Ematija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija budućih odgojiteljica

Kišurek, Magdalena

Undergraduate thesis / Završni rad

2020

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Pula / Sveučilište Jurja Dobrile u Puli**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:137:085206

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-29**

Image not found or type unknown

Repository / Repozitorij:

Digital Repository Juraj Dobrila University of Pula

zir.nsk.hr

Image not found or type unknown

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli
Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

MAGDALENA KIŠUREK

EMPATIJA, PROSOCIJALNO PONAŠANJE I SAMOREGULACIJA BUDUĆIH ODGOJITELJICA

Završni rad

Pula, srpanj 2020.

Sveučilište Jurja Dobrile u Puli

Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti

MAGDALENA KIŠUREK

EMPATIJA, PROSOCIJALNO PONAŠANJE I SAMOREGULACIJA BUDUĆIH ODGOJITELJA

Završni rad

JMBAG: 0303067110, redovita studentica

Studijski smjer: Preddiplomski stručni studij predškolski odgoj

Predmet: Trening socijalnih vještina

Znanstveno područje: Društvene znanosti

Znanstveno polje: Psihologija

Znanstvena grana: Razvojna psihologija

Mentorica: doc. dr. sc. Marlena Plavšić

Sumentorica: Đeni Zuliani, v. pred.

Pula, srpanj 2020.

IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI

Ja, dolje potpisana Magdalena Kišurek, kandidatkinja za prvostupnicu predškolskog odgoja ovime izjavljujem da je ovaj Završni rad rezultat isključivo mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio Završnog rada nije napisan na nedozvoljen način, odnosno da je prepisan iz kojega necitiranog rada, te da ikoji dio rada krši bilo čija autorska prava. Izjavljujem, također, da nijedan dio rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Studentica

_____

U Puli, _____, _____ godine

IZJAVA
o korištenju autorskog djela

Ja, Magdalena Kišurek, dajem odobrenje Sveučilištu Jurja Dobrile u Puli, kao nositelju prava iskorištavanja, da moj završni rad pod nazivom Empatija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija budućih odgojiteljica koristi na način da gore navedeno autorsko djelo, kao cjeloviti tekst trajno objavi u javnoj internetskoj bazi Sveučilišne knjižnice Sveučilišta Jurja Dobrile u Puli te kopira u javnu internetsku bazu završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice (stavljanje na raspolaganje javnosti), sve u skladu s Zakonom o autorskom pravu i drugim srodnim pravima i dobrom akademskom praksom, a radi promicanja otvorenoga, slobodnoga pristupa znanstvenim informacijama.

Za korištenje autorskog djela na gore navedeni način ne potražujem naknadu.

U Puli, _____ (datum)

Potpis

_____

SADRŽAJ

1. Uvod 1
2. Empatija 2
   2.1. Definiranje empatije 2
   2.2. Razvoj empatije 3
   2.3. Vrste empatije 4
3. Prosocijalno ponašanje 7
   3.1. Teorije razvoja prosocijalnog ponašanja 8
      3.1.1. Pristup unutar teorije evolucije 8
      3.1.2. Psihoanalitički pristup 9
      3.1.3. Pristup unutar teorija socijalnog učenja 10
      3.1.4. Kognitivno-razvojni pristup 11
   3.2. Empatija i prosocijalno ponašanje 11
   3.3. Osobne odrednice prosocijalnog ponašanja 12
      3.3.1. Individualne razlike 12
      3.3.2. Spolne razlike 13
      3.3.3. Kulturne razlike 14
      3.3.4. Učinak raspoloženja na prosocijalno ponašanje 14
   3.4. Situacijske odrednice prosocijalnog ponašanja 15
      3.4.1. Okolina 15
      3.4.2. Broj promatrača 16
      3.4.3. Priroda odnosa 17
4. Samoregulacija 19
   4.1. Definiranje i shvaćanje samoregulacije 19
5. Istraživanje 23
   5.1. Svrha i ciljevi 23
   5.2. Metoda 24

5.2.1. Mjerni instrumenti 24
5.2.2. Uzorak 25
5.2.3. Postupak 25
5.3. Rezultati 26
5.3.1. Empatija prosocijalno ponašanje i samoregulacija budućih odgojiteljica 26
5.3.2 Empatija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija s obzirom na dob i godinu studija 28
5.3.3. Povezanost između skala empatije prosocijalnog ponašanja i samoregulacije 30
5.4. Diskusija 34
6. Zaključak 38
7. Literatura 39
8. Sažetak 41
9. Summary 42

1. UVOD

Emocije su jedan od najvažnijih činitelja čovjeka, njegova cjelokupnog bića. One utječu na sveukupno funkcioniranje pojedinca, odnos prema drugim pojedincima, prema objektima, događajima i situacijama. Reguliraju intrapersonalna i interpersonalna ponašanja te utječu na prilagodbu pojedinca. Emocionalno kompetentnom osobom smatra se ona koja je sposobna ovladati svojim emocionalnim doživljajima, odnosno koja je u stanju prikladno reagirati na široki raspon emocionalnih situacija. Danas, u modernom svijetu 21. stoljeća, središte života djece prebačeno je u izvanobiteljske objekte, prvobitno u ustanove ranog i predškolskog odgoja gdje su odgojitelji/odgojiteljice ti/te koji/koje preuzimaju veliki dio uloge roditelja u razvoju djeteta kao moćnog, samostalnog i kompetentnog pojedinca. Oni/one uzorom i primjerom na djecu prenose znanja i kompetencije koje su i sami/same prethodno stekli/stekle. Među kompetencijama koje se javljaju svakodnevno unutar ustanova ranog odgoja i obrazovanju su empatija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija.

S obzirom na to što istraživači podrazumijevaju pod pojmom empatije i kako ju razlikuju od sličnih procesa, mnogo je definicija o tome što ona zapravo je. Mnogi su kognitivni procesi koji utječu na proces empatiziranja. Jedni je izjednačavaju sa simpatijom, odnosno suosjećanjem s drugom osobom, dok drugi o njoj govore kao o svjesnoj aktivnost uživljavanja u tuđe emocije. Osim definiranja empatije i njenih vrsta, u radu se govori o prosocijalnom ponašanju kao ponašanju koje je usmjereno prema drugim ljudima. Razlaže se o aspektu altruizma i o motivima i razlozima ovakvog ponašanja. Uz empatiju i prosocijalno ponašanje bitna je i samoregulacija naših osjećaja i ponašanja kako bi mogli funkcionirati u društvu, uklopiti se u okolinu i adekvatno reagirati na njene potrebe.

U istraživačkom dijelu rada obrađuju se rezultati dobiveni ispitivanjem empatije, prosocijalnog ponašanja i emocionalne interpersonalne samoregulacije, odnosno u kojoj su mjeri buduće odgojiteljce predškolskoga odgoja razvile navedene kompetencije.

2. EMPATIJA

Šire značenje empatije dao je Titchener 1909. godine, koji za nju kaže da je to "kognitivna sposobnost razumijevanja unutarnjeg stanja druge osobe i određena vrsta socijalno-kognitivnih veza" kako navodi Wispe (1968 i 1987; prema Raboteg-Šarić, 1995:49). Kasnije se termin empatije proširio na kliničke i socijalne psihologe te počeo koristiti u psihoterapiji kao proces i tehnika kojom terapeut proživljava stavove drugih. Empatiju mnogi ljudi povezuju s emocionalnom osjetljivošću, nježnošću i brižnošću prema drugima, no to nije njeno najpreciznije objašnjenje. S obzirom na to što istraživači podrazumijevaju pod pojmom empatije i kako ju razlikuju od sličnih procesa, mnogo je definicija o tome što ona zapravo je.

Dobro je znati da empatija nije isto što i simpatija. Kad pokazujemo simpatiju, suosjećamo s drugima. Iako pokazujemo brigu prema drugima, simpatija nas može dovesti do sažaljenja prema nekome umjesto da se pokušamo povezati s njima i razumjeti situaciju. Dakle, dok je simpatija sposobnost putem koje možemo razumjeti patnju i bol nekoga, empatija je svjesna aktivnost putem koje se pokušavamo staviti na mjesto drugoga, povezati se s njim i razumjeti značenje njegovih osjećaja.

Raboteg-Šarić (1995) navodi kako Wispe u većoj mjeri naglašava spoznajni aspekt empatije dok neki drugi autori kao što su Eisenberg i Miller ističu sličnost empatije i simpatije u razumijevanju stanja druge osobe uz razliku da se kroz empatiju čuvstvena reakcija s drugom osobom izjednačava, a kroz simpatiju nije ista već sadrži i osjećaje i brigu za drugoga. Treba imati na umu da se u većini istraživanja ova dva pojma ipak izjednačavaju pa empatija u širem smislu uključuje i pojam simpatije.

2.1. DEFINIRANJE EMPATIJE

Da bi se točnije definirao termin empatije, treba razumjeti ulogu spoznaje kao aktivnog aspekta u empatiziranju. Autori koji zastupaju taj aspekt, ističu kako je kognitivna empatija preduvjet emocionalne empatije. „Eisenberg i Strayer (1987, str. 5) definiraju empatiju kao „emocionalni odgovor koji proizlazi iz emocionalnog stanja i uvjeta druge osobe i koji je sukladan njenoj situaciji ili emocionalnom stanju“. Empatija, dakle, uključuje dijeljenje uočenih emocija drugih osoba.“ (Raboteg-Šarić,1995:51).

Eisenberg i Strayer istražujući mnoge definicije empatije došli su do zaključka da je i za većinu drugih autora empatiziranje dijeljenje čuvstava s drugima.

Hoffman (1987:48, prema Raboteg-Šarić, 1995) tvrdi da je empatija „čuvstvena reakcija koja je prikladnija situaciji nekog drugog nego vlastitoj“. Batson i sur. (1987c:181, prema Raboteg-Šarić, 1995) navode da su to „osjećaji brige i sućuti prema drugima, koje doživljavamo pri opažanju patnje drugih“. Barnett (1987a:146, prema Raboteg-Šarić, 1995) navodi da „empatija znači zamjensko dijeljenje emocija koje su sukladne, ali nisu nužno iste, emocijama drugog pojedinca“. Prema Thompsonu (1987b:246, prema Raboteg-Šarić, 1995) „empatija zahtjeva da opažač dijeli opći emocionalni ton drugih, a slaganje s doživljajima drugih može biti manje ili veće. Obje vrste empatičnih reakcija, one koje zahtijevaju minimalno razumijevanje stanja drugih i one koje zahtijevaju veće prihvaćanje stajališta drugih, mogu se smatrati krajevima istog kontinuuma“. Bryant (1987b:246, prema Raboteg-Šarić, 1995) tvrdi: „Preuzimanje stajališta drugog uključuje kognitivno razumijevanje osjećaja i motiva drugih i kao takvo je instrumentalna vještina. Empatija, s druge strane, uključuje emocionalno reagiranje na čuvstvene doživljaje drugih i kao takva je ekspresivno iskustvo“.

Mnogi su kognitivni procesi koji utječu na proces empatiziranja. Empatija je prihvaćanje uloge drugoga odnosno svjesno shvaćanje situacije koju opažamo, a u kojoj se nalazi druga osoba. Izazvane emocije u procesu empatiziranja u manjoj su mjeri usmjerene na osobu koja empatizira, tj. prikladnije su tuđoj situaciji. Emocije i spoznaja međusobno su povezane i nadopunjavaju se u empatiji te ih je iz toga razloga teško odvojiti zbog čega se prihvaća širi pojam empatije, koji podrazumijeva oba aspekta, pri čemu je naglasak na emocionalnoj empatiji.

2.2. RAZVOJ EMPATIJE

Razvojne razine empatije odgovaraju stadijima kognitivnog razvoja (Raboteg-Šarić, 1995):

1) Globalna empatija karakteristična je za djecu u 1. godini života. Djeca se ponašaju kao da se ono što se događa drugima događa njima, jer još ne razlikuju sebe i druge kao odvojene fizičke objekte.

2) Egocentrična empatija javlja se nakon 1. godine života, na drugoj razini kognitivnog razvoja. Sada dijete potpuno shvaća sebe i druge kao odvojene fizičke entitete. U mogućnosti je doživljavati empatiju, a da istovremeno razumije da je druga osoba, a ne ono samo, u nevolji. Iako još nije sposobno razlikovati unutarnja stanja drugih od vlastitih.

3) Empatija za osjećaje drugih javlja se između 2. i 3. godine života s prihvaćanjem uloge druge osobe. Dijete postaje svjesno da druge osobe imaju vlastite osjećaje koji su odvojeni od njegovih, prikladnije odgovara na znakove koji upućuju na osjećaje drugih. S razvojem govora, dijete je u stanju empatizirati sa sve složenijim emocionalnim stanjima.

4) Empatija za nečije životne uvjete javlja se u kasnom djetinjstvu. Dijete postaje svjesno da druge osobe doživljavaju zadovoljstva i neugodu, kako i u neposrednim situacijama, tako i u širim životnim okolnostima i iskustvima. Empatički izazvani afekti kombiniraju se s mentalnim predodžbama općeg stanja drugih. Na svim različitim razinama razvoja empatije, doživljaj «empatičke nevolje» ima vjerojatno zajedničku afektivnu srž. O kogniciji ovisi kako će osoba doživjeti i nazvati emocionalno uzbuđenje. Prema Hoffmanu (1981; prema Raboteg-Šarić, 1995) afektivne i kognitivne empatije se kombiniraju da bi izazvale kvalitativno različiti doživljaj.

Hoffman (1981; prema Raboteg-Šarić, 1995) također smatra da doživljavanje empatičkog uzbuđenja može biti u osnovi i egoistične i altruistične motivacije za pomaganjem drugima. Međutim, bez obzira na neke «egoistične» elemente, empatija ima određene osobine koje je jasno određuju kao altruistični motiv: izaziva je nevolja drugih, a ne vlastita, glavni cilj akcije je pomoći drugima, a ne sebi, potencijalno zadovoljstvo aktera ovisi o njegovom djelovanju u svrhu reduciranja nevolje drugog.

2.3. VRSTE EMPATIJE

Prema psihologu Danielu Golemanu (2007), empatija je jedna od najvažnijih sastavnica emocionalne inteligencije. Ona nam omogućuje da svijet sagledamo iz perspektive druge osobe, no potrebno je uložiti vrijeme i trud kako bismo razumjeli razmišljanje, stavove i osjećaje drugih. Postavlja se pitanje jesmo li voljni, u kojoj mjeri

i za koje ljude uložiti vlastitu energiju. Psiholozi Daniel Goleman i Paul Ekman razdvojili su koncept empatije u tri sljedeće kategorije (Bariso, 2018).

Kognitivna empatija je sposobnost razumijevanja što druga osoba misli i osjeća. Omogućava nam da se stavimo na mjesto druge osobe i situaciju sagledamo iz njihove perspektive. Pomaže nam u uspješnoj komunikaciji jer se putem nje oslanjamo na informacije koje najbolje odgovaraju sugovorniku. Ne uklapa se u definiciju empatije kao suosjećanja s drugom osobom, već je više logički i racionalni proces. Nudi nam mogućnost da se stavimo u „tuđe cipele" i razumijemo drugoga bez da se previše upletemo u njegove emocije što Paul Ekman, svjetski stručnjak iz područja emocija i naše sposobnosti čitanja i reagiranja na emocije drugih, ističe kao negativnu stranu kognitivne empatije. Narcisti, sociopati i nasilnici, mogu imati razvijenu ovu vrstu empatije koja im omogućava da pronađu najefikasniji način kako ozlijediti svoje žrtve bez da osjete ikakvo suosjećanje prema njima.

Emocionalna ili afektivna empatija je sposobnost da u nekoj mjeri osjetimo ono što osjeća osoba s kojom empatiziramo, kao da su njihove emocije zarazne. Neuroznanstvenici tvrde da veliki dio zasluga u ovoj emocionalnoj zarazi čine zrcalni neuroni[1] koji se u mozgu aktiviraju tijekom izvođenja neke radnje ili promatranja te radnje. Emocionalna empatija je dobra jer nam omogućava da se emocionalno povežemo s drugim osobama i razumijemo što oni osjećaju. S druge strane, ova vrsta empatije može imati negativne aspekte ako osobu koja empatizira preplave emocije uslijed čega dolazi do nemogućnosti reagiranja u određenim situacijama. Ovaj je termin poznat pod nazivom empatička hiperpobuđenost (eng. *empathy overload*).

Suosjećajna empatija (eng. *compassionate empathy*) ili **empatička nevolja** nije samo razumijevanje onoga što drugi osjeća, već i poduzimanje postupaka kojima ćemo mu pomoći u određenoj situaciji. Ova nam vrsta empatije nudi mogućnost da shvatimo što drugi očekuju od nas da učinimo u danoj situaciji.

Da bi dočarali kako ove tri kategorije empatije funkcioniraju zajedno, zamislimo situaciju u kojoj odgojitelj/odgojiteljica u vrtićkoj skupini prilazi uplakanom djetetu koje

[1] Zrcalne su neurone otkrili Giacomo Rizzolatti i suradnici. Primijetili su da se neki neuroni kore mozga makaki majmuna aktiviraju i kada jedinka obavlja neku motoričku radnju i kada primijeti da neka druga jedinka obavlja tu radnju, što upućuje na ulogu zrcalnih neurona u učenju motoričkih vještina oponašanjem. Zrcalni se neuroni u makakija nalaze u području analognome Brocinu području u čovjeka, što je prema nekima dokaz za motoričku teoriju razvoja jezika. (Institut za hrvatski jezik i jezikoslovlje, 2011)

je izgubilo omiljenu igračku. Prva, automatska reakcija najvjerojatnije će biti suosjećanje, dijeljenje osjećaja tuge s djetetom tijekom kojega će odgojitelj/odgojiteljica moguće zagrliti dijete i pružiti mu neku toplu riječ. No pružanje empatije zahtjeva malo više truda. Započinje s *kognitivnom empatijom*, treba zamisliti što bi dijete moglo osjećati, koliko mu je igračka bila važna, je li imala ikakvo posebno značenje za njega ili hoće li i kako utjecati na njegov daljnji boravak u vrtićkoj skupini. *Emocionalna empatija* omogućit će odgojitelju/odgojiteljici da razumije emocije koje prolaze djetetom u tom trenutku. Pokušat će se povezati s njegovim osjećajima, možda putem prisjećanja sličnih iskustava tijekom kojih je dijelio/dijelila iste emocije. Na kraju, *empatička nevolja* će potaknuti odgojitelja/odgojiteljicu da učini potrebne korake da pomogne djetetu da prebrodi neugodne emocije.

3. PROSOCIJALNO PONAŠANJE

60-ih godina 20. stoljeća među psiholozima se javio veći interes za proučavanjem pozitivnih oblika društvenog ponašanja. Dobrotvorno davanje krvi, darivanje novaca, pomaganje, suosjećanje, spašavanje, volontiranje – svako ovo djelo upućeno je prema drugim ljudima i za njih ima pozitivne posljedice. Bilo koje djelo počinjeno s ciljem ostvarivanja dobrobiti za drugu osobu naziva se prosocijalnim ponašanjem (Aronson, Timothy i Akert, 2005).

Postavlja se pitanje: Zašto pomažemo drugim ljudima i koji su motivi našeg pomaganja? Razlozi zašto netko pomaže mogu biti različiti, pomaganje drugom zbog vlastitog interesa, osobna korist, očekivanje da ćemo nešto dobiti zauzvrat i sl. Dakle, motivi prosocijalnog ponašanja mogu biti pozitivni i negativni. Poseban, nesebičan oblik prosocijalnog ponašanja naziva se altruističnim ponašanjem. „Dokle god netko voljno prosocijalno djeluje, tj. nije na to prisiljen, može se tvrditi da namjerava pomoći drugome“ (Raboteg-Šarić, 1995). Altruizam podrazumijeva želju da se pomogne drugome čak i onda kada to rezultira gubitkom za drugu osobu, odnosno kada osoba koja pomaže ne očekuje izvanjske nagrade (Macauley i Berkowitz, 1970; prema Raboteg-Šarić, 1995).

No nisu se svi znanstvenici složili s ovom teorijom. Prema Krebsu (1970; prema Raboteg-Šarić, 1995) altruistično ponašanje mora sadržavati barem malo odricanja ili žrtvovanja. S obzirom na to da su motivacijski čimbenici altruističnog ponašanja još uvijek nejasno definirani, često se koristi širi naziv *prosocijalno ponašanje* za sve one uvjete koji moraju biti zadovoljeni da bi se neko socijalno ponašanje nazvalo altruističnim, a to su:

1. da je ponašanje voljno započeto tj. slobodno od prisile
2. da je poduzeto s namjerom poboljšanja ili održanja dobrobiti drugih
3. da isključuje očekivanje materijalnih ili društvenih nagrada ili izbjegavanje izvanjske nelagode i kazne (Bar-Tel et al., 1982; Eisenberg i Miller, 1987b; prema Raboteg-Šarić, 1995).

3.1. TEORIJE RAZVOJA PROSOCIJALNOG PONAŠANJA

3.1.1. PRISTUP UNUTAR TEORIJE EVOLUCIJE

Charles Darwin (1859; prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005) u svojoj teoriji evolucije zaključio je da prirodnom selekcijom opstaju oni geni koji omogućavaju preživljavanje pojedinca. Dakle, geni koji povećavaju vjerojatnost da ćemo imati potomstvo se prenose s generacije na generaciju, dok se geni koji smanjuju našu vjerojatnost preživljavanja, kao što su geni koji uzrokuju smrtonosne bolesti, ne prosljeđuju. Postavlja se pitanje: Kako se altruistično ponašanje može razviti i opstati u procesu prirodne selekcije, odnosno zašto bi ljudi pomagali drugima uz gubitak za sebe ako im je glavni cilj osigurati vlastito preživljavanje? Noviji evolucijski pristupi o razvoju altruizma pokušali su razjasniti ovu dilemu.

a) Sociobiološko gledište

Sociobiološko gledište objašnjava da se altruistično ponašanje razvija kroz sociobiološku evoluciju tj. kroz selektivnu kumulaciju ponašanja genetskom transmisijom (Raboteg-Šarić 1995). Hamilton (1964; prema Raboteg-Šarić, 1995) je prosocijalno ponašanje u prirodnoj selekciji objasnio kroz termin selekcije srodnika, odnosno pretpostavke da prirodna selekcija preferira ponašanja kojima pomažemo genetskim srodnicima. Ljudi će osigurati da se njihovi geni prenose izravno preko vlastitih potomaka, vlastitom reprodukcijom, ali i neizravno, povećavajući reproduktivnu uspješnost pomažući bratu, sestri, rođacima i ostalim srodnicima koji dijele neke od njihovih gena. Drugim riječima, socijalno ponašanje neke osobe razvija se u smjeru veće vjerojatnosti da će slični geni preživjeti u najvećem broju. Prosocijalno ponašanje prema neznancima objašnjeno je Triversovom teorijom recipročnog altruizma „prema kojemu je prirodna selekcija favorizirala altruistično ponašanje jer ono na dulji rok ima pozitivne posljedice za altruiste“ (Raboteg-Šarić, 1995:19). Pomaganje drugim ljudima povećava vjerojatnost da će nam u budućnosti pomoć biti uzvraćena.

b) Sociokulturalno gledište

Treći način objašnjavanja altruizma kroz evolucijsku teoriju jest kroz usvajanje kulturnih i socijalnih normi. Herbert Simon (1990; prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005) smatrao je da najveću vjerojatnost da će preživjeti imaju ljudi koji uče društvene

norme i običaje, poput onih koju hranu smijemo jesti, a koja je otrovna. Svoje objašnjenje ovoj teoriji iznijeli su i psiholozi Campbell i Cohen (1987; prema Raboteg-Šarić, 1995). Campbell govori o organizaciji društvene okoline kroz prihvaćanje i odbacivanje normi s obzirom na njihovu korist za društvo. Cohen smatra da urođeni altruizam ne postoji, već „u kolikoj će se mjeri altruizam razviti ovisi o prirodi i evoluciji sociokulturalnog sustava koji djeluje na motivaciju i ponašanje ljudi“. On također ističe da se altruizam može naučiti, ali hoće li se on javiti ovisi o različitim kulturama s različitim društvenim strukturama (Cohen, 1987; prema Raboteg-Šarić, 1995:20). Kao posljedica usvajanja pravila o preživljavanju, kroz prirodnu selekciju, učenje socijalnih normi, od kojih je jedna altruizam, postalo je dio naše genetske strukture (Aronson, Wilson i Akert, 2005).

3.1.2. PSIHOANALITIČKI PRISTUP

Prema ovoj teoriji altruističko ponašanje razvija se kroz superego, odnosno kroz razvoj strukture ličnosti. Klasična psihoanalitička teorija ističe da je za formiranje ličnosti važno rano djetinjstvo. Tada se dijete identificira s roditeljima i u tom procesu usvaja ponašanje i socijalne norme koje postaju dio njegovog superega. Sigmund Freud objašnjava kako je ljudskoj prirodi urođena usmjerenost na sebe i doživljavanje zadovoljstva, pa je njegova socijalizacija stroga prisila. Sharabany i Bar-Tal u svojem radu iz 1981. tvrde da se altruizam javlja kao posljedica djelovanja konflikta između ida i superega, odnosno želje za zadovoljavanjem instinkta i usađenih normi koje je pojedinac usvojio u procesu internalizacije (Raboteg-Šarić, 1995).

O razvoju prosocijalnog ponašanja svoje pristupe iznose i psiholozi Fromm i Erickson. Za razliku od sljedbenika Freudovih shvaćanja, neofreudovci ističu pozitivne aspekte u procesu internalizacije prosocijalnih tendencija. Oni „drže da se obrambene funkcije ega mogu u ranijim fazama razvoja transformirati prema svjesnom usklađivanju aktivnosti osobe s njezinim interesima, vrjednotama i namjerama“ (Raboteg-Šarić, 1995:21). Uspješno rješavanje konflikta u odnosu majke i djeteta u ranim fazama razvoja dovodi do formiranja pozitivnog ponašanja. Ekstein (1987, prema Raboteg-Šarić, 1995) i Losco (1986, prema Raboteg-Šarić, 1995) definiraju altruizam kao rezultat zdravog procesa maturiranja i pozitivnu osobinu kognitivno i emocionalno zrele ličnosti.

3.1.3. PRISTUP UNUTAR TEORIJA SOCIJALNOG UČENJA

Prema ovoj teoriji, socijalno ponašanje analizira se kroz proces učenja i proučavanja uvjeta koji ga potiču. Socijalno ponašanje usvaja se opažanjem postupaka drugih ljudi u našoj okolini. „Učenje po modelu“ ili učenje opažanjem, termin je koji je uveo Bandura kako bi objasnio pojavu altruističnog ponašanja kod djece. Promatrajući model koji pomaže drugima, djeca usvajaju pozitivne, poželjne aspekte ponašanja i uče kako se mogu očitovati prosocijalni postupci. Kasnije, opažajući model, oni formiraju standarde prikladnog ponašanja, a model pojačava prethodno utemeljene dispozicije za altruistično ponašanje (Rosenhan,1978, prema Raboteg – Šarić, 1995).

Ranije teorije socijalnog učenja tumačile su posljedice učenja s obzirom na njihove učinke na ponašanje. Jedna od takvih teorija je i teorija socijalne razmjene koja govori da je ono što činimo određeno željom da maksimalno povećamo svoje dobitke, a smanjimo svoje gubitke (Homans, 1961; Lawler i Thye, 1999; Thibaut i Kelley, 1959, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Cialdini, Baumann i Kenrick (1973, prema Batson i Powell, 2003) predlažu razvojni slijed koji se odvija kroz tri faze: kod male djece prosocijalno ponašanje rezultat je vanjskih nagrada i kazni, kod predadolescenata uključeni su i utjecaji društvenih vrijednosti, a kod adolescenata i odraslih javljaju se i internalizirani samonagrađujući mehanizmi.

Kasniji pristupi daju veću važnost kognitivnim činiteljima ponašanja. Istraživanja koja su se bavila ispitivanjem odnosa između djece i roditelja te njihove međusobne interakcije, uključivala su nagrade, kazne, treniranje empatije, osobine altruističnih crta ličnosti, utjecaj modela kao neke od tehnika kojima se poticalo prosocijalno ponašanje. Ta su istraživanja pokazala da ponašanje modela utječe na prosocijalno ponašanje, no da je taj utjecaj kratkotrajan i ovisan o situaciji (Gagne i Middlebrooks, 1977; Staub 1979; Grusec, 1981; prema Raboteg-Šarić, 1995).

Pobornici teorija socijalnog učenja govore o prosocijalnom ponašanju kao sposobnosti koja se stječe kroz iskustvo s okolinom. Neki oblik potkrepljenja nužan je za učenje ovakvog ponašanja, učvršćuje ga i ponavlja. No to ne znači da će svaka buduća pojava prosocijalnog ponašanja biti uvjetovana nekom nagradom. Kroz interakciju s okolinom i proces internalizacije, stječe se samokontrola koja omogućuje

upravljanje vlastitim ponašanjem i onda kada ono ne mora imati pozitivne posljedice za izvođača.

3.1.4. KOGNITIVNO-RAZVOJNI PRISTUP

Ovaj pristup objašnjava do kojih promjena dolazi uslijed kognitivnog, socijalnog i moralnog razvoja kao jednog od bitnijih činitelja razvoja altruizma. Pretpostavljeno je da u osnovi kognitivnih funkcija postoje određene opće strukture koje se kvalitativno mijenjaju i svojstvene su različitim stupnjevima razvoja. Promjene koje se u toj strukturi događaju rezultat su procesa sazrijevanja ličnosti i interakcije s okolinom tijekom koje je uloga okoline samo u stjecanju različitih iskustava koji se onda integriraju u postojeću strukturu i tako nadograđuju i oblikuju samu strukturu (Raboteg – Šarić, 1995).

Zagovornici kognitivno-razvojnog pristupa definiraju altruizam kao razvojno postignuće. Bar – Tal i suradnici (1982, 1985, prema Raboteg – Šarić, 1995) smatraju da se kvalitativne promjene u razvoju očitiju u motivima koji navode na prosocijalne postupke. Dok je moralnost kod male djece vođena specifičnim nagradama i kaznama, djeca višeg razvojnog stupnja pomažu na osnovi vlastitih moralnih uvjerenja, bez očekivanja da će nešto dobiti zauzvrat kao nagradu. Dakle, poznavanje nečijeg moralnog i spoznajnog razvoja daje nam bolji uvid u mogućnost objašnjenja zašto ljudi pomažu jedni drugima. Ovaj pristup ne objašnjava točne procese koji dovode do prosocijalnog ponašanja, već analizira motiviranost za njega s obzirom na kritičko razmišljanje o postupcima pomaganja drugima.

3.2. EMPATIJA I PROSOCIJALNO PONAŠANJE

Vrlo je teško doći do zaključka koji su točni motivi većine socijalnih ponašanja pa tako i onog prosocijalnog. C. Daniel Batson govori o mogućnosti pomaganja drugome iz čisto altruističnih motiva, odnosno da ćemo pomoći nekome i ne očekivati ništa zauzvrat. Ovakav se slučaj događa kada se stavimo u položaj druge osobe, odnosno kada s njom empatiziramo. Batsonova hipoteza empatija – altruizam govori: „Kada doživljavamo empatiju s drugom osobom, pokušat ćemo joj pomoći iz potpuno altruističnih razloga, neovisno o tome možemo li time išta dobiti“ (1991; prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Ako u nekom drugom slučaju ne doživimo empatiju,

naši postupci mogu se odviti u dva smjera. Ako se dogodi socijalna razmjena i postoji mogućnost da iz pomaganja sami izvučemo neku korist, pomoć ćemo pružiti, a u suprotnom nećemo (Aronson, Wilson i Akert, 2005).

Istraživanja koja su ispitivala postojanje čistog altruističnog ponašanja došla su do zaključka da ovu hipotezu nije moguće sa sigurnošću potvrditi. Postupci koji djeluju potpuno altruistično ponekad su motivirani osobnim interesima. Nije moguće dokazati da je motiv nečijeg pomaganja bila čista empatija prema drugoj osobi jer uvijek postoji mogućnost da je osoba postupila tako da bi kasnije izbjegla grižnju savjesti ili neke druge neugodne emocije.

3.3. OSOBNE ODREDNICE PROSOCIJALNOG PONAŠANJA

Događaji u kojima je nekome potrebna pomoć izazivaju brojne procese i reakcije putem kojih potencijalni pomagač definira i percipira samu situaciju. Usvojene norme ponašanja, prirodna selekcija, svjesnost o situaciji neki su od motiva koje potiču prosocijalno ponašanje. Postavlja se pitanje: Ako je sve u temeljnim ljudskim motivima, kako možemo objasniti činjenicu da su neki ljudi skloniji pomaganju od drugih?

3.3.1. INDIVIDUALNE RAZLIKE

Pitanje zašto će u jednoj situaciji potencijalni pomagač odlučiti priskočiti u pomoć, a u drugoj neće, navelo je brojne istraživače da odgovor probaju pronaći u osobinama ličnosti. Eisenberg i sur. (1999), Oliner i Oliner (1988), Panner, Fritzsche, Craiger i Freifeld (1995), Penner i Finkelstein (1998), jedni su od brojnih psihologa koji su u svojim radovima isticali pojam altruistične ličnosti, odnosno obilježja osobe koja pomaže drugima u nizu različitih situacija (svi prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Neka su istraživanja pokazala da postoje znatne individualne razlike u iskazanom ponašanju koje se nisu mijenjale bez obzira na metodu kojom su se mjerile te da su se iste razlike pokazale postojanima.

Na ispitivanju provedenom s jednojajčanim i dvojajčanim blizancima koji su odgajani u istoj obitelji proučavali su se rezultati dobiveni na Rushtonovoj skali altruizma primjenom biometričkog genetičkog modela. Ustanovljeno je da se oko 50 %

varijance odgovora može prepisati genetskim učincima (Rushton, 1986; prema Raboteg-Šarić, 1995). Prema Rushtonu individualne razlike u prosocijalnom ponašanju očituju se u motivacijskom dijelu. Osobe koje su sklonije pomaganju imaju visoko razvijene moralne vrijednosti te su okrenute potrebama drugih ljudi. S druge strane, socijalni psiholozi, među kojima Krebs (1970) i Batson i sur. (1978b), u svojim istraživanjima zaključuju da nijedna od crta ličnosti nije pokazala konzistentni odnos s prosocijalnim ponašanjem te negiraju postojanje altruistične ličnosti. No to ipak ne mora značiti da je prosocijalno ponašanje određeno isključivo vanjskim čimbenicima (svi prema Raboteg-Šarić, 1995).

Situacije u kojima se očituje prosocijalno ponašanje toliko su raznovrsne da nije realno očekivati da će se na osnovi istih crta ličnosti moći predvidjeti ponašanje za svaku situaciji. Valja shvatiti da su svojstva situacije i crte ličnosti u stalnoj interakciji te da na osnovni varijable jednog od ovih čimbenika nije moguće dovoljno dobro objasniti prosocijalno ponašanje.

3.3.2. SPOLNE RAZLIKE

Spolne razlike valja sagledati u kulturnom kontekstu jer u gotovo svim kulturama postoje različite norme za žene i muškarce, zbog čega oni uče cijeniti različite osobine i ponašanja. U zapadnjačkim kulturama obilježja ženske rodne uloge su skrb, brižnost i sklonost k uspostavljanju bliskih, dugotrajnih veza, dok su obilježja muške uloge hrabrost i junaštvo. Iako niti jedan spol nije altruističniji od drugog, veća je vjerojatnost da će žene pomagati na način koji pretpostavlja dugu predanost, a da će muškarci pomagati junački i kavalirski. Eagly i Crowley (1986, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert 2005) pregledom više od 170 istraživanja, u kojima se ispitivalo pomaganje, pokazale su da su muškarci uistinu skloniji junačkom načinu pomaganja koje uključuje rizik i opasnost. Pomaganjem koje podrazumijeva skrb i predanost nije se bavilo mnogo istraživanja, ali ona koja jesu pokazuju da u ovim zadacima žene pomažu znatno više no muškarci (Belansky i Boggiano, 1994; Smith, Wheeler i Diener, 1975, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Može se doći do zaključka da rezultati nisu dosljedni, te je ovo područje potrebno dodatno istražiti.

3.3.3. KULTURNE RAZLIKE

Naučeni skup zajedničkih vrijednosti, stavova, uvjerenja, običaja, jednom riječju nazvano kultura, ono je po čemu se društva razlikuju jedna od drugih. U pregledu kulturnih razlika u prosocijalnom ponašanju važno je razlikovati individualistička od kolektivističkih društava. U zapadnjačkim zemljama prevladava individualistička kultura. Pripadnike ove kulture karakterizira nezavisan doživljaj sebe, dok su kolektivisti obično u ne-zapadnim zemljama te su skloniji definirati sebe u terminima svojih socijalnih odnosa i snažnije se povezuju s drugima. Međutim vrlo je važno napomenuti da će ljudi, neovisno o kulturi kojoj pripadaju, biti skloniji pomoći onome koga smatraju članom svoje vlastite grupe, odnosno grupe s kojom se pojedinac poistovjećuje (Brewer i Brown, 1998, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Također, samo stavljanje kulturnog naglaska na prijateljstvo i prosocijalno ponašanje može dovesti do veće vjerojatnosti pomaganja na gradskim ulicama.

3.3.4. UČINAK RASPOLOŽENJA NA PROSOCIJALNO PONAŠANJE

Na pojavljivanje prosocijalnog ponašanja svoj utjecaj može imati i privremeno, prolazno emocionalno stanje potencijalnog pomagača. Dobro ili loše raspoloženje može biti ključno prilikom odlučivanja hoćemo li ili nećemo pristupiti u pomoć.

a) Učinak pozitivnog raspoloženja: Osjećaš se dobro, činiš dobro

Aronson, Wilson i Akert (2005) u svojem izdanju Socijalne psihologije u kojem, među ostalim, obrađuju i temu prosocijalnog ponašanja, navode istraživanje Alice Isen i Paule Levin iz 1972. godine. Isen i Levin istraživale su utjecaj dobrog raspoloženja na prosocijalno ponašanje u trgovačkim centrima u San Franciscu i Philadelphiji. Dobro raspoloženje kod kupaca izazvali su ostavljajući 10 centi u aparatu za vraćanje novčića u telefonskoj govornici. Suradnik istraživačica prolazio bi pored telefonske govornice držeći u rukama fascikl koji bi zatim namjerno ispustio. Pokazalo se da je 4 % ljudi pomoglo muškarcu iako nisu pronašli kovanicu, dok je postotak ljudi koji je pristupio u pomoć nakon što je pronašao novčić iznosio 84 %. Istraživači su dokazali da je učinak „osjećaš se dobro, činiš dobro“ djelotvoran u brojnim situacijama. Osim toga, kad smo dobro raspoloženi, pomaganje drugome izaziva još više ugodnih

osjećaja što želimo postići, a nepomaganje bi vjerojatno utjecalo na smanjenje dobrog raspoloženja s čime se u trenutcima sreće ne želimo susresti.

b) Oslobađanje od negativnog problema: Osjećaš se loše, činiš dobro

Jedna vrsta lošeg raspoloženja gotovo uvijek povećava sklonost pomaganju – osjećaj krivnje (Baumeister, Stillwell i Heatherton, 1994; Estrada-Hollenbeck i Heatherton, 1998, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Ljudi se obično ponašaju u skladu s onim postupcima kojima će izbjeći osjećaj krivnje, odnosno da dobra djela poništavaju loša. (Pozitivnim ponašanjem pokušavamo „poništiti“ i ispraviti ono neugodno emocionalno stanje koje osjećamo nakon što smo učinili nešto „loše“ i uspostaviti ravnotežu u organizmu. U skladu s tim i tuga, kao neugodno emocionalno stanje, može povećati sklonost pomaganju. Kada su tužni, ljudi su motivirani uključiti se u aktivnosti koje će im poboljšati raspoloženje (Wegener i Petty, 1994, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Ovu pretpostavku da pomaganjem ljudi umanjuju vlastitu tugu i nelagodnost, Robert Cialdini naziva hipotezom oslobođenja od negativnog raspoloženja (prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). Može se zaključiti da ljudi pomažu drugima da bi pomogli sami sebi.

3.4. SITUACIJSKE ODREDNICE PROSOCIJALNOG PONAŠANJA

Ljudi se razlikuju u prosocijalnom ponašanju po svojim osobinama ličnosti, raspoloženju i ovisno o svom odgoju. No bilo kakvo ponašanje individue, pa tako i ono prosocijalno, nije određeno isključivo osobnim sastavnicama. Da bi u potpunosti definirali prosocijalno ponašanje neke osobe, u obzir moramo uzeti i odrednice situacije u kojoj se osoba nalazi. Treba razmotriti na koji način na postupke osobe utječe okolina, broj pomagača i priroda odnosa.

3.4.1. OKOLINA

Da bi definirali utjecaj okoline, korisno je razlikovati urbanu od ruralne sredine. Prema ispitivanjima istraživača i uspoređivanja učestalosti pomaganja ovih dviju sredina, dosljedno se pokazalo da su ljudi iz ruralnih sredina pokazali veću sklonost pomaganju (Korte, 1980; Steblay 1987; prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005).

Ovu je činjenicu dokazao i Paul Amato (1983, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005) u svojem eksperimentu u kojem je izmislio nesretan slučaj pada muškarca koji je ozlijedio potkoljenicu. U manjim gradovima ruralnog područja, 50 % ljudi uskočilo je u pomoć, dok se u većim gradovima na pomoć odlučilo svega 15 % prolaznika. Jedno od mogućih odgovora na ovu pojavu jest da odrastanje u manjim gradovima potiče razvoj altruistične ličnosti, dok ju odrastanje u većim gradovima otežava, što također znači da bi osoba rođena u ruralnom području prije uskočila u pomoć čak i ako se nalazi u većem gradu.

Drugu mogućnost predložio je Stanley Milgram (1970; prema Aronsonu, Wilsonu i Akert 2005) koji umjesto ličnosti osobe naglašava situacijsko okruženje ljudi. Prema njegovoj hipotezi urbane prenapučenosti, ljudi koji žive u velikim gradovima pod stalnim su pritiskom i utjecajem raznih izvanjskih podražaja te se zbog toga zatvaraju u sebe kako bi izbjegli da ih okupiraju. Prema ovome stajalištu, ako se ljudi, rođeni i odrasli u većim urbanim sredinama nađu u manjoj sredini, pomagat će u jednakoj mjeri kao i ljudi iz tih manjih sredina. Više je dokaza koji podupiru drugu hipotezu. Jedan od njih je i onaj Nancy Steblay (1987, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005) čije je istraživanje pokazalo da je kod odluke hoće li ili neće netko pružiti pomoć, bitnija situacijska odrednica, odnosno u kojem se području situacija dogodila, nego same osobine osobe. Također, neovisno o broju stanovnika, gradovi s većom gustoćom stanovništva uzrokuju manju stopu pomaganja što potvrđuje hipotezu prenapučenosti.

3.4.2. BROJ PROMATRAČA

Iako je logično vjerovati da se vjerojatnost da će netko priskočiti u pomoć povećava s brojem promatrača, istina je drugačija. Brojna su istraživanja pokazala suprotno: što je veći broj ljudi koji svjedoče situaciji, vjerojatnost da će netko od njih pomoći smanjuje se. Jedan od prvih slučajeva kojim je ova hipoteza potvrđena, jedno je od najpoznatijih ubojstava u Sjedinjenim Američkim Državama. Bibb Latané i John Darley (1970, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005) socijalni su psiholozi koji su svoju karijeru usmjerili na istraživanje fenomena broja promatrača. U svojim radovima spominju slučaj Kitty Genovese, građanke New Yorka koja je, vraćajući se u svoj stan, izbodena na smrt. Usmjerili su se na činjenice da nitko od 38 osoba, koje su u trenutku ubojstva bile u blizini, nije priskočio u pomoć iako su čuli zastrašujuće krikove žrtve.

Jedan od poznatijih eksperimenata koji je potvrdio pretpostavke Latanéa i Darleya istraživanje je u kojem su sudionici sjedili u izoliranim kabinama te su putem razglasa međusobno raspravljali o studentskom životu. U eksperimentu je zapravo postojao samo jedan stvarni sudionik dok su ostali „imaginarni“ sudionici bili unaprijed snimljeni glasovi. Jedan od „imaginarnih“ sudionika, usred razgovora, doživljava epileptički napad, priziva u pomoć te naposljetku utihne. Cilj istraživanja bio je vidjeti hoće li stvarni sudionik pomoći žrtvi ili će se, kao susjedi Kitty Genovese, oglušiti na pozive upomoć. Sukladno pretpostavkama, zaključilo se da je većina ispitanika priskočila u pomoć unesrećenom studentu kada su mislili da su jedini promatrači. Tada ih je 85 % pomoglo u prvih 60 sekundi, a do dvije i pol minute i svih 100 % ispitanika. Kada su mislili da postoji još jedan sudionik razgovora, osim studenta s napadajem, pomoć je ukazalo 65 %, a samo 31 % ispitanika pomoglo je kada su mislili da je uz njih još četvero ostalih studenata.

Nastavljajući svoja istraživanja, Latané i Darley došli su do zaključka o pet koraka po kojima netko odlučuje hoće li reagirati u slučaju nesreće. To su: primjećivanje događaja, tumačenje događaja kao nesretnog slučaja, preuzimanje odgovornosti, znanje o tome kako pružiti pomoć i odluka o pružanju pomoći (prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005).

3.4.3. PRIRODA ODNOSA

U prethodnom dijelu rada u većini se raspravljalo o pomaganjima među strancima. Međutim, prosocijalno ponašanje u svakodnevnom životu najčešće se odvija unutar uske skupine ljudi, odnosno među onima koji većinu vremena provode zajedno, kao što su članovi obitelji, ljubavnici, prijatelji, kolege na poslu i sl. Ovdje je važno razmotriti razliku između dvije vrste odnosa, odnosa razmjene i odnosa zajedništva. Odnos razmjene većinom se zbiva među strancima te ga karakterizira očekivanje da će pružena pomoć biti uzvraćena. U odnosu zajedništva sudjeluju oni koji se prvenstveno brinu o potrebama i dobrobiti druge osobe.

Jedno od objašnjenja navodi kako su dobiti zbog pomaganja jednako važne u obje vrste odnosa, ali se priroda dobiti razlikuje (Batson, 1993; prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005). U odnosu razmjene, nju očekujemo u poprilično kratkom roku. Ako kolegi na poslu isprintamo važan dokument, očekujemo da će za koji dan on učiniti

nešto što bi pomoglo nama. U odnosu zajedništva za primjer možemo uzeti najbliži ljudski odnos, onaj između roditelja i djeteta. U najvećem broju slučajeva, roditelji će bez iznimke pružiti pomoć svome djetetu. Kod odlučivanja hoće li nešto učiniti, ne razmišljaju o tome što su djeca učinila za njih. Iako možda pri toj pomoći gube vrijeme za vlastite interese, ono što dobivaju je dugoročno zadovoljstvo zbog odnosa koji su stvorili sa svojom djecom.

Margaret Clark i Judson Mills (1993, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005) tvrde da se odnos zajedništva i odnos razmjene zapravo razlikuju u svojoj biti, a ne samo u vrstama nagrada kojima prethode. U odnosima zajedništva ljudi su u manjoj mjeri zabrinuti za korist koju će imati od pomaganja, a više su usmjereni za dobrobit druge osobe i zadovoljavanje njenih potreban. Hipoteza je to koja je potvrđena različitim istraživanjima. Ukratko, čini se da se pravila i norme razlikuju kod pomaganja u obje vrste odnosa. Odnos zajedništva najčešće uspostavljamo s prijateljima i drugim bliskim osobama te je činjenica da ćemo njima prije pomoći nego strancu. U održavanju samopoštovanja Abraham Tesser (1988, prema Aronsonu, Wilsonu i Akert, 2005) to je i dokazao, no ističe kako je to slučaj u situacijama kada je osobi koja pomaže zadatak nevažan. Kada nam je zadatak važan te kada njegovo izvršenje izravno utječe na razinu samopoštovanja, skloniji smo pomoći nepoznatoj osobi jer bi promatranje bliske osobe koja je u nama bitnom području uspješnija od nas, za nas predstavljalo neugodno i bolno iskustvo (Aronson, Wilson i Akert, 2005).

4. SAMOREGULACIJA

Chabot, D. i Chabot M. (2009) smatraju emocionalnu inteligenciju skupom kompetencija koje nam omogućuju prepoznavanje i razumijevanje vlastite i tuđe emocije kako bismo bolje komunicirali, donosili dobre odluke, određivali svoje prioritete, motivirali sebe i druge te održavali dobre međuljudske odnose. Samoregulacija je jedna od tih kompetencija. Bilo da se radi o regulaciji emocija, mišljenja ili ponašanja, ona je značajna za kvalitetno društveno funkcioniranje. Kako bismo adekvatno funkcionirali u društvu, od nas se zahtjeva prilagodba okolini i kontrola vlastitih unutarnjih stanja. Samoregulacija omogućava osobi uskladiti izražavanje vlastitih emocija sa zahtjevima okoline, zaštititi se od neugodnih emocija, obuzdati ih i usmjeriti tako da ne ometaju njezino funkcioniranje.

Da bismo mogli upravljati svojim emocijama, najprije ih trebamo znati prepoznati i razumjeti. Upravljanje vlastitim emocijama moguće je samo ako djelujemo na svaku emocionalnu komponentu, tj. na upravljanje neverbalnim izražavanjem, tjelesnim reakcijama, ponašajnim reakcijama, vlastitim spoznajama i emocijama (Chabot i Chabot, 2009).

4.1. DEFINIRANJE I SHVAĆANJE SAMOREGULACIJE

Kod upotrebljavanja termina samoregulacije u psihologiji, moguće je referirati se na jedan od dva njezina termina, samoregulacija ponašanja i samoregulacija emocija.

Samoregulacija ponašanja omogućuje nam da se ponašamo na „ispravan“ način iako se tako ne osjećamo u danom trenutku. Ona nam omogućuje sposobnost djelovanja koje u interesu ima zadovoljavanje dugoročnih potreba i koje je u skladu s našim moralnim uvjerenjima (Stosny, 2011; prema Ackerman, 2019). Za primjer uzmimo situaciju u kojoj smo se probudili rano ujutro nakon jučerašnjeg kasnonoćnog izlaska. Vrlo je vjerojatno da se nećemo osjećati motivirano i sposobno ustati se, spremiti i otići na posao. Tada se pokreće samoregulacija ponašanja te nas podsjeća na dugoročne ciljeve i planove koje ćemo ostvariti samo ako se aktiviramo.

S druge strane, samoregulacija emocija je sposobnost da kontroliramo i utječemo na naše unutarnje stanje. Ona nam omogućuje da se smirimo u trenutcima kada smo ljutiti te da se oraspoložimo u trenutcima kada smo potišteni. Mayer i Salovey (1999:29) navode četiri sastavnice regulacije emocija koje podupiru emocionalni i intelektualni razvoj individue:

- „sposobnost da se ostane otvoren prema osjećajima, kako ugodnima tako i neugodnima;
- sposobnost refleksivnog uključivanja u emocije ili isključivanja iz njih, ovisno o procjeni njihove informativnosti ili korisnosti;
- sposobnost refleksivnog praćenja emocija u odnosu na sebe i druge, kao što su prepoznavanje koliko su one jasne, tipične, utjecajne ili razborite;
- sposobnost upravljanja emocijama u sebi i drugima ublažavanjem negativnih emocija i pojačanjem ugodnih, a da se ne umanji ili prenapregne informacija koju one prenose.“

Karoly (1993:158) objašnjava da: „Regulacija podrazumijeva modifikaciju kognicije, motivacije, emocija, ponašanja, namjernim ili automatiziranim korištenjem specifičnih mehanizama, strategija i pomoćnih meta-vještina, a pokreće se onda kada su onemogućene rutinske aktivnosti ili usmjerenost prema cilju na neki drugi način postane salijentna“ (prema Mujagić, Buško, 2012).

Pojam samoregulacije u stručnim člancima među prvima u svojim ranim radovima koristi Albert Bandura u kojima prvenstveno razmatra samoučinkovitost. Bandura u svojim istraživačkim radovima govori o samoregulaciji kao kontinuirano aktivnom procesu koji se sastoji od tri osnove podfunkcije: (1) Samoopažanje ponašanja, odrednica i učinaka: pratimo vlastito ponašanje, utječemo na njega i na njegove posljedice; (2) Procjene ponašanja u odnosu s osobnim standardima i okolinskim okolnostima; (3) afektivna samoreakcija: reagiramo na svoje ponašanje, što mislimo i kako se osjećamo prema njemu (Bandura, 1997; prema Jurić, 2004).

Bandura također ističe da samoregulacija obuhvaća mehanizam samoučinkovitosti koji igra središnju ulogu u provođenju osobne djelatnosti, izrazitim utjecajem na razmišljanje, afekt, motivaciju i djelovanje. Kao primjer se može uzeti dvije osobe koje odluče izgubiti nepotrebne kilograme. Prva osoba duboko vjeruje da će uspjeti doći do svog cilja, dok druga osoba i nije toliko sigurna. Iako se obje osobe

drže plana i programa svoje dijete, logično je vjerovati da će osoba s visoko razvijenom samoučinkovitosti duže izdržati u započetom procesu i da će njezino vježbanje biti uspješnije (Ackerman, 2019).

Za pokretanje neke akcije osoba mora imati psihološke resurse kojima će regulirati svoje ponašanje i emotivno stanje. Jedan od tih resursa je samo-regulativna snaga ili snaga volje. Psihološko prilagođavanje zahtjevima okoline tijekom životnog vijeka, sa stajališta samoregulacije, Tucak i sur. (2017; prema Lacković-Grgin, Penezić, 2017) objašnjavaju preko tri načina: primarna, sekundarna i tercijarna kontrola.

Primarna kontrola ili direktna akcija usklađuje okolni svijet s vlastitim željama, interesima i ciljevima. Pretjerana upotreba ove kontrole može dovesti do umanjenja nekih pozitivnih osobina ličnosti te do depresivnog stanja ličnosti. Drugi način djelovanja, sekundarna kontrola, realizira se u snižavanju ciljeva kako bi se oni prilagodili i uklopili u nove okolnosti. Kada ni primarna ni sekundarna kontrola ne mogu rezultirati ciljevima kojima težimo, javlja se tercijarna kontrola. „Tercijarna kontrola uključuje racionalizaciju, maštanje, izbjegavanje tj. zrele obrambene mehanizme… (Lacković-Grgin i Penezić (2017: 221).“

Pojedinci se većinom trude maksimizirati kapacitet primarne kontrole, no u mnogim područjima to neće uspjeti bez uporabe sekundarne kontrole, jer je ona ključna kako bi se ostvario uspjeh ciljeva iz primarne kontrole. Sličan je utjecaj i tercijarne kontrole koja ublažava negativna iskustva tijekom razvoja. Mnogi autori pokušavaju svesti samoregulaciju isključivo na sekundarnu kontrolu jer ona po definiciji znači mijenjanje samoga sebe prema zahtjevima okoline (Lacković-Grgin i Penezić, 2017).

Jedno od shvaćanja samoregulacije je i model *asimilativnog i akomodativnog sustava suočavanja* (Brandstädter i Renner, 1990; prema Lacković-Grgin i Penezić, 2017): da bi se tijekom života pojedinca uspostavila ravnoteža između dobitaka i gubitaka i postiglo zadovoljstvo, osim ostvarivanja ciljeva potrebno je te ciljeve prilagoditi uvjetima okoline i dovesti ih na izvodljivu razinu. Prema ovome modelu to se postiže metodama asimilacije i akomodacije. Asimilacija je proces kojim se pojedinac trudi promijeniti situaciju i prilagoditi ju svojim ciljevima i ambicijama, a akomodacija je promjena vlastitih ciljeva i ambicija zahtjevima situacije. S funkcionalnog gledišta

nalazimo sličnost asimilacije s primarnom kontrolom, a akomodacije sa sekundarnom. No ne mogu se izjednačiti jer model asimilacije s povećanjem dobi slabi, a akomodacija jača, dok je suprotno tome, primarna kontrola stabilna do vrlo kasne životne dobi.

Samoregulaciju konkretizira i SOC model koji se sastoji od procesa selekcije, optimizacije i kompenzacije (Baltes i Baltes, 1990; prema Lacković-Grgin i Penezić, 2017). Kada se pojedinac susretne s neuspjehom, najprije se pokreće proces selekcije, odnosno odabir onih ciljeva koji mogu biti ostvareni u određenoj situaciji, a odbacivanje svih ostalih. Zatim slijedi proces optimizacije koji se odnosi na odabir različitih načina za postizanje zacrtanih ciljeva te kompenzacije, čija je svrha pronalazak alternativnih načina u trenutku kada postojeći načini više ne mogu dovesti do ostvarenja ciljeva.

Integriranjem različitih pristupa shvaćanju definicije samoregulacije možemo doći do zaključka da svaki od njih samoregulaciju određuje kao postupak u kojem se različitim procesima teži zadovoljiti unaprijed postavljeni zadatak. Ti procesi uključuju upravljanje vlastitim emocija i ponašanjem, prilagodbu na situaciju i na tuđe afekte i ponašanje, prilagodbu tuđih emocija na situaciju i prilagodbu situacije našim ciljevima.

5. ISTRAŽIVANJE

Odgojitelj/odgojiteljica djece predškolske dobi osoba je koja sadrži osobne, profesionalne i stručne kompetencije, sposobnosti i motiviranost za rad. Jedne od sposobnosti koje su izražene u ovoj struci su empatija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija. Empatija je sposobnost putem koje je odgojitelj/odgojiteljica u mogućnosti razumjeti osjećaje i potrebe onih kojima je okružen/okružena u ustanovi predškolskog odgoja. To je sposobnost koja nam olakšava da djelujemo postupcima kojima ćemo najbolje pomoći nekome u određenoj situaciji. Prosocijalno ponašanje povezano je s pomaganjem drugim osobama. U najvećoj mjeri prosocijalno ponašanje smatra se nesebičnim postupcima kojima smo spremni napraviti nešto pozitivno za drugoga ne očekujući išta zauzvrat. Samoregulacija je sposobnost koja nam omogućuje upravljanje vlastitim emocijama, mislima i ponašanjem kako bi se mogli nositi sa svakodnevnim zahtjevima okoline i prilagoditi se situaciji s kojom se suočavamo.

5.1. Svrha i ciljevi

Svrha je ovoga istraživanja istražiti razinu empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije budućih odgojiteljica predškolske djece.

Prvi cilj ovog istraživanja je ispitati razinu empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije budućih odgojiteljica.

Drugi je cilj ispitati postoje li razlike u razinama empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije s obzirom na dob i godinu studija ispitanica.

Treći cilj je ispitati povezanost između empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije.

5.2. METODA

5.2.1. Mjerni instrumenti

Za ispitivanje empatije korišten je upitnik (Pokrajac – Bulian i Tatalović, 2001) koji se sastoji od 24 tvrdnje. Upitnik mjeri četiri dimenzije empatije: empatijsku brigu (6 tvrdnji; npr. „Obično se u većoj mjeri ne uznemiravam zbog nesreće drugih ljudi.“), maštu (4 tvrdnje; npr. „Kada čitam zanimljivu priču ili roman, zamišljam kako bih se ja osjećao/la da se događaji iz priče dešavaju meni.“), preuzimanje perspektive druge osobe (8 tvrdnji; npr. „Kada sam uzrujan/na zbog nekoga, obično se pokušavam staviti na njegovo mjesto.“) i osobnu uznemirenost (6 tvrdnji; npr. „Plašim se kada se nalazim u napetim emocionalnim stanjima.“). Sudionice svoje odgovore bilježe na Likertovoj skali od 1 do 5 pri čemu 1 označava „uopće se ne slažem“, a 5 označava „u potpunosti se slažem“. Rezultati na dimenziji empatijske brige mogu varirati od 6 do 30, na dimenziji mašte od 4 do 20, na dimenziji preuzimanja perspektive druge osobe od 8 do 40 te na dimenziji osobne uznemirenosti od 6 do 30. Viši rezultati na svim skalama označavaju razvijeniju empatiju.

Za ispitivanje prosocijalnog ponašanja korištena je skala PTM (engl. The Prosocial Tendencies Measure; Carlo, Hausmann, Christiansen i Randall, 2003). Upitnik se sastoji od 25 tvrdnji i mjeri šest dimenzija prosocijalnog ponašanja: javno prosocijalno ponašanje (4 tvrdnje; npr. „Najbolje mogu pomoći nekome kada me drugi promatraju.“), anonimno prosocijalno ponašanje (5 tvrdnji; npr. „Preferiram donirati novac, a da nitko ne zna.“), prosocijalno ponašanje u kriznim situacijama (3 tvrdnje; npr. „Sklon sam pomagati ljudima koji su u stvarnoj krizi ili potrebi.“), emocionalno prosocijalno ponašanje (5 tvrdnji; npr. „Dobro se osjećam kada mogu utješiti nekoga tko je vidno uzrujan.“), suradnja (2 tvrdnje; npr. „Ne oklijevam kada me ljudi pitaju da im pomognem.“) i altruizam (6 tvrdnji; npr. „Mislim da je jedna od najboljih stvari u pomaganju drugima, to što se osjećam dobro.“). Ispitanice svoje odgovore bilježe na Likertovoj skali od 1 do 5 pri čemu 1 označava „uopće se ne slažem“, a 5 označava „u potpunosti se slažem“. Rezultati na dimenziji javnog prosocijalnog ponašanja mogu varirati od 4 do 20, na dimenziji anonimnog prosocijalnog ponašanja od 5 do 25, na dimenziji prosocijalnog ponašanja u kriznim situacijama od 3 do 15, na dimenziji emocionalnog prosocijalnog ponašanja od 5 do 25, na dimenziji suradnje od 2 do 10

te na dimenziji altruizma od 6 do 30. Viši rezultati na svim skalama označavaju razvijenije prosocijalno ponašanje.

Za ispitivanje samoregulacije korištena je skala koju su razvili Stefan G. Hofmann, Joseph K. Carpenter i Joshua Curtiss (2016), a sastoji od 20 tvrdnji. Upitnik mjeri četiri dimenzije interpersonalne samoregulacije: Povećanje pozitivnog raspoloženja (5 tvrdnji; npr. „Volim biti u društvu kad sam uzbuđen, da s drugima podijelim svoju radost.“), preuzimanje perspektive (5 tvrdnji; npr. „Pomaže mi nositi se sa svojom depresijom, kad drugi ističu da nisu stvari tako loše kakvima se čine.“), umirivanje (5 tvrdnji; npr. „Tražim društvo kad sam uzrujan, da mi ponude suosjećajnost.“), socijalno modeliranje (5 tvrdnji; npr. „Kad sam frustriran, pomaže mi kad vidim kako bi se drugi ponašali u istoj situaciji.“). Ispitanice svoje odgovore bilježe na Likertovoj skali od 1 do 5 pri čemu 1 označava „uopće se ne slažem“, a 5 označava „u potpunosti se slažem“. Rezultati na dimenziji povećanja pozitivnog raspoloženja mogu varirati od 11 do 25, na dimenziji preuzimanja perspektive od 5 do 22, na dimenziji umirivanja od 6 do 22 te na dimenziji socijalnog modeliranja od 7 do 25. Viši rezultati na svim skalama označavaju razvijeniju interpersonalnu samoregulaciju.

5.2.2. Uzorak

Istraživanje je provedeno nad prigodnim uzorkom od 58 sudionica u rasponu dobi od 19 do 34 godine. Od ukupnog broja sudionica koje studiraju predškolski odgoj u Republici Hrvatskoj, 18 je studentica 1. godine preddiplomskog studija, 10 studentica 2. godine preddiplomskog studija, 25 studentica 3. godine preddiplomskog studija, 4 studentice 1. godine diplomskog studija i 1 studentica 2. godine diplomskog studija. Sudionice su podijeljene u 5 dobnih skupina, 19, 20, 21, 22 te 23 i više godina.

5.2.3. Postupak

Upitnik je objavljen na društvenim mrežama te su mu sudionice mogle pristupiti preko *Google* obrasca. Vremensko trajanje ispunjavanja upitnika je 10 minuta, a prikupljanje podataka trajalo je mjesec dana, od kraja svibnja do kraja lipnja 2019. godine. Sudjelovanje je bilo dobrovoljno i anonimno. Sudionicama je bila osigurana anonimnost.

5.3. Rezultati

5.3.1. Empatija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija budućih odgojiteljica

Deskriptivni podaci na skalama empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije nalaze se u tablicama 1, 2 i 3.

Tablica 1. *Rezultati na skali i subskalama empatije*

	Prosječna vrijednost	Standardna devijacija	Ostvareni raspon	Mogući raspon
Empatijska briga	20.62	2.58	16 – 27	6 – 30
Mašta	14.05	4.07	4 – 20	4 – 20
Preuzimanje perspektive druge osobe	31.84	5.00	21 – 40	8 – 40
Osobna uznemirenost	19.71	4.25	10 – 28	6 – 30
Ukupna empatija	86.22	10.24	63 – 107	24 – 120

Prema dobivenim prosječnim vrijednostima može se zaključiti da sudionice imaju relativno visoku empatiju i sve njezine dimenzije: empatijsku brigu, maštu, sposobnost preuzimanja perspektive druge osobe te osobnu uznemirenost (tablica 1).

Tablica 2. *Rezultati na skali i subskalama prosocijalnog ponašanja*

	Prosječna vrijednost	Standardna devijacija	Ostvareni raspon	Mogući raspon
Javno prosocijalno ponašanje	8.07	3.03	4-17	4-20
Anonimno prosocijalno ponašanje	13.05	3.30	6-19	5-25
Prosocijalno ponašanje u kriznim situacijama	12.35	2.19	7-15	3-15
Emocionalno prosocijalno ponašanje	15.09	3.08	9-20	5-25
Suradnja	7.72	1.27	5-10	2-10
Altruizam	20.14	1.99	16-24	6-30
Ukupno prosocijalno ponašanje	76.41	8.25	60 – 101	25 – 125

Prema dobivenim prosječnim vrijednostima može se zaključiti da sudionice imaju srednje razvijeno prosocijalno ponašanje. Po pojedinim dimenzijama, javno prosocijalno ponašanje i anonimno prosocijalno ponašanje relativno su niski. Prosocijalno ponašanje u kriznim situacijama, suradnja i altruizam kod studentica visoko su izraženi, dok je emocionalno prosocijalno ponašanje srednje razine.

Tablica 3. *Rezultati na skali i subskalama samoregulacije*

	Prosječna vrijednost	Standardna devijacija	Ostvareni raspon	Mogući raspon
Povećanje pozitivnog raspoloženja	19.45	3.78	11-25	5-25
Preuzimanje perspektive	13.88	4.13	5-22	5-25
Umirivanje	13.19	4.02	6-22	5-25
Socijalno modeliranje	15.45	4.34	7-25	5-25
Ukupna samoregulacija	61.97	13.08	35 – 86	20 – 100

Dobiveni rezultati ukazuju na srednje razvijenu samoregulaciju. Prema dobivenim prosječnim vrijednostima svake subskale samoregulacije može se zaključiti da sudionice imaju visoko izraženo povećanje pozitivnog raspoloženja. Preuzimanje perspektive te umirivanje su niže izraženi, dok je socijalno modeliranje srednje razvijeno.

5.3.2. Empatija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija s obzirom na dob i godinu studija

Ispitivale su se razlike u skalama empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije s obzirom na dob i godinu studija sudionica.

Kako bi se provjerile razlike u empatiji, prosocijalnom ponašanju i samoregulaciji s obzirom na dob i godinu studija sudionica, koristila se ANOVA.

Dobivena je statistički značajna razlika u mašti (subskala empatije) s obzirom na dob sudionica [$F (4,57) = 2.91$, $p < 0.05$]. Najviši rezultat na subskali mašte ima dobna

skupina 23 i više godina (M = 15.59., SD = 3.89) dok najniži rezultat ima dobna skupina 22 godine (M = 11.09, SD = 3.75).

Nije dobivena statistički značajna razlika u ostalim subskalama empatije s obzirom na dob sudionica: emocionalnoj brizi [F (4,57) = 1.94, p > 0.05], preuzimanju perspektive druge osobe [F (4,57) = 2.35, p > 0.05] te osobnoj uznemirenosti [F(4, 57) = 1.49, p > 0.05], niti u ukupnoj empatiji [F (4,57) = 2.26, p > 0.05].

Nije dobivena statistički značajna razlika na skali prosocijalnog ponašanja [F (4,57) = 0.36, p > 0.05], kao niti u jednoj od subskala s obzirom na dob sudionica: u javnom prosocijalnom ponašanju [F (4,57) = 1.37, p > 0.05], anonimnom prosocijalnom ponašanju [F (4,57) = 0.05, p > 0.05], prosocijalnom ponašanju u kriznim situacijama [F (4,57) = 1.03, p > 0.05], emocionalnom prosocijalnom ponašanju [F (4,57) = 0.93, p > 0.05], suradnji [F (4,57) = 1.26, p > 0.05] i altruizmu [F (4,57) = 1.95, p > 0.05].

S obzirom na dob sudionica, dobivena je značajna razlika na skali samoregulaciji [F (4,57) = 2.96, p < 0.05]. Najmlađe studentice (19 god.) imaju značajno više rezultate (M = 71.14) od studentica koje imaju 20 (M = 54.78) i 22 godine (M = 57.46), a studentice koje imaju 21 godinu također imaju značajno više rezultate (M = 67.64) od kolegica koje imaju 20 i 22 godine. No nije dobivena statistički značajna razlika niti u jednoj od subskala samoregulacije: povećanju pozitivnog raspoloženja [F (4,57) = 1.33, p > 0.05], preuzimanju perspektive [F (4,57) = 2.38, p > 0.05], umirivanju [F (4,57) = 1.87, p > 0.05] i socijalnom modeliranju [F (4,57) = 2.19, p > 0.05].

Prema godini studija, sudionice su podijeljene u četiri skupine: studentice prve godine, studentice druge godine, studentice treće godine te apsolventice.

Nije dobivena statistički značajna razlika na skali empatije[F (3,57) = 0.386, p > 0.05], kao niti na njezinim subskalama s obzirom na godinu studija: emocionalnoj brizi [F (3,57) =0.25, p > 0.05], mašti [F (3,57) = 0.37, p > 0.05], preuzimanju perspektive druge osobe [F (3,57) = 0.61, p > 0.05] te osobnoj uznemirenosti [F (3, 57) = 0.58, p > 0.05].

Nije dobivena statistički značajna razlika na skali prosocijalnog ponašanja [F (3,57) = 0.52, p > 0.05], niti na subskalama prosocijalnog ponašanja s obzirom na godinu studija: javnom prosocijalnom ponašanju [F (3,57) = 1.87, p > 0.05], anonimnom prosocijalnom ponašanju [F (3,57) = 0.10, p > 0.05], prosocijalnom ponašanju u kriznim situacijama [F (3,57) = 0.66, p > 0.05], emocionalnom prosocijalnom ponašanju [F

(3,57) = 0.85, p > 0.05], suradnji [F (3,57) = 0.96, p > 0.05] i altruizmu [F (3,57) = 1.35, p > 0.05].

Nije dobivena statistički značajna razlika niti na skali samoregulacije [F (3,57) = 0.76, p > 0.05], niti na njezinim subskalama: povećanju pozitivnog raspoloženja [F (3,57) = 1.43, p > 0.05], preuzimanju perspektive [F (3,57) = 0.51, p > 0.05], umirivanju [F (3,57) = 0.51, p > 0.05] i socijalnom modeliranju [F (3,57) = 1.01, p > 0.05].

5.3.3. Povezanost između empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije

Za provjeru povezanosti između empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije, odnosno svih njihovih subskala izračunat je koeficijent Pearsonove korelacije. Među ispitivane tri skale utvrđena je statistički značajna pozitivna povezanost između empatije i prosocijalnog ponašanja (r = 0.321, p < 0.05) te empatije i samoregulacije (r = 0.525, p < 0.01), dok prosocijalno ponašanje i samoregulacija ne koreliraju značajno.

U tablicama 4, 5 i 6 prikazani su i rezultati povezanosti među subskalama .

Tablica 4. *Povezanost između subskala empatije te povezanost subskala empatije sa subskalama prosocijalnog ponašanja i samoregulacije*

	Empatička briga	Mašta	Preuzimanje perspektive druge osobe	Osobna uznemirenost
Mašta	0.139	1		
Preuzimanje perspektive druge osobe	0.125	0.334(*)	1	
Osobna uznemirenost	0.118	0.199	0.239	1
Javno prosocijalno ponašanje	-0.048	-0.252	0.022	0.268(*)
Anonimno prosocijalno ponašanje	-0.146	-0.037	0.118	-0.074

Prosocijalno ponašanje u kriznim situacijama	0.357(**)	0.171	0.503(**)	0.163
Emocionalno prosocijalno ponašanje	,046	0.267(*)	0.449(**)	0.033
Suradnja	0.011	0.214	0.378(**)	-0.025
Altruizam	0.214	0.186	-0.023	0.036
Povećanje pozitivnog raspoloženja	0.275(*)	0.264(*)	0.515(**)	0.254
Preuzimanje perspektive	0.083	0.096	0.426(**)	0.178
Umirivanje	-0.047	-0.074	0.170	0.450(**)
Socijalno modeliranje	0.086	0.222	0.544(**)	0.510(**)

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$

Dobivena je statistička značajna pozitivna korelacija između preuzimanja perspektive druge osobe i mašte, javnog prosocijalnog ponašanja i osobne uznemirenosti, prosocijalnog ponašanja u kriznim situacijama i empatičke brige, prosocijalnog ponašanja u kriznim situacijama i preuzimanja perspektive druge osobe, emocionalnog prosocijalnog ponašanja i mašte, emocionalnog prosocijalnog ponašanja i preuzimanja perspektive druge osobe, suradnje i preuzimanja perspektive druge osobe, povećanja pozitivnog raspoloženja i empatičke brige, povećanja pozitivnog raspoloženja i mašte, povećanja pozitivnog raspoloženja i preuzimanja perspektive druge osobe, preuzimanja perspektive i preuzimanja perspektive druge osobe, umirivanja i osobne uznemirenosti, socijalnog modeliranja i preuzimanja perspektive druge osobe te socijalnog modeliranja i osobne uznemirenosti.

Sve dobivene korelacije niske su do umjerene veličine.

Između ostalih kombinacija subskala nije dobivena korelacija.

U tablici 5. prikazana je povezanost između subskala prosocijalnog ponašanja te povezanost subskala prosocijalnog ponašanja sa subskalama samoregulacije.

Tablica 5. *Povezanost između subskala prosocijalnog ponašanja te povezanost subskala prosocijalnog ponašanja sa subskalama samoregulacije*

	Javno prosocijalno ponašanje	Anonimno prosocijalno ponašanje	Prosocijalno ponašanje u kriznim situacijama	Emocionalno prosocijalno ponašanje	Suradnja	Altruizam
Anonimno prosocijalno ponašanje	0.126	1				
Prosocijalno ponašanje u kriznim situacijama	-0.138	0.276(*)	1			
Emocionalno prosocijalno ponašanje	-0.070	0.378(**)	0.657(**)	1		
Suradnja	-0.018	0.561(**)	0.406(**)	0.685(**)	1	
Altruizam	-0.372(**)	-0.290(*)	0.218	0.167	0.064	1
Povećanje pozitivnog raspoloženja	0.042	-0.106	0.309(*)	0.402(**)	0.213	0.062
Preuzimanje perspektive	0.145	0.094	0.123	0.013	0.161	-0.270(*)
Umirivanje	0.334(*)	-0.044	-0.031	-0.033	0.010	-0.309(*)
Socijalno modeliranje	0.273(*)	0.056	0.298(*)	0.245	0.195	-0.140

*p < 0.05; ** p < 0.01

Dobivena je statistička značajna pozitivna korelacija između anonimnog prosocijalnog ponašanja i prosocijalnog ponašanja u kriznim situacijama.

Dobivena je statistički značajna negativna korelacija između anonimnog i javnog prosocijalnog ponašanja i altruizma te pozitivna između anonimnog i emocionalnog prosocijalnog ponašanja te anonimnog prosocijalnog ponašanja i suradnje.

Dobivena je pozitivna korelacija između javnog prosocijalnog ponašanja i umirivanja te socijalnog modeliranja.

Dobivena je statistički značajna pozitivna korelacija između prosocijalnog ponašanja u kriznim situacijama i emocionalnog prosocijalnog ponašanja, suradnje, povećanja pozitivnog raspoloženja i socijalnog modeliranja.

Dobivena je statistički značajna pozitivna korelacija između emocionalnog prosocijalnog ponašanja i suradnje i povećanja pozitivnog raspoloženja.

Dobivena je statistički značajna negativna korelacija između altruizma i preuzimanja perspektive i umirivanja.

Sve dobivene korelacije niske su do umjerene veličine.

Između ostalih kombinacija subskala nisu dobivene značajne korelacije.

U tablici 6. prikazane su povezanosti između subskala samoregulacije

Tablica 6. *Povezanost između subskala samoregulacije*

	Povećanje pozitivnog raspoloženja	Preuzimanje perspektive	Umirivanje	Socijalno modeliranje
Preuzimanje perspektive	0.394(**)	1		
Umirivanje	0.384(**)	0.590(**)	1	
Socijalno modeliranje	0.555(**)	0.559(**)	0.660(**)	1

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$

Dobivena je statistički pozitivna korelacija između svih subskala samoregulacije, a veličina im je niska do umjerena.

5.4. DISKUSIJA

Prema provedenom istraživanju dobiveni su relativno visoki rezultati empatije (Tablica 1). Sudionice su pokazale izraženiju empatijsku brigu, preuzimanje perspektive druge osobe te osobnu uznemirenost, dok je mašta, iako statistički iznad, blizu aritmetičke sredine što bi značilo da je teško uvidjeti je li ta razina doista visoko razvijena. Istraživanje je pokazalo da buduće odgojiteljice imaju visoko razvijene sposobnosti kojima iskazuju suosjećanje i brigu prema drugim ljudima, da su sposobne uživjeti se u razne uloge svijeta mašte: knjiga, filmova ili predstava. U mogućnosti su staviti se u „tuđu kožu“, odnosno razumjeti situaciju u kojoj se nalazi druga osoba te su sposobne u nekoj mjeri osjetiti ono što osjeća osoba s kojom empatiziraju. Visoko razvijene sposobnosti empatije uvelike će im pomoći u radu s djecom gdje će moći prikladno reagirati na događaje u okolini, osim toga će biti primjeren model djeci za razvoj empatije.

Prosocijalno ponašanje pokazalo se srednje razvijenim. Od pojedinih dimenzija, prosocijalno ponašanje u kriznim situacijama kod sudionica je najrazvijenije što ukazuje da se znaju snaći u situacija koje zahtijevaju brzu reakciju. Sudionice su, također, pokazale visoke rezultate iz aspekta suradnje koja se odnosi na pružanje pomoći kada je to od nas traženo i altruizma koji označuje želju da se pomogne drugome bez obzira na posljedice i bez očekivanja izvanjske nagrade. Aspekt emocionalnog prosocijalnog ponašanja koji mjeri pomaganje prema drugima koji se nalaze u teškoj emocionalnoj situaciji kod budućih odgojiteljica srednje je razvijeno. Anonimno prosocijalno ponašanje gdje se pomoć drugima pruža bez saznanja drugih osoba o tim postupcima i javno prosocijalno ponašanje kojim se mjeri pružanje pomoći osobi u nevolji uz prisustvo drugih osoba slabije su razvijeni (Tablica 2). Buduće odgojiteljice trebale bi raditi na poboljšanju sposobnosti onih aspekata prosocijalnog ponašanja koji su slabije razvijeni kako bi mogle na najbolji način reagirati u svakodnevnim situacijama i time pridonijeti pozitivnoj dinamici cijelog vrtićkog okruženja. Također treba poticati razvoj javnog prosocijalnog ponašanje gdje djeca u okruženju uče jedni od drugih.

I samoregulacija kod studentica predškolskog odgoja srednje je razvijena. Rezultati ukazuju na relativno visoko izraženo povećanje pozitivnog raspoloženja koje opisuje motiviranje sebe i drugih na održavanje pozitivne atmosfere ili oslanjanje na druge ljude u našem okruženju kako bi održali pozitivnu atmosferu te povećali osjećaje

radosti i sreće. Aspekt socijalnog modeliranja, odnosno razmišljanje kako bi se drugi snašli u istoj situaciji, srednje je razvijen. Preuzimanje perspektive druge osobe uključuje sposobnost prepoznavanja i razumijevanja situacije u kojoj se nalazi druga osoba, a koja nam pomaže u razumijevanju situacije u kojoj se sami nalazimo. Ona je slabije razvijena kao i sposobnost umirivanja kod koje tražimo utjehu i empatiju od ljudi u okruženju (Tablica 3). Neovisno radi li se o regulaciji emocija, mišljenja ili ponašanja, ona je značajna za kvalitetno društveno funkcioniranje pa tako i za funkcioniranje cijelog vrtićkog okruženja i same vrtićke skupine. Samoregulaciju je potrebno neprestano razvijati i održavati. Razumijevanje vlastitih emocija i njihovo kontroliranje omogućuje nam da se primjereno prilagodimo zahtjevima okoline, u ovom slučaju zahtjevima djece. Djeca pripadaju dinamičnoj skupini punoj emotivnih i ponašajnih promjena, a samoregulacija je jedna od dimenzija koja će u takvom okruženju pomoći u održavanju pozitivne atmosfere.

Zbog prirode struke kojom će se sudionice baviti, moglo bi se očekivati da će sve dimenzije biti više razvijene. Vrtić je zajednica djece i odraslih u kojoj se uči i raste, razvijaju se potencijali, socijalna i emocionalna inteligencija. Biti odgojitelj/odgojiteljica nije samo posao. To je profesija koja zahtjeva cjeloživotno obrazovanje i usavršavanje. Kako bi odgojitelj/odgojiteljica mogao/mogla na ispravan način utjecati na razvoj socioemocionalnih kompetencija kod djece, on/ona mora biti emocionalno zreo/zrela jer se djeca, učeći preko uzora, poistovjećuju sa svojim/svojom odgojiteljem/odgojiteljicom i oponašaju njegove/njezine postupke. Neke od kompetencija koje dijete u takvom okruženju može razviti su suosjećanje s drugom djecom, dijeljenje, prepoznavanje svojih i tuđih potreba, pružanje potpore, pomaganje, pravilna regulacija svojih emocija, a sukladno s time i ponašanja. Razvojem ispitivanih dimenzija razvijaju se i sposobnosti djeteta za konstruktivno sudjelovanje u životu zajednice.

Joško Sindik (2010) ispitivao je povezanost mašte i empatije s emocionalnom kompetencijom odgojiteljica. Jedna od sposobnosti koje ubrajamo u emocionalnu kompetenciju je upravo sposobnost uživljavanja i suosjećanja s tuđim emocionalnim iskustvom. Stoga je Sindik očekivao pozitivnu povezanost, odnosno da su empatičnije i maštovitije odgojiteljice, ujedno i emocionalno kompetentnije. No dobiveni rezultati pokazali su da ne postoji statistički značajna povezanost. Sindik tvrdi da bi uzrok ovakvom rezultatu mogao biti činjenica da su od sudionica tražili i podatke o dobi,

vrtićkoj skupini te radnom stažu. Možda su sudionice, unatoč tome što je upitnik bio anoniman, doživljavale upravo davanje navedenih podataka kao način otkrivanja njihova identiteta, što je moglo utjecati na odgovore koje su davale.

Prema dobivenim rezultatima ispitivanja razvijenosti empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije s obzirom na dob pokazalo se da je jedino za maštu, kao dimenziju empatije, dobivena statistički značajna razlika. Najrazvijenija je kod studentica starijih od 23 godine, a njima blizu rezultatom su i 21-godišnjakinje. Najslabije je razvijena kod onih od 22 godine. Iako postoji razlika između dobnih skupina u mašti, dobivene srednje vrijednosti su blizu jedna drugoj. Dobivene su razlike za ukupnu samoregulaciju, gdje studentice od 19 i od 21 godine imaju više rezultate od kolegica koje imaju 20 i 22 godine. Ovakav je rezultat teško objašnjiv, osim time da je možda rezultat metodološkog ograničenja – malih dobnih uzoraka. Za ostale dimenzije empatije, za pojedinačne dimenzije samoregulacije te za prosocijalno ponašanje i njegove dimenzije nisu utvrđene razlike. Rezultati pokazuju da stupanj razvoja tih sposobnosti ne ovisi o dobi ispitanika, već je vjerojatno pod utjecajem drugih čimbenika. Neki od čimbenika koji bi mogli utjecati na razvoj ispitivanih sposobnosti su individualne karakteristike osobe, uloga roditelja, vršnjaka, medija i cijelog okruženja na odgoj individue. Mali dobni uzorci mogli bi biti uzrok dobivenih rezultata iz kojeg bi razloga bilo zanimljivo provesti istraživanje na širem uzorku te usporediti rezultate. Isti razlog malih dobnih uzoraka može biti rezultat ispitivanih sposobnosti s obzirom na godinu studija gdje također nije dobivena statistički značajna razlika niti u jednoj od ispitivanih pojava. Još jedan od mogućih razloga dobivenih rezultata je da obrazovanje na ovom programu ne pridonosi razvoju empatije, prosocijalnog ponašanja i samoregulacije zbog čega bi se na studiju mogla posvetiti veća pažnja proučavanju i razvoju ispitivanih sposobnosti.

Empatija je u ovom istraživanju pozitivno povezana s prosocijalnim ponašanjem i sa samoregulacijom. Da bi se neka osoba mogla ponašati prosocijalno ona mora imati razvijene sposobnosti sagledavanja neke situacije očima druge osobe i doživljavanje emocija koje ima druga osoba. Iste sposobnosti pomažu nam i pri odlučivanju kako ćemo reagirati u nekoj situaciji te hoćemo li i na koji način ćemo kontrolirali vlastite emocije.

Biçakçi, Gürsoy i Aral (2009) proveli su istraživanje na 216 odgojiteljica o povezanosti empatije i samopoštovanja u profesionalnom radu. Rezultati su pokazali visoko razvijene empatičke sposobnosti i visoko razvijeno samopoštovanje tijekom boravka u ustanovi predškolskog odgoja. Također je dobivena statistički značajna pozitivna korelacija između empatije i samopoštovanja. Istraživači navode da su dobiveni rezultati ukazali na to da se odgojitelji trude razumjeti druge osobe, suosjećati s njima i tretirati ih onako kako bi željeli da oni sami budu tretirani.

Arslan (2010) je istraživao povezanost komunikacijskih sposobnosti s interpersonalnim regulacijom među odgojiteljicama u predškolskoj ustanovi. Rezultati su pokazali da konstruktivno rješavanje problema pozitivno utječe na poboljšanje komunikacije među grupom, a poboljšanje komunikacije dovodi do povećanja intrapersonalnih vještina kao što su samopoštovanje, samopouzdanje i samoregulaciju osobe.

Radom na sebi, utječemo na razvoj svih navedenih sposobnosti kod nas samih koje ćemo dalje moći prenijeti na djecu kojima smo potrebni kao pozitivni uzori. Sve to zajedno doprinosi pozitivnom okruženju zajednice, a samim time i na povećanje kvalitete ranog odgoja i obrazovanja.

6. ZAKLJUČAK

Kompetencije koje svakodnevno dolaze do izražaja unutar ustanova predškolskog odgoja su empatija, prosocijalno ponašanje i samoregulacija. Empatija se definira kao uočavanje emocija drugih osoba i mogućnost njihovog dubljeg razumijevanja. Empatiziranje je proces tijekom kojeg pokušavamo osjetiti ono što osjeća druga osoba odnosno sagledati situaciju iz njihove perspektive. Prosocijalno ponašanje aspekt je moralnog ponašanja odnosno pozitivnog društvenog ponašanja. Ono se definira kao bilo koje djelo usmjereno na ostvarivanje dobrobiti druge osobe. Nije jasno definirano što motivira ovo nesebično ponašanje pa se govori o pozitivnim, čistim altruističnim razlozima potaknutim empatijom i negativnim razlozima, kao što je osobna korist od situacije. Kako bismo adekvatno odgovorili na zahtjeve okoline, od nas se očekuje da se njoj prilagodimo na prikladan način. U tome nam pomaže samoregulacija odnosno upravljanje našim ponašajnim i emocionalnim reakcijama kako bismo mogli konstruktivno rješavati probleme s kojima se svakodnevno susrećemo. Veliki dio vremena djeca rane dobi, koja pohađaju odgojno-obrazovne ustanove, provode s odgojiteljima/odgojiteljicama. Stoga oni/one imaju značajnu ulogu u razvoju dječjih socio-emocionalnih vještina. Kako bi bile kompetentne na pravilan način poticati dječji razvoj, odgojitelji/odgojiteljice bi trebali/trebale imati visok stupanj razvoja potrebnih sposobnosti.

Rezultati provedenog istraživanja pokazali su da je empatija, među istraživanim kompetencijama, ona koja je najviše razvijena kod budućih odgojiteljica, dok su prosocijalno ponašanje i samoregulacija slabije razvijeni. Kontroliranje emocija i pomaganje i suradnja s drugima među ključnim su sposobnostima koje prate dječji razvoj do samostalnog i kompetentnog pojedinca. Potrebno je raditi na sebi svakodnevno, razvijati nove vještine i usavršavati one već postignute, kako zbog nas samih tako i zbog okruženja na koje utječemo.

Istraživanje je provedeno na relativno malom broju sudionica te se iz tog razloga rezultati ne mogu definirati na šire područje. Za potrebe daljnjeg istraživanja bilo bi dobro proširiti uzorak te provesti isto istraživanje na odgojiteljima/odgojiteljicama koji/koje se bave strukom duži niz godina i usporediti dobivene rezultate.

7. LITERATURA

1. ACKERMAN, C. (2019.) What is Self-Regulation? (+95 Skills and Strategies). *PositivePsychology.com.* [Online] Dostupno na: https://positivepsychology.com/self-regulation/ [Pristupljeno: 27. kolovoza 2019.]
2. ARONSON, E. WILSON T.D. i AKERT R.B. (2005.) *Socijalna psihologija.* Četvrto izdanje. Zagreb: Mate d.o.o..
3. ARSLAN E. (2010.) Analysis of communication skill and interpersonal problem solving in preschool. *Social behavior and personality, 38*(4)*,* 523-530.
4. BARISO, J. (2018.) There are actually 3 types of empathy. Here's how they differ--and how you can develop them all. *INC.com* [Online] Dostupno na: https://www.inc.com/justin-bariso/there-are-actually-3-types-of-empathy-heres-how-they-differ-and-how-you-can-develop-them-all.html [Pristupljeno: 20. kolovoza 2019.]
5. BATSON, C.D. AND POWELL, A. A. (2003). „Altruism and prosocial behaviour“. U: I. B. Weiner, I.B.(Ur.), *The Handbook of psychology* (vol. 5, str. 463 - 479). New Jersey: Hoboken.
6. BIÇAKÇI M.Y., GÜRSOY F. i ARAL N.(2009.) Social behavior and personality. 2009, *Society for Personality Research (Inc.), 37*(5), *Society for Personality Research (Inc.),* 679-682.
7. CARLO, G., HAUSMANN, A., CHRISTIANSEN, S. I RANDALL, B.A. (2003). Sociocognitive and Behavioral Correlates of a Measure of Prosocial Tendencies for Adolescents. *The Journal of Early Adolescence, 23,* 107-134.
8. CHABOT, D. i CHABOT, M. (2009.) *Emocionalna pedagogija.* Zagreb: Educa.
9. GOLEMAN, D. (2007.) *Three kinds of empathy: cognitive, emotional, compassionate.* DanielGoleman.info Dostupno na: http://www.danielgoleman.info/three-kinds-of-empathy-cognitive-emotional-compassionate/ [Pristupljeno 27. kolovoza 2019.]

10. HOFMANN, S.G., CARPENTER, J.K. & CURTISS, J. (2016.) Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale Development and Psychometric Characteristics. *Cogn Ther Res, 40***,** str. 341–356
11. INSTITUT ZA HRVATSKI JEZIK I JEZIKOSLOVLJE (2011.) Hrvatsko strukovno nazivlje, Zrcalni neuroni. Dostupno na: http://struna.ihjj.hr/naziv/zrcalni-neuroni/25990/
12. JURIĆ, D. (2004.) Neke strategije samoregulirajuće motivacije kao prediktor akademske prokrastinacije u školskom kontekstu. Diplomski rad. Zagreb: Filozofski fakultet. Dostupno na: https://bib.irb.hr/datoteka/214925.Juric_D_Prokrastinacija.pdf [Pristupljeno: 27. kolovoza 2019.]
13. LACKOVIĆ-GRGIN, K. i PENEZIĆ, Z. (2017.) *Ličnost: razvojno psihološka perspektiva.* Jastrebarsko: Naklada slap.
14. MAYER, J.D. i SALOVEY, P. (1999). Što je emocionalna inteligencija?. U: SALOVEY, P. i SLUYTER, D.J. (Ur.) *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija: pedagoške implikacije.* (str. 19 – 58). Zagreb: Educa.
15. MUJAGIĆ, A. BUŠKO, V. (2012.) Upravljanje učenjem: konstrukt - samoregulacije i struktura njegovih komponenata. *Suvremena psihologija 15.* [Online] 2. str. 157-175. Dostupno na: https://hrcak.srce.hr/111592 [Pristupljeno: 8. rujna 2019.]
16. POKRAJAC-BULIAN, A. i TATALOVIĆ, S. (2001.), Mjerenje spolnih i dobnih razlika u empatiji višedimenzionalnim pristupom. *Psihologijske teme,* br. *10*, str. 77-88
17. RABOTEG-ŠARIĆ, Z. (1995.) *Psihologija altruizma.* 2. izdanje. Zagreb: Alinea.
18. SINDIK J. (2010.) Povezanost emocionalne kompetencije te mašte i empatije odgojitelja sa stavovima. *Život i škola, br. 24*, str. 65. – 90.

8. SAŽETAK

Osnovni cilj istraživanja završnog rada bio je ispitati empatiju, prosocijalno ponašanje i samoregulaciju studentica koje se osposobljavaju za rad s djecom predškolske dobi. To može biti pokazatelj u kojoj su mjeri kod njih razvijene kompetencije empatiziranja s osobama u njihovom okruženju, prepoznavanja i razumijevanja tuđih emocija, moralno rasuđivanje i postupci te regulacija vlastitih emocija i ponašanja.

Istraživanje je provedeno na uzorku od 58 studentica predškolskog odgoja. Iako ne u svim dimenzijama, studentice su kod većine pokazale viši stupanj razvoja empatije te srednje razvijeno prosocijalno ponašanje i samoregulaciju. Također, pokazala se i značajna pozitivna povezanost među nekim dimenzijama ovih kompetencija.

Biti odgojitelj/odgojiteljica izrazito je izazovan profesionalni zadatak. Odgojitelj/odgojiteljica koji/koja se trudi biti uspješan/uspješna u svojem zadatku, osim što treba biti usmjeren/usmjerena na odgojno-obrazovni aspekt za poticanje razvoja djeteta, također treba biti vrlo svjestan/svjesna sebe, svojih emocionalnih stanja i kapaciteta, svojih komunikacijskih obrazaca, kako s djecom, tako i s roditeljima i kolegicama i kolegama na poslu te načina postavljanja granica u ponašanju djece. To nužno uvjetuje stalno profesionalno usavršavanje i stalni rad na sebi. Radom na sebi i povećanjem razvoja vlastitih sposobnosti utjecat ćemo na pozitivan rast i razvoj socioemocionalnih kompetencija djece.

Ključne riječi: empatija, prosocijalno ponašanje, samoregulacija, odgojitelj, odgojiteljica

9. **SUMMARY**

The main purpose in this research was to explore empathy, prosocial behaviour and self-regulation of students who are trained to work in nursery and kindergarten. It can be a predictor of how well they have developed competencies of empathizing with people in their environment, recognizing and understanding other people's emotions, making moral judgments and actions and regulation of their own emotions and behaviour.

The research was conducted on a sample of 58 university students. Although not in all dimensions, students showed higher developed empathy, and moderately developed prosocial behaviour and self-regulation. There is, also, a significant positive correlation between certain dimensions of these competences.

Being a nursery and kindergarten teacher is a very challenging profession. The teachers that are trying to be successful in their work, in addition to being focused on the educational aspect of child development, also need to be very aware of themselves, their emotional states and capacities, communication skills with children, parents and colleagues at work and the ways to set boundaries in children's behaviour. This necessarily requires constant professional development and constant work on themselves. By working on themselves and enhancing the development of the own abilities, they will influence the positive growth and development of children's socio-emotional competences.

Key words: empathy, prosocial behaviour, self-regulation, teacher, preschool education