

# RAZVOJ SIGURNE PRIVRŽENOSTI U RANOM DJETINJSTVU I NJENA ULOGA U RAZVOJU EMOCIONALNE KOMPETENCIJE KOD STARIJIH ADOLESCENATA

---

Radić, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2020

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Split, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Split / Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:172:758536>

*Rights / Prava:* [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-02-04**

*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of humanities and social sciences](#)



**SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET**

**IVANA RADIĆ**

**RAZVOJ SIGURNE PRIVRŽENOSTI U RANOM  
DJETINJSTVU I NJENA ULOGA U RAZVOJU  
EMOCIONALNE KOMPETENCIJE KOD  
STARIJIH ADOLESCENATA**

**DIPLOMSKI RAD**

**SPLIT, 2020.**

**SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET**

**ODSJEK: PEDAGOGIJA**

**RAZVOJ SIGURNE PRIVRŽENOSTI U RANOM  
DJETINJSTVU I NJENA ULOGA U RAZVOJU  
EMOCIONALNE KOMPETENCIJE KOD  
STARIJIH ADOLESCENATA**

**DIPLOMSKI RAD**

**MENTOR:**

izv. prof. dr. sc. Ina Reić Ercegovac

**STUDENT:**

Ivana Radić

**SPLIT, 2020.**

## **SADRŽAJ**

<b>SAŽETAK.....</b>	<b>4</b>
<b>SUMMARY.....</b>	<b>5</b>
<b>1. UVOD.....</b>	<b>6</b>
<b>1.1. TEORIJA PRIVRŽENOSTI.....</b>	<b>7</b>
1.1.1. Bowlbyjeva teorija privrženosti.....	7
1.1.2. Doprinos Mary Answort.....	8
1.1.3. Faze razvoja privrženosti.....	10
1.1.4. Stilovi privrženosti.....	12
1.1.5. Unutarnji radni modeli privrženosti.....	14
<b>1.2. EMOCIJE.....</b>	<b>15</b>
1.2.1 Emocionalna kompetencija.....	16
1.2.2. Povezanost empatije i stilova privrženosti.....	18
1.2.3. Odnos stilova privrženosti i razvoja emocija u srednjem djetinjstvu i adolescenciji.....	20
<b>2. CILJ, HIPOTEZE I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA.....</b>	<b>23</b>
<b>3. METODA.....</b>	<b>24</b>
<b>4. REZULTATI.....</b>	<b>26</b>
<b>5. RASPRAVA.....</b>	<b>31</b>
<b>ZAKLJUČAK.....</b>	<b>34</b>
<b>Literatura.....</b>	<b>35</b>

## SAŽETAK

Cilj ovog istraživanja bio je utvrditi povezanost između razvoja sigurne privrženosti u ranom djetinjstvu i emocionalne kompetencije kod starijih adolescenata. U istraživanju su sudjelovala 122 ispitanika od čega 90 žena (74.38%), 31 muškarac (25.62%), a jedan sudionik nije naveo podatak o spolu. Prosječna dob ispitanika iznosila je 25.05 godina u rasponu od 18 do 41 godine. U istraživanju su primijenjeni slijedeći upitnici: Indeks osobne dobrobiti, Upitnik emocionalne kompetentnosti i Inventar iskustava u bliskim vezama. Rezultati su pokazali da od 122 ispitanika, njih 113 odnosno 91% spada u skupinu sigurno privrženih, dok N=11, odnosno 9% pripada skupini nesigurno privrženih, što je povezano i s višim rezultatima na skali osobne dobrobiti sudionika. U istraživanju je dokazana značajna povezanost između sigurne privrženosti i emocionalne kompetentnosti, pa je moguće zaključiti kako je sigurna privrženost važna za razvoj emocionalnih kompetencija tijekom djetinjstva i adolescencije.

**Ključne riječi :** privrženost, sigurna privrženost, emocije, emocionalna kompetencija, adolescencija

## **SUMMARY**

The aim of this study was to determine the correlation between the development of the secure attachment in early childhood and its role in the development of emotional competence in older adolescents. The study involved 122 participants, of which are 90 women (74.38%), and 31 men (25.62%), one participant did not give the information on gender. The average age of the participants was 25.05 years ranging from 18 to 41 years. The following questionnaires were used in the research: Personal Welfare Index, Emotional Competence Questionnaire and Inventory of Experiences in Close Relationships. The results showed that out of 122 participants, 113 and 91% of them belong to the group of securely attached, while N = 11, 9% belong to the group of insecurely attached, which automatically resulted in a higher score on the scale of personal well-being of participants. Research has shown that there is a significant association between the development of attachment and emotional competence, in other words individuals who developed a safe form of attachment in the early childhood, in adolescence will have a higher level of emotional competence.

**Key words:** attachment, secure attachment, emotions, emotional competence, adolescence

## 1. UVOD

U prvom dijelu rada predstavljen je teorijski okvir privrženosti. Poseban naglasak stavljen je na rad Johna Bowlbyja i Mary Ainsworth, te na njihov doprinos u nastanku i formulaciji teorije privrženosti. Nakon što su objašnjene faze razvoja privrženosti i obrasci privrženosti u ranoj dobi, predstavljeni su unutarnji radni modeli koji su od iznimne važnosti jer se na temelju njih oblikuju interpersonalna ponašanja, percepcija i kasnija razina emocionalne kompetentnosti u razdoblju adolescencije. Drugo poglavlje pod nazivom Emocije daje nam uvid u osnovne pojmove koncepta emocija. Govoreći o emocijama ne možemo izbjeći pojam emocionalne kompetencije koja je ujedno jedna od glavnih okosnica rada, ali i predmet nedosljednosti kada govorimo o terminima njenog definiranja. Nadalje, ukazano je na povezanost empatije i stilova privrženosti, te se pokazalo da su jasno izražavanje emocija, prepoznavanje tuđih emocija i odgovaranje na njih važne komponente komunikacije i regulacije odnosa u kasnijoj dobi. Za kraj prvog dijela rada opisan je odnos stilova privrženosti i razvoja emocija u srednjem djetinjstvu i adolescenciji kroz četiri domene: razumijevanje emocija, afektivno iskustvo, fiziološke pokazatelje emocija i proces regulacije emocija .

Drugi dio rada temelji se na provedenom istraživanju kojim se pokušalo utvrditi postoji li povezanost između razvoja sigurnog oblika privrženosti u ranom djetinjstvu i razvoja emocionalne kompetentnosti kod starijih adolescenata.

## **1.1. TEORIJA PRIVRŽENOST**

Stručnjaci iz područja razvojne i kliničke psihologije slažu se da razdoblje ranog djetinjstva i iskustvo koje pojedinac stječe u svom primarnom odnosu s roditeljem/skrbnikom tijekom prve/prvih godine života (bilo da se radi o majci, ocu ili nekom drugom skrbniku), ima ključnu ulogu u normalnom razvoju pojedinca, posebice emocionalne kompetencije. (Ajduković, Kregar Orešković i Laklija 2006). Jednom od najznačajnijih teorija iz razdoblja razvoja u ranom djetinjstvu smatra se upravo teorija privrženosti. Teoriju privrženosti razvio je Bowlby sredinom 20. stoljeća kada je ukazao na ulogu i značajnost stvaranja rane povezanosti u odnosu između majke i djeteta i taj odnos definirao kao afektivnu vezanost. (Stefanović-Stanojević, Stanojević i Anđelković 2010) Nadalje, Kardum, Gračanin i Hudek-Knežević (2006) privrženost smatraju svojevrsnim jedinstvenim, evolucijski zasnovanim mehanizmom čija je primarna funkcija osiguravanje zaštite i emocionalne sigurnosti. Teorija privrženosti ima polazište u činjenici da je za preživljavanje svakog ljudskog bića u najranijoj dobi neophodna briga odraslih. Kvaliteti te brige značajno pridonosi kvaliteta veze između djeteta i roditelja/primarnog skrbnika. Stvaranju tih ranih veza pogoduje i čitav sustav ponašanja djeteta koja su biološki, odnosno genetski zadana kako bi dijete od najranije dobi odražavalo blisku vezu s primarnim skrbnikom. To uključuje smijanje, plakanje, vizualni kontakt i slično. Ta dječja ponašanja imaju svrhu potaknuti u roditelju/skrbniku snažne osjećaje povezanosti i brige prema djetetu koje je popraćeno iskazivanjem određenih ponašanja kojima odrasli odgovara na signale djeteta (npr. dodirivanje, smijanje, držanje, ljuljanje) (Ajduković i sur., 2006).

### **1.1.1. Bowlbyjeva teorija privrženosti**

Bowlbyeva teorija nastala je na temelju njegovog rada s djecom koja su bila institucionalizirana zbog emocionalnih poteškoća te djece koja su odrastala bez roditeljske skrbi, najčešće zbog stradavanja tijekom drugog sv. rata. Posebnu važnost imao je njegov rada s dva neprilagođena dječaka koji su odvojeni od majke, te potom institucionalizirani. U svojim je radovima otkrio da djeca doživljavaju veliki stres prilikom odvajanja od majke, čak i kada su zbrinuta od strane drugih odraslih osoba. No, budući da su u to vrijeme dominirale dvije skupine teorija: psihoanalitička teorija i teorija socijalnog učenja, prevladavalo je gledište da veza između majke i djeteta proizlazi iz



toga što majka hrani dijete i da zadovoljstvo koje proizlazi hranjenjem postaje povezano s prisutnošću majke. Međutim, Molnar (2012) tvrdi da je Bowlby smatrao kako je čvrsta veza između majke i djeteta posebno uočljiva u stresnim situacijama, te je ona rezultat biološke želje za bliskošću nastale kroz proces prirodne selekcije. Pri tome se koristio nalazima prikupljenima u istraživanjima na životinjama koja su pokazala kako mladunčad nekih vrsta ne razvija privrženost prema majci zbog hrane koju dobivaju od nje već zbog topline koju majka iskazuje.

### **1.1.2. Doprinos Mary Answort**

Mary Ainsworth bila je kanadska razvojna psihologinja najpoznatija po istraživanjima odnosa male djece i njihovih skrbnika. Razvila je metode za procjenu kvalitete povezanosti skrbnika i djeteta, te zajedno s Johnom Bowlbyjem postavila temelje suvremene teorije privrženosti. Osjetljiv skrbnik koji dosljedno i prikladno odgovara na djetetove signale i potrebe razvija s djetetom odnos sigurne privrženosti. Kada su odgovori skrbnika nedosljedni, neosjetljivi ili neprikladni razvija se nesigurna privrženost (Gjurić 2018).

U terenskom istraživanju u Ugandi, Ainsworth je kroz devet mjeseci opažala obrasce interakcija 26 parova dojenčadi i njihovih majki u njihovom prirodnom okruženju. Proučavajući prikupljene podatke otkrila je da osjetljivost majke na djetetove signale utječe na privrženost: djeca osjetljivih majki manje su plakala i rado su istraživala okolinu u prisutnosti majke, dok su djeca manje osjetljivih majki često plakala, čak i u majčinom naručju i rijetko su istraživala. Na temelju podataka i uvida iz Ugande organizirala je i provela poznatu opsežnu Baltimorsku studiju čiji su rezultati sumirani u knjizi *Obrasci privrženosti* (Ainsworth, Blehar, Waters i Wall, 1978; prema Bretherton, 1992). Sa suradnicima je pratila 26 obitelji s područja Baltimorea od rođenja djeteta do navršene godine dana. Obitelji su posjećivane i opažane u njihovim domovima jednom mjesečno u periodu od 4 sata. Specifično je za Ainsworthinu metodologiju da je naglasak stavljala na opažanje smislenih obrazaca ponašanja u kontekstu, a ne samo na brojanje specifičnih ponašanja. Za promatrana ponašanja majke i djeteta, tvrdi Gjurić (2018), zabilježene su i informacije o okolnostima, događajima koji su ponašanju prethodili, raspoloženju majke i djeteta i dr. Iako je u ono vrijeme takav pristup smatran “neznanstvenim”, omogućio je cjelovitiji i sveobuhvatniji uvid u odnose majki i djece. Rezultati opažanja u Baltimorskoj

studiji bili su na tragu onima iz Ugande – majčina osjetljivost na bebine signale u prvim mjesecima života bila je povezana sa skladnijim odnosom majka-dijete u dobi od godinu dana. Primjerice, djeca, čije su majke u prvim mjesecima spremno reagirale na njihov plač, u dobi od godinu dana manje su plakala, a više se oslanjala geste, izraze lica i vokalizacije u komunikaciji s majkama. Nalaz upravo suprotan u ono doba popularnom uvjerenju da će majčino reagiranje na plač dovesti do “razmaženosti”. Osim empirijskim dokazima za Bowlbyjeve hipoteze, Ainsworth je teoriju privrženosti obogatila i novim teorijskim konceptima i idejama. Jedna od njih je da skrbnik djetetu predstavlja sigurnu bazu za istraživanje i igru – dijete može slobodno istraživati jer osjeća da ima skrbnika na raspolaganju ako mu zatreba (Gjurić, 2018).

Za proučavanje kako djeca koriste majke kao sigurnu bazu Ainsworth je sa svojom suradnicom Barbarom Wittig u Baltimorskoj studiji razvila laboratorijski postupak “ispitivanje u nepoznatoj situaciji“. Majka i dijete dovedu se u sobu s igračkama gdje im se pridružuje i nepoznata osoba. U seriji odlazaka majke i ponovnih susreta s njom promatraju se ponašanja i reakcije djeteta (Bretherton, 1992). Očekivano djeca su bila spremnija istraživati prostoriju kad je majka bila prisutna, no nađene su razlike među djecom u reakcijama na majčin povratak. Reakcije djece Ainsworth je kategorizirala u tri obrasca, o kojima će biti više riječi u nastavku rada. Tijekom svoje dugotrajne akademske i nastavne karijere, Mary Ainsworth mentorirala je desetine studenata koji su nastavili doprinostiti u području teorije privrženosti. Njena studentica i suradnica Mary Main opisuje je kao izvanrednu mentoricu koja je tražila iznimnu samostalnost od svojih studenata, ali i pružala iznimnu pomoć i podršku u radu te ih podsjećala da akademski život nije čitav njihov život. Nadalje, Alerić (2018) navodi kako je Ainsworth pomogla širenju istraživanja u području privrženosti nesebično pomažući i dijeleći informacije s drugim istraživačima. Rad Mary Ainsworth dubinski je promijenio razumijevanje odnosa između djece i skrbnika, a brojna kasnija istraživanja dala su potvrdu njenim idejama i zaključcima. Za svoj doprinos primila je 1998. i nagradu za životno djelo Američke psihološke asocijacije.

### **1.1.3. Faze razvoja privrženosti**

Prva faza privrženosti počinje od samog rođenja, a traje sve do osmog ili dvanaestog tjedna života i naziva se fazom nediskriminativnih socijalnih reakcija (Vasta, Haith i

Miller, 1998, prema Alerić 2018). U toj fazi novorođenčad ne usmjerava pažnju isključivo na primarnog skrbnika – majku, već jednako dobro reagira na sve osobe u okolini. Naime, ono se osmjehuje odraslima i gleda ih u oči, plače te hvatanjem ostvaruje kontakt dodira. Svi navedeni signali pomažu djetetu ostvariti kontakt s drugim ljudima, a jednom kada ga uspostave trude se, ponavljajući navedene radnje, zadržati ga jer žele ostati u blizini određenih osoba budući da im je ostvarena bliskost utješna. Dijete se umiruje i utješi kada ga se primi u naručje i tiho mu se govori, no nije mu važno koja osoba to radi. Iako bebe prepoznaju glas, lice i miris majke, one u ovom stadiju još nisu stvorile privrženost te im ne smeta kada ih se ostavi s nepoznatom odraslom osobom. Ipak, neka istraživanja pokazuju da i u toj fazi dijete radije gleda majku nego druge odrasle osobe te da već nekoliko sati nakon rođenja dijete može prepoznati majku po mirisu i dodiru (Lipovac, 2018).

U drugoj fazi koja traje do sedmog mjeseca života, dijete usmjerava socijalne reakcije na primarnog skrbnika i druge poznate osobe. Pri tome pokazuje više vokalizacija i osmjehivanja prema primarnom skrbniku koji ga je u mogućnosti brže smiriti i utješiti nego ostali odrasli. To je faza diskriminativnih socijalnih reakcija ili faza nastajanja privrženosti. Dijete razvija kognitivnu predodžbu (unutarnji radni model) primarnog skrbnika, ovisno o tome koliko ga pouzdanim i vrijednim povjerenja percipira (Vasta, Haith i Miller, 1998, prema Alerić 2018).

U trećoj fazi koja započinje od osmog mjeseca i traje do kraja druge godine života, dijete posvećuje pažnju isključivo primarnom skrbniku te mu postaje potpuno privrženo. Ova faza razvoja privrženosti naziva se faza usmjerene privrženosti ili faza jasno izražene privrženosti. Kako je u ovoj fazi uspostavljena snažna privrženost između djeteta i primarnog skrbnika, dijete će prosvjedovati ukoliko dođe do odvajanja od primarnog skrbnika te će 12 pokazivati strah u blizini nepoznatih osoba. U nepoznatim situacijama, dijete će tražiti podršku od primarnog skrbnika kako bi sigurno moglo istraživati novu okolinu, te će ga slijediti i tražiti bliski fizički kontakt. U četvrtoj i ujedno posljednjoj fazi koja se naziva fazom partnerstva ili fazom recipročnog odnosa, a koja počinje u trećoj ili četvrtoj godini života, dijete počinje prihvaćati povremena odvajanja od primarnog skrbnika što se očituje u mirnom razilaženju kada primarni skrbnik odlazi (Vasta i sur., 1998).

U četvrtoj fazi dolazi do stvaranja recipročnog odnosa. Krajem druge godine, nakon 18. mjeseca, djeca su kognitivno dovoljno sazrela kako bi shvatila neke uzroke odvajanja od roditelja. Razvoj jezika omogućuje im razgovor s roditeljima o njihovu odlasku i povratku što većinu djece smiruje i olakšava im razdoblje odvojenosti. Time se negodovanja zbog odvojenosti postupno smanjuju, a nakon tri godine većina djece može podnijeti privremenu odvojenost od skrbnika. Tijekom navedenih stadija djeca stvaraju trajnu emocionalnu vezu koju koriste kao sigurnu bazu prilikom odsutnosti skrbnika. Stvaraju predodžbu o dostupnosti osoba kojima su privržene te vjeruju kako će im oni pružiti utjehu u stresnim situacijama. Odrastanjem i sazrijevanjem djeca revidiraju i nadopunjuju emocionalnu vezu, a ona postaje i važan dio ličnosti koji im kasnije pomaže u stvaranju bliskih odnosa s drugim ljudima (Lipovac, 2018).

#### 1.1.4. Stilovi privrženosti

Različite kombinacije kvalitete roditeljske njege i strategija nošenja sa stresom pridonose kreiranju različitih stilova privrženosti između roditelja i djeteta. Kao što je već ranije spomenuto, Mary Ainsworth je prva autorica studije o privrženosti majke i novorođenčeta koja je uvela pojam stilova privrženosti. Stilovi privrženosti mogu se podijeliti na sigurnu i nesigurnu privrženost, a nesigurna se privrženost dalje dijeli na izbjegavajuću privrženost, opiruću privrženost i dezorganizirano-dezorijentiranu privrženost što je prikazano u Tablici 1.

Tablica 1. Kvaliteta roditeljske njege kao prediktor obrasca privrženosti između skrbnika i djeteta (Benoit, 2004)

KVALITETA PRUŽENE NJEGE		STIL PRIVRŽENOSTI
osjetljivost	pružena ljubav	sigurna
neosjetljivost	odbijanje	nesigurna-izbjegavajuća
neosjetljivo	nekonzistentnost	nesigurna-opiruća
atipičnost	atipičnost	nesigurna – dezorganizirano-dezorijentirana

#### Sigurna privrženost

Djeca odrasla u okolini koja omogućuje stalnu prisutnost odrasle osobe koja im pruža osjećaj ugone i nježnosti te koja je osjetljiva na njihove potrebe, razvijaju sigurnu privrženost (Ainsworth, 1979, prema Lipovac 2018). Najveći broj djece razvije sigurni

stil privrženosti. Njih 65% koriste roditelje kao sigurnu bazu za istraživanje svijeta te bolje reagiraju na skrbnika nego na nepoznate osobe. U trenucima razdvojenosti pokazuju uznemirenost, a pri ponovnom se susretu osmjehuju skrbniku te bez poteškoća uspostavljaju ponovni kontakt. U trenucima uznemirenosti traže roditelja koji ih neposrednom blizinom uspjeva smiriti, a nakon što se smire ponovno počinju istraživati okolinu (Vasta i sur., 1998, prema Lipovac 2018).

### **Izbjegavajuća privrženost**

Skrbnik koji nije osjetljiv i ne reagira na djetetove emocionalne potrebe te je psihološki nedostupan, potiče kod djeteta izbjegavajući stil privrženosti (Ainsworth, 1979, prema Lipovac 2018). Djece s ovim stilom privrženosti je 15% i ona ne pokazuju potrebu za sigurnom bazom. Nisu osjetljivi na roditelje kada su oni prisutni, a pred strancima pokazuju malo ili nimalo opreznosti te postaju uznemireni samo kada ostanu u potpunosti sami. Ignoriraju roditelje pri ponovnom susretu, pokazuju manjak suradnje i izbjegavaju emocionalne odnose (Vasta i sur., 2004, prema Lipovac 2018).

### **Opiruća privrženost**

Opiruća privrženost stvara se kod djece čiji skrbnici ponekad odgovaraju na emocionalne potrebe djece i potrebe za blizinom, a ponekad su neosjetljivi i kažnjavajući (Ainsworth, 1979, prema Lipovac 2018). Djeca s opirućim stilom privrženosti pokazuju intenzivan strah prilikom odvajanja od skrbnika, a pri ponovnom susretu mogu biti agresivni i nametljivi ili pasivni i preuznemireni da bi reagirali. Većina ih traži ponovni kontakt sa skrbnikom i sretni su što ga vide, ali su i ljuti jer ih je ostavio. Ova su djeca pasivna prilikom istraživanja nepoznate okoline, a nakon separacije i ponovnog povratka roditelja većinom ne nastavljaju s igrom (Vasta i sur., 2004, prema Lipovac 2018).

### **Dezorganizirano-dezorijentirana privrženost**

Dezorganizirano-dezorijentirani stil privrženosti javlja se kod 15% djece i odražava najveći stupanj nesigurnosti. Za razliku od ostalih stilova privrženosti djeca s ovim stilom nemaju razvijenu strategiju ponašanja nakon odvajanja od skrbnika i njihova ponovna susreta. Djeca su nesigurna te izmjenjuju ponašanja karakteristična za opirući i izbjegavajući stil. Kada im se skrbnik približi izbjegavaju ga ili mu se približavaju ravnodušno, bez značajnijeg pokazivanja emocija. Često pokazuju strah prema strancu, ali i privrženost prema istomu nakon što se skrbnik vrati (ibid.)

Govoreći o stilovima privrženosti, potrebno je istaknuti važnost kvalitete privržene veze. Kvaliteta privrženosti čini temelj na kojem dijete gradi odnos prema sebi, ali i prema drugima koji ga okružuju. Tako, sigurna privrženost omogućuje kvalitetniji odnos s vršnjacima, bolju prihvaćenost u društvu, razvitak socijalnih vještina i slično, a u odrasloj dobi dugotrajnije i sigurnije veze te povjerljive prijatelje. S druge strane, izbjegavajuća privrženost u najranijoj dobi može rezultirati problemima u školskoj dobi poput sklonosti depresiji ili agresivnosti, a u odrasloj dobi izbjegavanjem emocionalnih odnosa (Molnar, 2012).

### **1.1.5. Unutarnji radni modeli privrženosti**

Kao rezultat višestrukih iskustava brige ili nebrige primarnog skrbnika oko zadovoljenja dječjih potreba, kod djeteta se formira sustav ponašanja koji se temelji na generalnom očekivanju o tome kako će skrbnik reagirati na njegove potrebe, a što će postati trajna oznaka unutarnjeg radnog modela djeteta. Takav sustav pretpostavlja postojanje internaliziranog sustava vjerovanja, očekivanja, strategija i pravila koje osoba primjenjuje vezano uz organizaciju informacija relevantnih za privrženost. Unutarnji radni modeli integriraju u sebi dvije osnovne procjene: percepciju vlastite vrijednosti da se bude voljen („model sebe“) i percepciju dostupnosti i odgovaranja objekta privrženosti („model drugih“). Sigurna privrženost se, dakle, razvija kada dijete ima unutarnji radni model objekta privrženosti kao dostupnog i osjetljivog na njegove potrebe, a kada dijete nema takav model objekta privrženost (majke) ono je nesigurno privrženo. smatraju da individualne razlike u stilovima privrženosti imaju u pozadini individualne razlike u mentalnim reprezentacijama sebe u privrženim vezama. Tako se sigurni i nesigurni stilovi privrženosti najbolje razumiju u terminima određenih tipova mentalnih modela veza, modela koji ne usmjeravaju samo emocije i ponašanje, već i pažnju, pamćenje i mišljenje. Unutarnji radni model je skup pravila za organiziranje informacija relevantnih za privrženost. Unutarnji radni modeli podložni su utjecaju okoline i mogu se mijenjati kroz kasnija iskustva. Dakle, ukoliko je dijete razvilo jedan tip privrženosti sa skrbnikom, ne znači da će takav biti i u budućnosti. (Jerković 2005, prema Molnar. 2012).

## 1.2. EMOCIJE

Priču o emocijama započeti ćemo citatom dr. Zorana Milivojevića iz njegove knjige „Emocije“ (2010). :

*„Emocije su neodvojive od živog bića koje ih osjeća u istoj mjeri u kojoj je to biće neodvojivo od životne situacije u kojoj osjeća određenu emociju.“ Emocije su uvijek reakcija bića na neko zbivanje.“*

Provedena istraživanja o emocijama dokazuju da pozitivne emocije olakšavaju mnoga socijalna ponašanja, misaone procese, tj. poboljšavaju način funkcioniranja kako sa samim sobom tako i sa okolinom. Riječ emocija definira se kao „svaka uzbuđenost ili uznemirenost uma, osjećaja, strasti; svako žestoko ili uzbuđeno mentalno stanje“. (Milivojević, 2010).

Naše emocije, smatra Horvat (2017), vode nas prilikom suočavanju s nevoljama i zadaćama odveć važnima da bismo njihovo rješavanje prepustili samo intelektu – u trenucima opasnosti, bolna gubitka, ustrajanju prema cilju unatoč preprekama i neuspjesima, ostvarivanju bliskosti partnera, stvaranju obitelji. Svaka emocija sadrži izraženu spremnost na djelovanje; svaka nam pokazuje smjer koji se već ranije putem iskustva pokazao dobrim za suočavanje s izazovima ljudskog postojanja koji se ponavljaju. Dok je funkcija negativnih emocija adaptacija, zaštita i preživljavanje, uloga pozitivnih emocija nije tako jasna. Pozitivne emocije kao što su radost, smirenost i zahvalnost nemaju tako očitu funkciju kakvu imaju negativne emocije.

Postoji više od stotinu emocija kao i njihove mješavine, mutacije, varijacije i nijanse. Teoretičari su podijelili emocije na osnovne skupine (Goleman, 2000):

- Srdžba; jarost, ogorčenost, kivnost, gnjev, potištenost, ozlojeđenost, indignacija, uzrujanost, gorčina, mržnja, uznemirenost, razdražljivost, neprijateljstvo, patološka mržnja i nasilnost
- Tuga; žalost, bol, neveselost, potištenost, melankolija, samosažaljenje, osamljenost, očaj i teška depresija
- Strah; tjeskoba, bojazan, nervoza, zabrinutost, konsternacija, zloslutnost, oprez, strepnja, napetost, užasavanje, strava, jeza, fobija, panika
- Radost; sreća, užitak, olakšanje, zadovoljstvo, blaženstvo, slast, zabavljenost, euforičnost, zaigranost, ekstatičnost i manija
- Ljubav; prihvaćanje, prijateljska naklonost, povjerenje, ljubaznost, sklonost, odanost, zanesenost, obožavanje i platonska ljubav

- Začuđenost; šok, preneraženost, zapanjenost i zadivljenost
- Gađenje; prijezir, omalovažavanje, podcijenjenost, odvratnost, odbojnost, mrskost i gnušanje
- Stid; osjećaj krivnje, neugoda, žalost, grizodušje, poniženje, žaljenje, jad i kajanje

### 1.2.1. Emocionalna kompetencija

U literaturi su prisutni različiti termini za emocionalnu kompetenciju, kao što su: emocionalna vještina (pri čemu se oni koriste kao sinonimi), zatim emocionalna kompetencija, emocionalna inteligencija, emocionalno učenje. Nedosljednosti u definiranju pojma emocionalnih kompetencija, ima za posljedicu korištenje različite terminologije za isti sadržaj, poput emocionalna inteligencija, eng. *emotional intelligence* emocionalna pismenost, eng. *emotional literacy*, te emocionalna kompetencija eng. *emotional competence*. Pojam emocionalne kompetencije često se povezuje s pojmovima emocionalne dobrobiti, emocionalnog razvoja, mentalnoga zdravlja, emocionalne pismenosti, psihološke otpornosti i pozitivnih vršnjačkih odnosa pri čemu se emocionalne kompetencije smatraju jednim od indikatora psihološkog zdravlja osobe koje podrazumijeva da ona posjeduje sposobnost empatije, socijalne i komunikacijske vještine te vještine rješavanja problema. (Dražić, 2016).

(The Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, CASEL, 2005) identificiralo je pet osnovnih, međusobno povezanih, socijalno-emocionalnih kompetencija:

- **Samosvijest** (eng. *self-awareness*) je aspekt socijalno-emocionalnih kompetencija koji uključuje procjenu, identifikaciju i obilježavanje vlastitih osjećaja. Osim toga, samosvijest obuhvaća uvjerenja, vrijednosti, samopouzdanje, samopoštovanje, znatiželju, optimizam, prepoznavanje snaga i nedostataka te izražavanje emocija u skladu s trenutnom situacijom. Iako predškolska djeca imaju dobro definiran i stabilan osjećaj sebe, daljnji razvoj samosvijesti odvija se i tijekom rane osnovnoškolske dobi.
- **Samoupravljanje** (eng. *self-management*) je sposobnost nošenja s emocijama na produktivan način, svijest o vlastitim emocijama, praćenje i izmjene kada je potrebno kako bi pomogle djetetu u nošenju s različitim situacijama. Također, ovaj aspekt podrazumijeva nošenje sa stresom i ljutnjom, ustrajnost unatoč preprekama, izražavanje



emocija na prikladan način, samokontrolu, postavljanje i postizanje ciljeva, fleksibilnost i prilagodljivost.

- **Socijalna svijest** (eng. *social awareness*) podrazumijeva sposobnost razumijevanja drugih osoba i odgovaranja na njihove osjećaje na odgovarajući način, mogućnost empatije i stavljanje u poziciju drugoga te poštivanje međuljudskih sličnosti i razlika. Također, bitna komponenta socijalne svijesti je i osjećaj pripadnosti vlastitoj obitelji, zajednici i kulturi. Emocije imaju značajnu ulogu u stalnom procesu nastojanja djece da razumiju svoja i ponašanja drugih osoba, a upravo informacije koje osobe međusobno primaju i šalju, određuju interakciju. Ukoliko dijete nije u mogućnosti tumačiti emocije, svoju okolinu može vidjeti kao zbunjujuću, nelagodnu te potencijalno prijeteću i opasnu. Socijalna se svijest u velikoj mjeri razvija tijekom osnovnoškolske dobi i putem interakcija u školi gdje se dijete susreće s većim brojem osoba i izlazi iz dobro poznatog obiteljskog okruženja.

- **Socijalne vještine** (eng. *relationship skills*) čine aspekt socijalno-emocionalnih kompetencija usmjeren na ostvarivanje i održavanje zdravih odnosa s drugima koji traju tijekom duljega vremenskog perioda (a mogući su zahvaljujući učinkovitoj komunikaciji i vještinama slušanja), zatim odupiranje neželjenom socijalnom pritisku i konstruktivno rješavanje konflikata. Učenje socijalnih vještina poput pokretanja i održavanja razgovora, timskog rada, suradnje, slušanja, traženja pomoći, pregovaranja, davanja povratnih informacija, pridruživanja manjoj grupi, asertivnosti i rješavanja sukoba intenzivno se odvija u predškolskoj i ranoj osnovnoškolskoj dobi, a vještine dolaze do izražaja tijekom različitih situacija, primjerice, igre s drugima i boravka u školi.

- **Odgovorno donošenje odluka** uključuje ponašanja koja su u skladu s etičkim standardima i društvenim normama te osjećaj odgovornosti i poštovanja prema drugim osobama i zajednici. Nadalje, obuhvaća preuzimanje odgovornosti i priznavanje pogrešaka i propusta te vještine vođenja. Ovaj aspekt predstavlja kompleksnu zadaću za djecu koja obuhvaća rješavanje problema putem analiziranja socijalnih situacija, identificiranja problema, postavljanja prosocijalnih ciljeva i određivanja učinkovitih načina za rješavanje nesuglasica na razini vlastite vršnjačke skupine. U kontekstu rane osnovnoškolske dobi, poštivanje pravila škole i razreda te kontrola ljutnje i agresije odražavaju ovaj aspekt socijalno-emocionalnih kompetencija.

(The University of Chicago Consortium on School Research, URL : <https://casel.org/>, pristupljeno 15.9.2020.).

### 1.2.2. Povezanost empatije i stilova privrženosti

Pokušamo li najjednostavnije definirati empatiju, ona je mogućnost da se emocionalno razumiju osjećaji druge osobe. Ta definicija uključuje mogućnost, privremenost i drugu osobu, dakle uključeni su genetičko-ekonomski aspekti te kratkotrajnost i reverzibilnost u procesima identifikacije. Riječ empatija izvedenica je od grčke riječi *en* – u i *pathos* – nesreća, zlo, nevolja, trpljenje. Sigmund Freud upotrebljavao je pojam „*Einflühlung*“ koji u prijevodu znači osjećati se u nekome ili nečemu. Freud ističe da je empatičko razumijevanje jedini način da steknemo bilo koje mišljenje o duševnom životu drugih. Empatija je na glasu kao maglovita, ugodna emocija. Mnogi ljudi izjednačuju je s uobičajenom dobrotom i emocionalnom osjetljivošću, s nježnošću i brižnošću prema drugima. Moglo bi se reći kako je empatija zapravo ideal koji ima moć preobraziti naš život te ostvariti duboku društvenu promjenu. Empatija može pokrenuti revoluciju (Horvat, 2017).

Istraživači koji se bave empatijom slažu se kako empatija zahtijeva stvaranje veze između sebe i drugog, no istovremeno bez miješanja sebe i drugog (Balent, 2006). Empatičkom doživljaju svojstvena je empatička nevolja odnosno emocionalna reakcija koja je primjerenija nečijoj tuđoj situaciji negoli vlastitoj. Ponekad, kako tvrdi Gjurić (2018), može biti izazovno empatizirati, jer da bi se povezali s tuđim osjećajima, moramo doći u kontakt sa svojim. To je na neki način ranjiva pozicija, ako se radi o osjećajima s kojima nam se teško nositi ili pak suočiti. No s druge strane, može biti i olakšavajuća pozicija, jer ne trebamo ponuditi rješenje/savjet ili uvjeriti osobu u nešto drugo, nego je samo saslušati. Postoji budistička izreka koja vješto opisuje tu sposobnost: „*Nemoj samo činiti nešto, staj tu!*“ Empatija stoga zahtijeva da se usredotočimo i svoju pažnju usmjerimo samo na to što nam osoba govori, odnosno poruku koju nam prenosi. To znači da moramo biti prisutni, sada i ovdje, u tom trenutku, sa željom da shvatimo što nam osoba želi reći, kako se osjeća.

Kako ćemo znati da smo bili empatični? Empatična poruka često u drugoj osobi pobuđuje osjećaj olakšanja i smanjenje napetosti. Ne postoji uzalud izreka : „*Nikad ne možete uistinu razumjeti osobu dok niste pokušali shvatiti stvari iz njene pozicije...*“. Stoga je empatija ili razumijevanje tuđih osjećanja, misli i stanja sastavni dio dobrog funkcioniranja društva i zajednice. Empatija se kod djece razvija s razvojem samosvijesti, oko druge godine, no njezini početci su vidljivi i prije u situacijama kada novorođenče

plače potaknuto plačem druge djece. Razvija se s razvojem jezika jer tada djeca imaju mogućnost izraziti žaljenje i uputiti riječi utjehe drugima. U predškolskoj dobi empatija postaje motivator prosocijalnog i altruističnog ponašanja pri kojemu djeca imaju potrebu pomoći drugome bez očekivanja nagrade za sebe. Razina empatije raste tijekom osnovnoškolskih godina u skladu s emocionalnim razvojem koji omogućuje korištenje šireg raspona znakova prilikom procjenjivanja tuđih osjećaja. Od kasnog djetinjstva i adolescencije prema ranoj odrasloj dobi, sposobnost empatiziranja se širi od razumijevanja neposredne nelagode do razumijevanja općih životnih uvjeta. Sposobnost jasnog izražavanja emocija, prepoznavanja tuđih emocija i odgovaranje na njih važne su komponente komunikacije i regulacije odnosa u kasnijoj dobi (Lipovac, 2018).

Rani odnosi između roditelja i novorođenčadi smatraju se temeljem za buduće odnose pa će tako djeca način komunikacije na koji su navikla u ranim odnosima očekivati i u budućim odnosima s drugim ljudima. Prema tome, sigurno privrženost djeca koja su u stresnim situacijama dobivala stalnu i osjetljivu skrb od svojih roditelja, razvijaju osjećaj povjerenja te se poistovjećuju s roditeljima koji pokazuju empatiju prema njima. Budući da su njihove vlastite emocionalne potrebe zadovoljene, oni razvijaju sposobnost da emocionalno, osjetljivo i empatično reagiraju prema drugima u kasnijim odnosima. S druge strane, djeca s izbjegavajućim stilom privrženosti doživljavaju odbijanje od strane skrbnika u trenucima kada im je emocionalna podrška potrebna. Kako ova djeca nemaju empatični model s kojim se mogu identificirati, manje su sposobna odgovarati na potrebe drugih u nevolji. Budući da nisu primali dosljednu emocionalnu podršku, u kasnijim odnosima ne traže, ali ni ne nude, a ako ju nude ona je često neodgovarajuća. Roditelji djece s opirućim stilom privrženosti ponekad reagiraju na njihove potrebe, a ponekad ne te oni zbog nedosljednih, dvosmislenih odnosa imaju poteškoća u određivanju granice između vlastitih i tuđih emocija. Često i emocionalno stanje drugoga doživljavaju kao osobnu patnju. Budući da su previše zaokupljeni vlastitom nelagodom, najčešće nisu u stanju pokazati empatiju prema drugima. Djecu s otpornim stilom privrženosti je teško utješiti, a u predškolskoj dobi imaju problema s kontroliranjem vlastitih emocija (ibid). Dokazano je kako su skrbnikova briga, ljubav i razumijevanje povezani s razvojem i kapacitetom za empatiju u djece i adolescenata. Pokazalo se da su takva djeca manje preokupirana svojim potrebama, te da više razumiju potrebe drugih. Nadalje, Balent (2006) smatra, kako će pojedinci s izbjegavajućim stilovima postizati najniže rezultate na

skali empatije. Izbjegavajući pojedinci izbjegavaju emocionalnu zavisnost, a ta ih tendencija izolira od svjesnosti i svojih i tuđih emocionalnih potreba.

### **1.2.3. Odnos stilova privrženosti i razvoja emocija u srednjem djetinjstvu i adolescenciji**

Utjecaj stilova privrženosti na razvoj emocija započinje već u ranom djetinjstvu, nastavlja se kroz srednje djetinjstvo preko adolescencije pa sve do odrasle dobi. Kod djece u ranom djetinjstvu ovaj je utjecaj najbolje provjeriti ispitujući temeljne emocije koje djeca zasigurno razlikuju, no kod djece u srednjem djetinjstvu i adolescenciji moguće je ispitati spomenuti utjecaj na nešto više složenijih domena. Odnos stilova privrženosti i razvoja emocija može se opisati kroz četiri domene, a to su:

1. razumijevanje emocija,
2. afektivno iskustvo,
3. fiziološki pokazatelji emocija i
4. proces regulacije emocija

#### **Razumijevanje emocija**

Razumijevanje emocija podrazumijeva poznavanje emocionalnog jezika te mogućnost interpretacije verbalne i neverbalne emocionalne komunikacije, ali i svijest o nečijim emocijama. Razumijevanje emocija kod male djece povezano je s njihovom sposobnosti prepoznavanja emocionalnih signala drugih ljudi. Tijekom prvih nekoliko mjeseci novorođenče usklađuje emocije sa skrbnikom putem komunikacije licem u lice. Ova vrsta komunikacije se unapređuje da bi između trećeg i četvrtog mjeseca novorođenče postalo osjetljivo na strukturu i vrijeme interakcije licem u lice. Kada djeca te dobi pokažu određenu emociju, očekuju isti povratni odgovor od osobe s kojom komuniciraju. Od petog mjeseca djeca počinju percipirati izraze lica kao organizirane obrasce te aktivno traže emocionalne informacije od pouzdanih skrbnika. Tijekom predškolske dobi dječje razumijevanje emocija ubrzano raste, postaje točnije i složenije. Između četvrte i pete godine može se točno odrediti uzrok temeljnih emocija. S vremenom se mijenja i naglašavanje vanjskih činitelja nad unutrašnjima u objašnjavanju emocija (Berk, 2015, prema Lipovac 2018).

## **Afektivno iskustvo**

Afektivno iskustvo sastoji se od dvije komponente, valencije emocija i stupnja uzbuđenja. Prilikom ispitivanja afektivnog iskustva pretežno se uzima u obzir komponenta valencije. Istraživanja o utjecaju privrženosti na afektivna iskustva najčešće se bave ispitivanjima svakodnevnih pozitivnih i negativnih raspoloženja, doživljavanjem emocija tijekom stresnih zadataka te afektivnim iskustvom prema roditeljima. Verbalni izvještaji o emocijama i izrazi lica sigurno privržene djece i adolescenata sugeriraju da oni češće pokazuju pozitivna, a manje negativna raspoloženja u odnosu na nesigurno privržene vršnjake. Moguće je da su raspoloženja i stilovi privrženosti kružno povezani, pri čemu doživljavanje više pozitivnih, a manje negativnih emocija dovodi do učestalijih pozitivnih interakcija između roditelja i djece te većeg osjećaja sigurnosti. Međutim, postoje dokazi da sigurno privrženi adolescenti pokazuju više negativnih emocija (npr. ljutnja) što može pokazati da oni negativnu emociju smatraju adaptivnim odgovorom u određenoj situaciji. Spangler i Zimmermann (2014) proučavali su utjecaj stila privrženosti na doživljavanje ljutnje i straha kod dvanaestogodišnjaka u situacijama u kojima su se ljutnja i strah odvojeno izazivali. Sigurno privrženi adolescenti u stresnim situacijama doživljavaju manje straha od nesigurno privrženih adolescenata te su skloniji izražavanju emocije ljutnje budući da su ih roditelji od malena poticali na izražavanje emocija. (Lipovac, 2018).

## **Fiziološki pokazatelji emocija**

Fiziološki su pokazatelji emocija svijetla točka u proučavanju emocionalnih procesa koji su često implicitni i komplicirani za izvijestiti, a naročito kod male djece. (Spangler Zimmermann 2014, prema Lipovac 2018) ispitivali su razinu kortizola u stresnim situacijama kod sigurno i nesigurno privržene djece između 8 i 12 godina. Razina kortizola pokazala se kao nepouzdana varijabla, jer odnos između kortizola i sigurne privrženosti može ovisiti o eksperimentalnom zadatku i stresu koji on izaziva. Prilikom proučavanja odnosa adrenokortikalnog stresa i stilova privrženosti, Spangler Zimmermann pokazali su da u situacijama koje uključuju visoku razinu straha, djeca dezorganizirano-dezorijentiranog stila privrženosti imaju veću aktivnost nadbubrežne žlijezde, luče više adrenokortikalnih hormona, od djece ostalih stilova privrženosti. U

eksperimentu provedenom na sedmogodišnjacima pokazalo se da djeca koja su po prirodi plašljivija i sigurno privrženata imaju nižu razinu vodljivosti kože od prirodno plašljive i nesigurno privrženata djece koja imaju visoku razinu vodljivosti kože (ibid)

### **Proces regulacije emocija**

Emocionalna samoregulacija podrazumijeva strategije koje se upotrebljavaju kako bi se intenzitet i trajanje emocionalnih stanja doveli na razinu koja je dovoljno ugodna za pojedinca (Berk, 2015, prema Lipovac 2018). Emocionalna samoregulacija zahtijeva uloženi trud u voljno kontroliranje emocija koje se poboljšava sazrijevanjem i uz pomoć roditelja koji ih podučavaju strategijama za upravljanje intenzivnim emocijama. Utvrđeno je da su djeca sa sigurnim stilom privrženosti češće koriste funkcionalne strategije suočavanja, kao što su planiranje ili traženje podrške, a ne disfunkcionalne poput osobnog kažnjavanja, vikanja i svađanja. S druge strane, (Kullik i Petermann 2013, prema Lipovac, 2018) su je pronašli na uzorku adolescenata između 12 i 17 godina. Utvrdili su da djeca sa sigurnim stilom privrženosti češće koriste funkcionalne strategije suočavanja, kao što su planiranje ili traženje podrške, a ne disfunkcionalne poput osobnog kažnjavanja, vikanja i svađanja. Iste su rezultate dobili Bauminger i Kimhi-Kind 2008 (prema Lipovac 2018) koji su ispitali utjecaj privrženosti na strategije suočavanja, uključujući kognitivne, emocionalne i bihevioralne sposobnosti regulacije. Sigurno privrženata djeca pokazala su se boljima u predlaganju strategija suočavanja s emocijama od djece s izbjegavajućim i opirućim stilom privrženosti. Oni predlažu konstruktivnije strategije suočavanja u kojima se češće upotrebljavaju kognitivne nego ponašajne tehnike koje vode ka rješavanju problema prije nego li njegovom izbjegavanju.

## **2. CILJ, HIPOTEZE I PROBLEMI ISTRAŽIVANJA**

U istraživanje se krenulo od hipoteze da je razvoj sigurnog oblika privrženosti u ranome djetinjstvu povezan kasnije s višom emocionalnom kompetentnošću, odnosno da je, razvoj nesigurnog oblika privrženosti povezan s nižom emocionalnom kompetencijom u kasnijoj adolescenciji. S obzirom da je u fokusu ovog istraživanja razvoj sigurne privrženosti u ranome djetinjstvu, glavni cilj bio je ispitati njenu povezanost s razvojem emocionalne kompetencije kod starijih adolescenata.

Kako bi se ostvario navedeni cilj, istraživanjem se pokušalo odgovoriti na sljedeće probleme:

1. Ispitati razlikuju li se sudionici u osobnoj dobrobiti, emocionalnoj kompetentnosti i dimenzijama privrženosti s obzirom na spol
2. Ispitati povezanost između spola i emocionalne kompetentnosti
3. Ispitati povezanost između sigurne privrženosti i emocionalne kompetentnosti sudionika

### 3. METODA

#### 3.1. Uzorak i postupak

U istraživanju je sudjelovalo 122 sudionika od čega 90 žena (74.38%), 31 muškarac (25.62%), a jedan sudionik nije naveo podatak o spolu. Prosječna dob sudionika iznosila je 25.05 godina (SD = 4.07) uz raspon od 18 do 41 godine. S obzirom na razinu obrazovanja, većina sudionika je završila visoko obrazovanje (N = 69 ili 57.02%), potom srednjoškolsko obrazovanje (N = 44 ili 36.36%), a najmanje je sudionika s akademskim znanstvenim stupnjem (N = 8 ili 6.61%). Sudionici su instrumente ispunjavali anonimno putem internetskog anketnog upitnika, izrađenog pomoću alata google obrazaca (google forms). Ispitivanje je provedeno tijekom veljače i ožujka 2020. Godine.

#### 3.2. Instrumenti istraživanja

U istraživanju su primijenjeni slijedeći upitnici: Indeks osobne dobrobiti, Upitnik emocionalne kompetentnosti i Inventar iskustava u bliskim vezama. *Indeks osobne dobrobiti* (dio Međunarodnog indeksa dobrobiti (International Wellbeing Index, Cummins, 2002. Cummins i sur., 2003, prema Kaliterna Lipovčan, Burušić i Tadić, 2012) koji se sastoji od sedam čestica za procjenu zadovoljstva pojedinca različitim aspektima života – zdravljem, standardom, prihvaćanjem od okoline i sl. Iako je u izvorniku skala procjene od 0 do 10, za potrebe ovog istraživanja skala je modificirana na raspon od 1 do 7 pa je zadatak sudionika bio procijeniti stupanj zadovoljstva gdje je 1 značilo uopće nisam zadovoljan, a 7 izrazito sam zadovoljan. Ranija su istraživanja uputila na visoku pouzdanost skale, a slično je utvrđeno i u ovom istraživanju. Ukupni rezultat formiran je kao suma procjena na svih sedam čestica pri čemu je viši rezultat upućivao na više zadovoljstvo sudionika, odnosno veću subjektivnu dobrobit. Deskriptivni parametri skale su prikazani u Tablici 1.

*Upitnik emocionalne kompetentnosti* (UEK – 45, Takšić, 2000) konstruiran je za ispitivanje emocionalne kompetentnosti, a u izvorniku se sastoji se od 45 čestica koje ispituju sposobnost izražavanja i imenovanja emocija npr.: *gotovo uvijek mogu riječima opisati svoje osjećaje i misli*, sposobnost uočavanja i razumijevanja emocija npr.: *kada sretnem poznanika, odmah shvatim kako je raspoložen*, te sposobnost upravljanja emocijama npr.: *nastojim ublažiti neugodne emocije a pojačati pozitivne*. Zadatak sudionika je procijeniti koliko se svaka čestica odnosi na njih na skali procjene od 1 do 5 gdje je 1 značilo uopće ne, a 5 u



potpunosti. Sukladno preporukama autora, moguće je izračunati jedan ukupni rezultat zbrajanjem odgovora na svim česticama skale pri čemu viši rezultat upućuje na višu emocionalnu kompetentnost. S obzirom na veliki broj čestica, a zadržanu visoku pouzdanost, u istraživanju je primijenjena skraćena inačica od 33 čestice. Deskriptivni parametri skale prikazani su u Tablici 1.

Skraćena modificirana inačica *Inventara iskustava u bliskim vezama* (Brennan; Kamenov i Jelić, 2003) sastoji se od 18 čestica koje ispituju dvije temeljne dimenzije privrženosti – anksioznost npr.: *bojim se da ću ostati sama* i izbjegavanje npr.: *u trenutku kada se moji roditelji počnu zbližavati sa mnom, primjećujem da se povlačim*. Na temelju rezultata na dvjema dimenzijama moguće je izračunati kategoriju privrženosti (sigurna, odbijajuća, zaokupljena i plašljiva), ali je moguće koristiti i dimenzionalne rezultate. Zadatak sudionika je za svaku česticu procijeniti stupanj slaganja na skali od 1 do 7 gdje je 1 značilo uopće se ne slažem, a 7 potpuno se slažem. Nakon obrnutog bodovanja tri tvrdnje, formirana su dva ukupna rezultata – jedan na dimenziji anksioznosti, a drugi na dimenziji izbjegavanja zbrajanjem odgovora na česticama koje su činile pojedinu subskalu (dimenziju). Pri tome su zbog niže pouzdanosti izostavljene dvije čestice na podskali anksioznosti koja se u konačnici sastojala od 7, a dimenzija izbjegavanja od 9 tvrdnji. Deskriptivni parametri podskala prikazani su u Tablici 1.

Tablica 1.

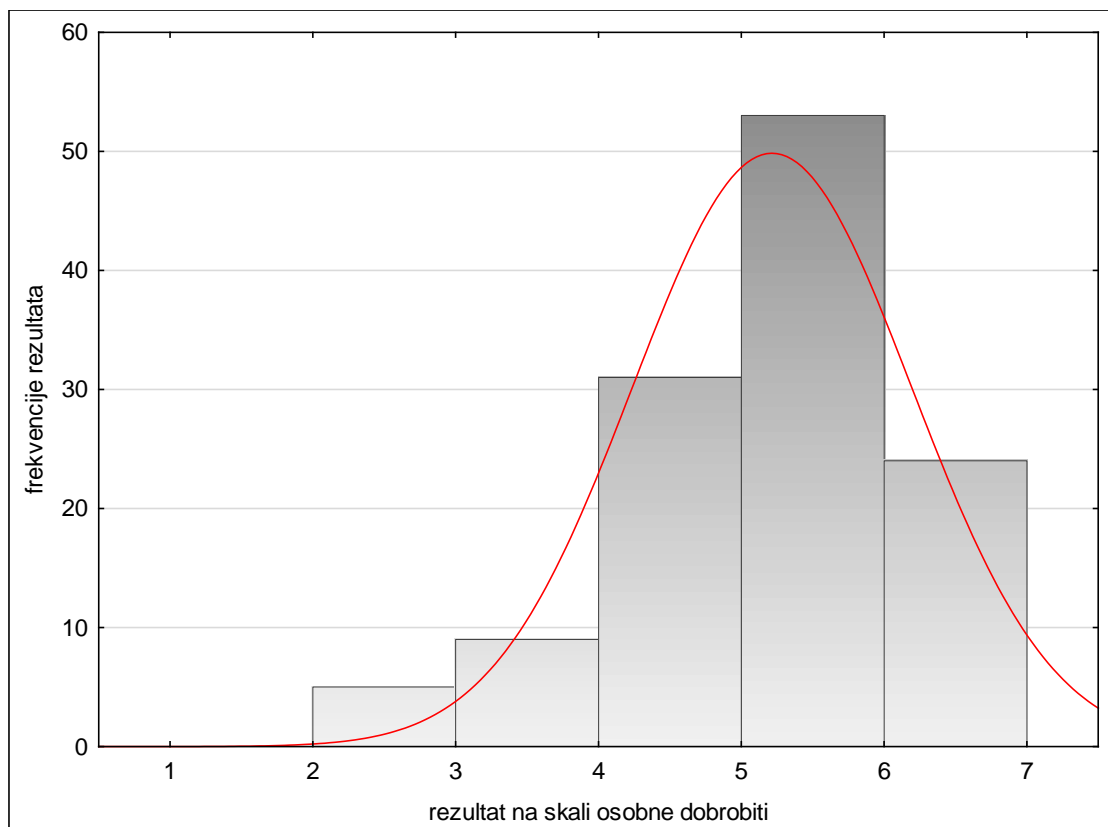
*Deskriptivni parametri rezultata na skalama dobrobiti, emocionalne kompetentnosti i privrženosti*

	N	M	SD	Cronbach $\alpha$	raspon	asimetričnost	spljoštenost
osobna	7	36.51	6.89	.83	16-49	-.67	.71
dobrobit							
emocionalna	33	127.36	14.80	.90	87-163	-.27	.13
kompetentnost							
izbjegavanje	9	29.94	12.70	.90	9-63	.23	-.76
ankisoznost	7	17.53	5.90	.76	7-32	.45	-.32

#### 4. REZULTATI

Na Slici 1. prikazana je raspodjela rezultata na skali osobne subjektivne dobrobiti.

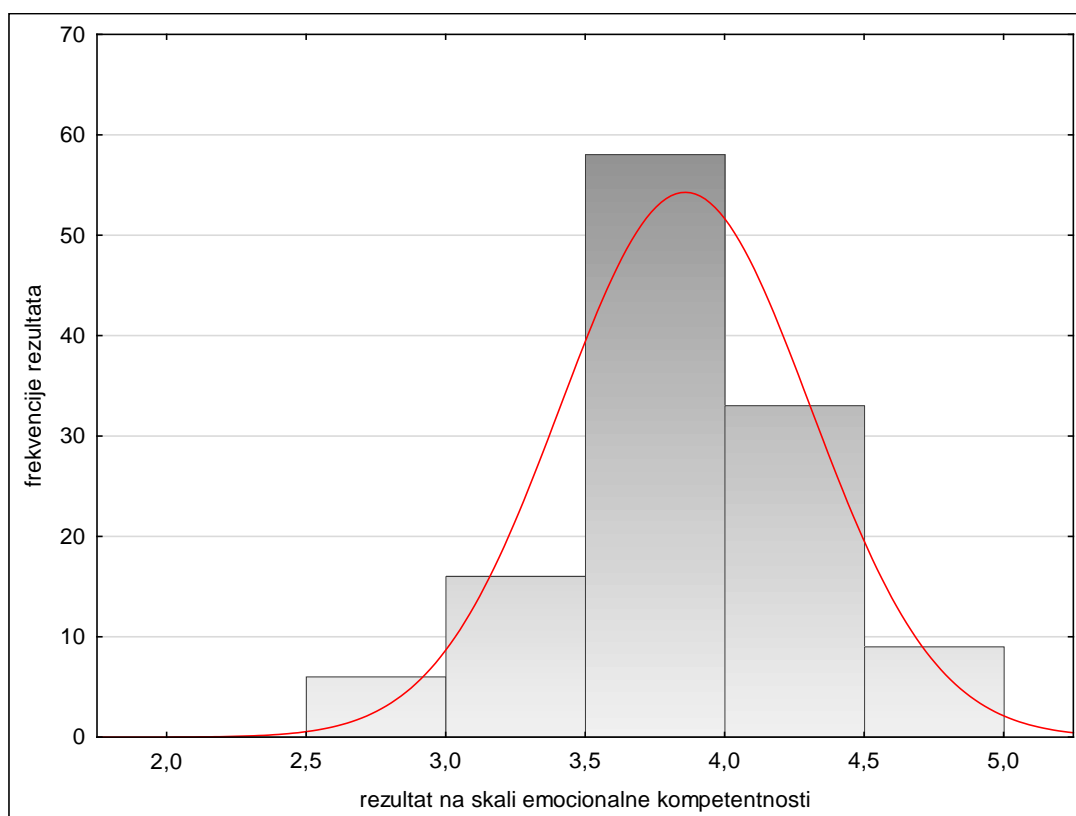
Iz rezultata procjene osobe dobrobiti vidljivo je da su sudionici uglavnom zadovoljni svojim životom, njih 63%. S druge strane 11% ispitanika iskazalo je nezadovoljstvo životom, 26% ispitanika nisu niti zadovoljni niti nezadovoljni životom, odnosno neutralni su. Raspon rezultata kretao se od 2 do 7, pri čemu je većinski dio iskazao zadovoljstvo životom ocjenama od 4 do 7.



*Slika 1. Raspodjela rezultata na skali subjektivne osobne dobrobiti*

Na Slici 2. prikazana je raspodjela rezultata sudionika na skali emocionalne kompetentnosti.

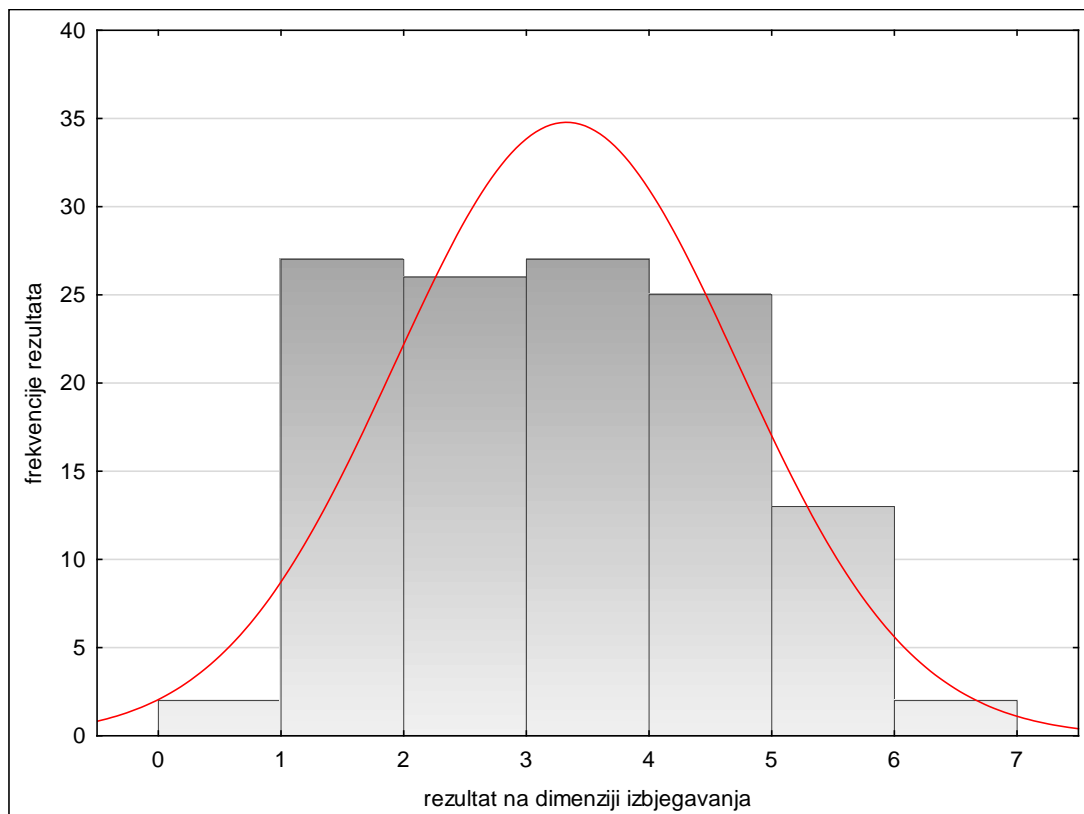
Iz rezultata je moguće zaključiti da se 13% sudionika procjenjuje manje emocionalno kompetentnima, jedna trećina sudionika osrednje kompetentnima, polovina sudionika visoko emocionalno kompetentnima., dok se 87% njih na temelju odgovora pokazalo emocionalno kompetentnima.



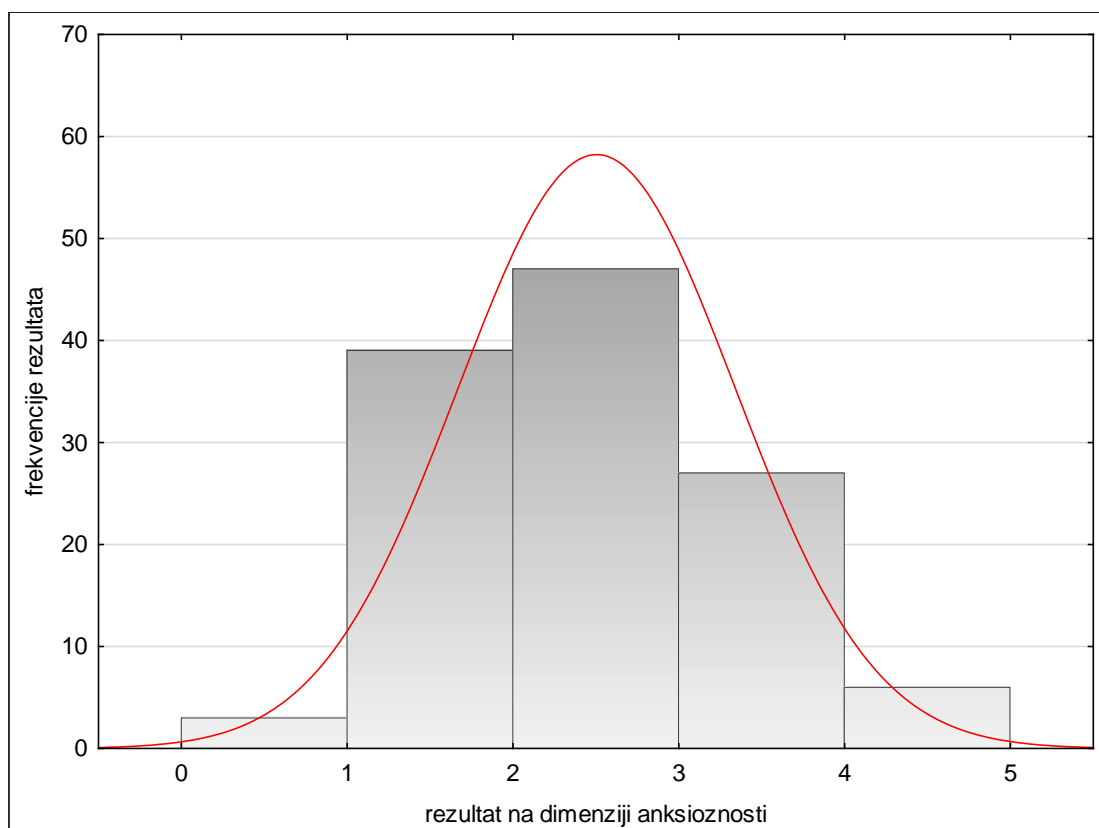
Slika 2. Raspodjela rezultata na skali emocionalne kompetentnosti

Na Slici 3. prikazana je raspodjela rezultata na dimenziji izbjegavanja, dok je na slici 4. prikazana raspodjela rezultata na dimenziji anksioznosti

Na temelju kombinacije rezultata dobivenih skraćenom modificiranom inačicom *Inventara iskustava u bliskim vezama* (Brennan; Kamenov i Jelić, 2003) na ove dvije dimenzije moguće je razlikovati četiri vrste privrženosti. S obzirom da je fokus ovog istraživanja prvenstveno usmjeren na dimenziju sigurne privrženosti, odlučili smo dobivene rezultate podijeliti u dvije skupine : sigurno i nesigurno privržene sudionike. Rezultati pokazuju da od 122 ispitanika, njih (N=113) odnosno 91% spada u skupinu sigurno privrženih, dok (N=11), odnosno 9% pripada skupini nesigurno privrženih.



*Slika 3. Raspodjela rezultata na dimenziji izbjegavanja*



*Slika 4. Raspodjela rezultata na dimenziji anksioznosti*

Kako bi se istražilo razlikuju li se sudionici u dobrobiti, emocionalnoj kompetentnosti i dimenzijama privrženosti s obzirom na spol, provedena su četiri t-testa čiji su rezultati prikazani u Tablici 2. Iz Tablice 2. je moguće zaključiti da nema spolnih razlika u ispitanim varijablama. Muškarci i žene su jednakima procijenili i osobnu dobrobit, emocionalnu kompetentnost kao i dimenzije privrženosti.

Tablica 2.

*Usporedba rezultata dobrobiti, emocionalne kompetentnosti i dimenzija privrženosti s obzirom na spol sudionika*

	Mm	Mž	SDm	SDž	t (df=119)
osobna dobrobit	5.19	5.22	1.06	.96	-.14
emocionalna kompetentnost	3.73	3.90	.46	.44	-1.83
izbjegavanje	3.61	3.22	1.06	1.50	1.30
ankisoznost	2.42	2.53	.75	.87	-.65

U Tablici 3. prikazana je matrica korelacija svih varijabli u istraživanju. Vidljivo je da postoji značajna povezanost između spola te emocionalne kompetentnosti pri čemu su se žene, u odnosu na muškarce, procijenile kompetentnijima. Osobna je dobrobit pozitivno povezana s emocionalnom kompetentnošću te negativno s dimenzijama izbjegavanja i anksioznosti. Također, emocionalna je kompetentnost negativno povezana s dimenzijama izbjegavanja i anksioznosti što implicira na značajnu povezanost između sigurne privrženosti i emocionalne kompetentnosti sudionika.

Tablica 3.

*Matrica korelacija sociodemografskih obilježja, dobrobiti, emocionalne kompetentnosti i dimenzija privrženosti*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.spol						
2.dob	-.12					
3.obrazovanje	.32*	.09				
4.dobrobit	.00	-.16	.03			
5.emocionalna kompetentnost	.21*	.12	.13	.38*		
6.izbjegavanje	-.10	-.02	-.03	-	-	
7.anksioznost	.07	.01	-.07	-	-	.02
				.41*	.23*	
				.18*	.25*	

\* $p < .05$

## 5. RASPRAVA

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost razvoja sigurne privrženosti u ranom djetinjstvu, te njenu ulogu u razvoju emocionalne kompetencije kod starijih adolescenata. U istraživanje se krenulo od pretpostavke temeljene na teoriji privrženosti prema kojoj razina emocionalne kompetentnosti kod starijih adolescenata ovisi o kvaliteti uspostavljenih odnosa od ranog djetinjstva. Kvaliteta tih odnosa ovisi ponajprije o obliku privrženosti uspostavljenim s primarnim skrbnikom, odnosno o načinu na koji je primarni skrbnik odgovarao na djetetove potrebe. Kao što je već ranije spomenuto, primjenom skraćenog inventara iskustava u bliskim vezama, sudionici su kategorizirani u dvije temeljne kategorije privrženosti: sigurnog i nesigurnog oblika privrženosti. Rezultati su pokazali da od 122 ispitanika, njih (N=113) odnosno 91% spada u skupinu sigurno privrženih, dok (N=11), odnosno 9% pripada skupini nesigurno privrženih. Promatrajući rezultati na ljestvici osobne dobrobiti, odnosno zadovoljstva životom 11% ispitanika od njih 122 pokazalo se nezadovoljnim zadovoljstvom života (N=31), dok je njih (N=77) odnosno 63% zadovoljno. Visok postotak zadovoljstva životom u skladu je s početnim pretpostavkama s obzirom na visoki postotak sigurno privrženih sudionika, jer kao što nam je dosada poznato sigurna privrženost manifestira se u pozitivnom odnosu kako prema sebi tako i svojoj okolini.

Gledajući rezultate nekih već ranije provedenih istraživanja potvrđena je stabilnost obrazaca privrženosti između ranog djetinjstva i kasnijeg djetinjstva i adolescencije te adolescencije i odrasle dobi (Allen i sur., 2004, Benoit i Parker, 1994, Davila i Cobb, 2003, Elicker i sur., 2000, Main, Kaplan i Cassidy, 1985, Waters i sur., 2000; sve prema Alerić, 2018). S obzirom na navedene činjenice očekivano je da će razvoj sigurne privrženosti u ranom djetinjstvu kasnije u razdoblju adolescencije i sazrijevanja biti visoko povezan s razvojem emocionalne kompetentnosti pojedinca, odnosno da postoji kontinuitet sigurne privrženosti pojedinca. Bowlby je vjerovao da ljudi sa sigurnim modelom privrženosti očekuju i traže odnose koje će karakterizirati zadovoljstvo i podrška. Takvi ljudi se prema drugima ponašaju na otvoren i pozitivan način kako bi zadobili njihovu podršku, samim time možemo zaključiti kako takvi pojedinci posjeduju visoku razinu emocionalne kompetencije (Molnar, 2012).

Nadalje, longitudinalna istraživanja privrženosti od dojenačke do rane odrasle dobi govore u prilog stabilnosti privrženosti. Autori (Waters i sur., 1995 Allen i Land, 1999; prema Molnar, 2012) su dokazali da je stabilnost privrženosti 21-godišnjaka podudarna s obrascem sigurne privrženosti u dojenačkoj dobi u 70% slučajeva. Kada se iz obrade izuzmu podaci ispitanika koji su doživjeli značajan obiteljski događaj za koji se pretpostavlja da izmjenjuje obrazac privrženosti (npr. smrt roditelja, razvod roditelja, psihičko, fizičko ili seksualno zlostavljanje), podudarnost stila privrženosti u dojenačkoj dobi i odrasloj dobi je iznosila 78%. No, neka longitudinalna istraživanja, koja ne izuzimaju značajne životne događaje koji izmjenjuju obrazac privrženosti, ukazuju na diskontinuitet privrženosti između djetinjstva i odrasle dobi.

Takva istraživanja su uzimala u obzir obrazac privrženosti dobiven u razdoblju od 12 mjeseci, psihičko stanje pojedinca u dobi od 20 godina te događaje koji su mogli imati utjecaj na privrženost tijekom razdoblja od 20 godina (npr. razvod roditelja, smrt jednog od roditelja, obolijevanje roditelja, roditelji sa psihičkim poteškoćama, fizičko, psihičko ili seksualno zlostavljanje od strane člana obitelji i slično). Ova istraživanja pokazuju da su stresni događaji bitni za privrženost, pri čemu kada se javljaju u djetinjstvu i adolescenciji, uzrokuju diskontinuitet u obrascima privrženosti te povećavaju vjerojatnost da će pojedinac koji je u djetinjstvu razvio sigurnu privrženost, biti klasificiran kao odrasla osoba nesigurnog obrasca privrženosti. Callson (2004 prema Molnar, 2012) smatraju kako je kontinuitet privrženosti od djetinjstva do odrasle dobi dinamičan proces. Taj proces rezultira uspješnom interakcijom između pojedinca i njegove okoline tijekom odrastanja. Djetetova sigurna ili nesigurna privrženost se prenosi sve do odrasle dobi ovisno o mnogobrojnim čimbenicima (škola, obitelj, prijatelji) i trenutnim iskustvima koji imaju utjecaj na privrženost

Kako bi se utvrdilo razlikuju li se sudionici našeg istraživanja u osobnoj dobrobiti, emocionalnoj kompetentnosti i dimenzijama privrženosti s obzirom na spol, u našem istraživanju provedena su četiri t-testa . Na temelju dobivenih rezultata pokazalo se da nema značajne spolne razlike u ispitanim varijablama. Muškarci i žene su jednakima procijenili i osobnu dobrobit, emocionalnu kompetentnost kao i dimenzije privrženosti. Ipak, prilikom interpretacije ovih rezultata treba uzeti u obzir podzastupljenost muških sudionika pa bi ovaj rezultat valjalo dodatno ispitati istraživanjem u kojem će udio sudionika prema spolu biti usporediv. Ipak, rezultati su uputili na značajnu povezanost



između spola te emocionalne kompetentnosti pri čemu su se žene, u odnosu na muškarce, procijenile kompetentnijima, što je u skladu s polaznim očekivanjima. Istraživanja spolnih razlika u sposobnosti empatiziranja pokazuju da žene iskazuju višu razinu empatije, barem u slučaju kad je ona mjerena samoprocjenama i procjenama drugih prema tvrdnjama Raboteg-Šarić (1995 prema Svoboda 2013). Na mjerama samoiskaza o eksperimentalno induciranom stanju empatije nalaze se umjerene razlike.. Jedna od mogućih interpretacija ovakvih rezultata jest davanje odgovora koji su u skladu s tradicionalnom rodnom ulogom. Međutim, moguće je da razlike u razini empatije proizlaze iz različitih socijalizacijskih postupaka, zbog kojih žene više osjećaju i izražavaju empatiju od muškaraca. Djevojčice su odgajane po principu brige, da budu empatične prema drugim ljudima, razumijevajući njihova stanja, osobine ličnosti i raspoloženja, dok su dječaci odgajani da poštuju princip pravde (Karniol i sur., 1998, prema Svoboda 2013).

Osobna je dobrobit bila pozitivno povezana s emocionalnom kompetentnošću te negativno s dimenzijama izbjegavanja i anksioznosti. Također, emocionalna kompetentnost pokazala se negativno povezana s dimenzijama izbjegavanja i anksioznosti što implicira na značajnu povezanost između sigurne privrženosti i emocionalne kompetentnosti sudionika. Takvom implikacijom ujedno se daje odgovor na cilj našeg istraživanja, odnosno potvrđuje se početna pretpostavka da je razvoj sigurne privrženosti u ranom djetinjstvu povezan s kasnijom visokom razinom emocionalne kompetencije kod starijih adolescenata.

Rezultati ovog istraživanja djelomično su potvrdili polaznu pretpostavku o važnosti sigurne privrženosti za daljnji razvoj, specifično razvoj emocionalne kompetentnosti te osobnog zadovoljstva u kasnoj adolescenciji. Kontinuitet sigurne privrženosti očito postoji, budući da je razvoj sigurne privrženosti u razdoblju ranog djetinjstva pozitivno povezan s psihosocijalnim razvojem pojedinca, a samim time i emocionalnom kompetentnošću. S obzirom da sigurno privrženi pojedinci očekuju i grade odnose koji će se temeljiti na zadovoljstvu i podršci, a u ovom istraživanju takvih pojedinaca ima čak 77, ovim istraživanjem također je potvrđeno kako takvi pojedinci osjećaju znatno veće zadovoljstvo životom.

## ZAKLJUČAK

1. Rezultati su pokazali da među sudionicima nema značajne statističke razlike kada govorimo o varijablama osobne dobrobiti, emocionalne kompetentnosti i dimenzijama privrženosti s obzirom na spol. Muškarci i žene jednakima su procijenili navedene varijable.
2. Kada govorimo o povezanosti spola i emocionalne kompetencije, ona se pokazala veoma značajnom te su se žene u odnosu na muškarce procijenile emocionalno kompetentnijima.
3. Emocionalna kompetentnost pokazala se negativno povezana s dimenzijama izbjegavanja i anksioznosti što implicira na značajnu povezanost između sigurne privrženosti i emocionalne kompetentnosti sudionika. To u konačnici dokazuje da su razvoj sigurne privrženosti u ranom djetinjstvu te razvoj visoke razine emocionalne kompetencije u adolescenciji značajno povezani.

*Literatura:*

1. Ajduković, M., Kregar Orešković, K. i Lakija, M. (2007). Teorija privrženosti i suvremeni socijalni rad. *Ljetopis socijalnog rada*, 14 (1), 59-91.
2. Alerić, V., (2018). *Povezanost kvalitete odnosa s roditeljima i privrženosti bliskim partnerima kod studenata*. Diplomski rad. Split: Filozofski fakultet.
3. Balent, B., (2006). *Povezanost dimenzija privrženosti u odrasloj dobi, emocionalne empatije i povrijeđenosti u djetinjstvu*. Diplomski rad. Zagreb: Filozofski fakultet.
4. Benoit, D., (2004). Infant-parent attachment: Definition, types, antecedents, measurement and outcome. *Pediatrics Child Health*, 9(8), 541-545.
5. Božićević, V., Brlas, S. i Gulin, M. (2012) *Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja; Indikatori kvalitete življenja*. Zagreb: Definicija.
6. Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28, 759-775.
7. Dražić, L. (2016). *Procjena socijalno-emocionalnih kompetencija djece rane osnovnoškolske dobi*. Diplomski rad. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.
8. Goleman, D. (2000). *Emocionalna inteligencija u poslu*. Zagreb: Mozaik knjiga.
9. Gjurić, L. (2018). Empatija. *Zagrebačko psihološko društvo*. URL: <http://zgpd.hr/2018/11/27/empatija/>, pristupljeno (15.9.2020.).
10. Horvat, I., (2017)., *Emocionalne vještine, kompetentnosti, regulacija i kontrola emocija studenata sestrinstva*. Diplomski rad. Varaždin: Sveučilište sjever.
11. Kardum, I., Gračanin, A. i Hudek-Knežević, J. (2006). Odnos crta ličnosti i stilova privrženosti s različitim aspektima seksualnosti kod žena i muškaraca. *Psihologijske teme*, 15 (1), 101-128.

12. Lipovac, T. (2018). *Privrženost i emocionalni razvoj djece*. Završni rad. Osijek: Filozofski fakultet.
13. Milivojević, Z. (2010). *Emocije*. Zagreb: Mozaik knjiga.
14. Molnar, J., (2012). *Rana privrženost i privrženost u prijateljskim i romantičnim odnosima*. Završni rad. Osijek: Filozofski fakultet.
15. Stefanović, T., Vidanović, S. i Anđelković, V. (2010). Privrženost, agresivnost i potreba za traženjem uzbuđenja u adolescenciji. *Ljetopis socijalnog rada*, 17 (1), 71-92.
16. Svoboda, T., (2013). *Spolne razlike u agresivnosti, empatiji i emocionalnoj inteligenciji u studentskoj populaciji*. Diplomski rad. Osijek: Filozofski fakultet.
17. Vasta, R., Haith, M. M. i Miller, S. A. (1997). *Dječja psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
18. The Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, CASEL, *The University of Chicago Consortium on School Research*, URL : <https://casel.org/>, pristupljeno (15.9.2020.).

Obrazac A.Č.

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET

### IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

kojom ja IVANA RADIĆ, kao pristupnik/pristupnica za stjecanje zvanja magistra/magistrice HRVATSKOG JEZ I KNJIŽ. / PEDAGOGIJE, izjavljujem da je ovaj diplomski rad rezultat isključivo mogega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio diplomskoga rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga diplomskoga rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split, 24. 9. 2020.

Potpis Ivana Radić

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET

IZJAVA O KORIŠTENJU AUTORSKOG DJELA

kojom ja IVANA RADIĆ, kao autor/ica diplomskog rada dajem suglasnost Filozofskom fakultetu u Splitu, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj diplomski rad pod nazivom

RAZVOJ SIGURNE PRIVRŽENOSTI U RANOM DJETINJSTVU,  
I NJENA ULOGA U RAZVOJU EMOCIONALNE KOMPETENCIJE KOD

koristi na način da ga, u svrhu stavljanja na raspolaganje javnosti, kao cjeloviti tekst ili u skraćenom obliku trajno objavi u javnoj dostupni repozitorij Filozofskog fakulteta u Splitu, Sveučilišne knjižnice Sveučilišta u Splitu te Nacionalne i sveučilišne knjižnice, a sve u skladu sa *Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima* i dobrom akademskom praksom.

STARJIH  
ADOLESCENATA

Korištenje diplomskog rada na navedeni način ustupam bez naknade.

Split, 24.9.2020.

Potpis Ivana Radić