger, M. (1996). *Kraj filozofije i zadaća mišljenja*. Zagreb: Naklada Naprijed.
- [6.] Jolly, M. (2011). What I Never Wanted to Tell You: Therapeutic Letter Writing in Cultural Context. *J Med Humanit* 32, 47–59 (2011). doi: <https://doi.org/10.1007/s10912-010-9127-z> (20.1.2022.)
- [7.] Kovačević, M. (2000). *Stvaralačko pisanje*. Rijeka: Filozofski fakultet u Rijeci.
- [8.] McChord Crothers, S. A Literary Clinic. *The Atlantic*. Dostupno na: <https://www.theatlantic.com/magazine/archive/1916/09/literary-clinic/609754/> (20.1.2022.)
- [9.] National Association for Poetry Therapy. Dostupno na: <https://poetrytherapy.org> (25.1.2022.)
- [10.] Neuman, W. L. (2006). *Qualitative and Quantitative Sampling*. U: *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches* (6th ed.). Upper Saddle River: Pearson.
- [11.] Nikčević-Milković, A. (2016). Psihologija pisanja – određenje područja, motivacija, samoregulacija, poučavanje, metode istraživanja, esejsko ispitivanje. *Napredak*, 157(1-2), 125-144. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/177227> (10.1.2022.)
- [12.] Novaković, G. i Medić, I. (2011). Lektira u srednjoškolskoj nastavi hrvatskoga jezika. *Hrvatski*, 9 (2), 71-91. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/157987> (18.1.2022.)

- [13.] Piskač, D. (2016). Biblioterapija i psihoanalitička kritika u kontekstu teorije sustava. *Kroatologija*, 7 (2), 60-81. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/200452> (15.1.2022.)
- [14.] Rudež, J. (2004). Biblioterapija. Magistarski rad. Zagreb: Filozofski fakultet, Sveučilište u Zagrebu.
- [15.] Siegel, D. J. (2017). Oluja u mozgu: snaga i svrha tinejdžerskog mozga. [vodič krozadolescentni mozak u nastajanju, pogled iznutra prema van, dob 12-24 godine]. Zagreb: Harfa.
- [16.] Skopljak, K., Stamenković, K. i Tomac, A. (2018). Emocionalni problemi i problemi ponašanja među adolescentima upućenih u službe za zaštitu mentalnog zdravlja djece i adolescenata u Hrvatskoj. *Hrana u zdravlju i bolesti, Specijalno izdanje* (10. Štamparovi dani), 5-6. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/218585> (24.1.2022.)
- [17.] Škrbina, D. (2013). ART terapija i kreativnost: [multidimenzionalni pristup u odgoju, obrazovanju, dijagnostici i terapiji]. Zagreb: Veble commerce.
- [18.] Težak, S. (1996). Teorija i praksa nastave hrvatskoga jezika 1. Zagreb: Školska knjiga.
- [19.] Tognacci, S. (2016). Psihologija srama: glavni psihologijski i kulturološki vidovi. *Crkva u svijetu*, 51 (3), 426-452. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/168110> (25.1.2022.)
- [20.] Visinko, K. (2010). Jezično izražavanje u nastavi hrvatskoga jezika: pisanje. Zagreb: Školska knjiga i Grafički zavod Hrvatske.

## 6. POPIS SLIKA

**Tablica 1.** Anketirani učenici prema spolu

**Tablica 2.** Omjer učenika koji kreativno pisanje u nastavi smatraju važnim ili nevažnim

**Tablica 3.** Omjer učenika koji tekstove koje pišu smatraju ili ne smatraju odrazom svojih emocija

**Tablica 4.** Omjer učenika kojima se jednostavnije izražavati pismenim ili verbalnim putem u situacijis kad zapadnu u određeni emocionalni problem