Јелена Петровић*
Предшколска установа Зрењанин
Мр Дијана Копуновић-Торма
Висока школа струковних студија
за образовање васпитача у Кикинди

UDC 159.942-053.4
Прегледни чланак
Рад примљен: 28. X 2024.
Рад одобрен: 22. XII 2024.

УЛОГА ВАСПИТАЧА У РАЗВОЈУ ЕМОЦИОНАЛНЕ ИНТЕЛИГЕНЦИЈЕ КОД ДЕЦЕ ПРЕДШКОЛСКОГ УЗРАСТА

САЖЕТАК: Рад теоријски разматра значај емоционалне писмености код деце предшколског узраста, као и улогу васпитача у њеном развоју. Емоционалну интелигенцију можемо дефинисати као способност детета да препозна, разуме и регулише емоције. Посебна пажња посвећена је улози васпитача у развоју емоционалне писмености – кроз моделовање понашања, подстицајну комуникацију и примену различитих васпитно-образовних метода.

Основни закључак рада је да су емоције темељ целокупног развоја детета, а емоционална писменост предуслов за здраве односе, успешно учење и психичку стабилност. Васпитачи и родитељи имају важну улогу у подршци емоционалном развоју деце, стога је неопходно да и сами развијају сопствене емоционалне компетенције. Циљ рада је да се теоријски сагледа значај емоционалне интелигенције у развоју деце предшколског узраста и да се истакне улога васпитача у подстицању и развоју емоционалне писмености код деце.

КЉУЧНЕ РЕЧИ: емоционална интелигенција, емоције, улога васпитача, деца предшколског узраста

Увод

Емоционални обрасци формирани у детињству показали су се као одређујући фактори у међусобним односима и личном развоју. Тиме се потврдило колико је дете осетљиво на утицај одраслих, као и колику моћ одрасли имају у обликовању емотивног правца који ће дете касније следити, чак и у одраслом добу. Због тога је од изузетне важности да одрасли обликују те правце на начин који ће подржати развој самопоуздане, емоционално писмене особе, способне да препозна своје емоције, идентификује њихове окидаче и адекватно их изрази. Ништа од тога неће бити могуће уколико одрасли то и сами не

* petrovicka999@gmail.com

знају. Деца не слушају, већ гледају и зато је важно бити пример онога што желимо да дете постане. У просторијама вртића, ову одговорност имају васпитачи. Као особе које остављају трага на детињство сваког детета у свом васпитно-образовном раду, васпитачи са собом носе велику одговорност. Вештине емоционалне интелигенције постају неопходне у њиховом раду са децом.

Данијел Големан један је од првих психолога који указује на значај емоционалне интелигенције. У својој књизи *Емоционална интелигенција* из 1995. указује на значај њеног развоја од најранијег узраста, наглашавајући да емоционалне компетенције не само да доприносе социјализацији, већ и укупном квалитету живота.

Један од изазова у проучавању емоционалне писмености представља повезивање теоријских сазнања са реалним васпитно-образовним контекстом. Посматрањем свакодневних ситуација у пракси уочено је да деца често имају потешкоћа у вербалном изражавању својих емоција – било да је реч о тузи, љутњи, стиду или радости. Уместо јасне комуникације, деца често реагују кроз понашање: плачем, агресијом, повлачењем или прекомерним узбуђењем. Такве ситуације указују на то да иза понашања које се често окарактерише као „непослушно" или „проблематично", најчешће стоји емоција коју дете није у стању да препозна, именује или објасни. Ови увиди додатно наглашавају потребу за развијањем емоционалне писмености не само код деце, већ и код одраслих – пре свега васпитача – како би могли да препознају и регулишу сопствене емоције и на тај начин буду адекватан модел и подршка деци у процесу емоционалног развоја.

1. Емоције

Поред когнитивног (рационалног) и конативног (вољног) дела, сваки човек поседује и емоционални део личности који чине наше емоције. То је такође и најмање истражени део личности, што је у несразмери са његовим значајем. Емоције се дефинишу као „стање повећане активности организма које се манифестује у карактеристичном доживљају (пријатности, односно непријатности), у одређеним физиолошким променама и карактеристичном спољном понашању (експресији емоција)" (Каменов, 2008, према Рот, 1980: 257). Према томе, можемо издвојити три карактеристике емоција: физиолошке промене у раду органа (убрзан срчани рад, дубље дисање, успорено варење и сл.); карактеристичне промене у покретима (мимика, боја гласа итд.) и доживљаји о органским променама (пријатни или непријатни).

Корен речи емоција јесте латински глагол *motere* у значењу „кретати се", а префикс е означава „кретати се унапред" (Големан, 1995). Помоћу самог значења речи емоција, можемо закључити да су све емоције нагон за делањем, односно „тренутни планови за очување живота које нам је наменила еволуција" (Големан, 1995: 6). То би значило да свака емоција припрема тело за различите врсте одговора, у зависности од ситуације. На пример, приликом емоције страха, крв струји до великих мишића ногу, припремајући нас за бег. У томе се еволутивно огледа значај емоција за адаптацију. Према Екману, емоције су се развиле током еволуције, јер су биле корисне пошто нас припремају за аутоматско разрешавање животно важних збивања (Екман, 2011). „Није страх оно што нас штити; наши животи се спасавају зато што на претње повређивањем можемо да одговоримо заклањањем без размишљања" (Екман, 2011: 83). Осим ове адаптивне функције, емоције имају и комуникативну функцију. Важно је знати тачно препознати изразе лица или гестове како бисмо се што боље споразумели у социјалној интеракцији. „Људи лишени емоција суочили би се с опасношћу од узајамног неразумевања и потпуне немогућности да међу собом успоставе праве људске односе" (Каменов, 2008: 258).

Неопходно је направити разлику између појмова емоција, расположење, темперамент и афекат. Екман наводи да сама емоција траје неколико секунди или минута, док расположења могу трајати цео дан или неколико дана. За разлику од емоција, расположења немају свој сигнал на лицу или гласу. Такође, скоро увек можемо да укажемо на догађај који је узроковао одређену емоцију, док код расположења то није случај (Екман, 2011). Пример би било раздражљиво расположење, а емоција која је основа истог расположења била би љутња. Поред расположења, наилазимо и на појам темперамента. Темперамент би био „приправност да се изазове одређена емоција" (Големан, 1995: 272). Темперамент представља урођену, трајну особину личности која одређује начин на који појединац емоционално реагује – колико често, колико интензивно и колико брзо. Он није емоција сам по себи, већ константна склоност ка одређеном начину реаговања. Темперамент утиче на то колико је особа осетљива на стимулусе и како емоционално одговара на њих (Екман, 2011). У случају емоције љутње, темперамент би био непријатељски. Афект је краткотрајна, често изузетно интензивна емоционална реакција која може бити праћена губитком контроле и неадекватним понашањем. У клиничком контексту, афект се понекад дефинише и као „емоционални излив". Екман афект повезује са експресивном компонентом емоција (Екман, 2011). Пример афекта био

би излив беса, где особа исказује неконтролисану експлозију љутње и губитак саморегулације. Ове разлике можемо видети у Табели 1.

Табела 1. Разлике између емоција, расположења, темперамента и афекта

Појам	Трајање	Интензитет	Свесност	Повезаност са догађајем	Пример
Емоција	Секунде–минуте	Висок	Често ниска	Висока	Љутња
Расположење	Сати–дани	Нижа	Средња	Ниска	Раздражљиво
Темперамент	Трајно/стабилно	Зависи	Ниска	Нема директну везу	Непријатељски
Афект	Врло кратко	Висок	Врло ниска	Висока	Излив беса

Оно што је важно имати на уму у раду са децом јесу разлике између дечјих емоција и емоција одраслих. Неке од ових разлика су у начину на који се емоције јављају. За разлику од одраслих, деца реагују на стимулусе директно и непосредно, без емоционалне контроле. Следећа разлика је у начину на који се емоције изражавају. Дечје емоционалне реакције препознатљиве су у израженој фацијалној експресији и њиховим покретима тела. Такође, дечје емоције врло су интензивне и изражене, кратко трају и брзо се смењују (Мићевић-Карановић и Кнежевић, 2013).

Све наведено наводи нас да закључимо колико су емоције заправо значајне за наш живот. Међутим, људи су склони да пригрле само оне емоције које изазивају пријатан доживљај, док желе да избегну оне које изазивају непријатност. Због тога, склони смо да помислимо да би нам живот био лепши без њих. Али, да ли би заиста био? Замислимо на тренутак како равнодушно пролазимо поред лава или како не осећамо ништа према свом детету. Осим тога што без емоција сигурно не бисмо преживели ни дан на овоме свету, без њих би нам живот био празан, сив и досадан. Екман је то описао: „Емоција није као слепо црево, сувишан остатак апарата који треба извадити. Емоције су срж нашег живота. Оне чине да живот буде погодан за живот“ (Екман, 2011: 86). Међутим, свака медаља има две стране, па тако и ова. Емоције могу да буду и наши највећи непријатељи уколико погрешно емоционално реагујемо, осећамо неприкладне емоције или је реакција непримереног интензитета (Требјешанин, 2011). Како да то избегнемо, биће представљено у поглављу „Емоционална интелигенција“.

1.1. Повезаност емоција и мишљења

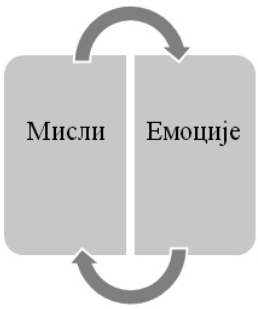
Емоције и мишљење представљају два фундаментална аспекта људске психе који се међусобно прожимају и утичу један на други. Иако се традиционално посматрају као одвојене области – емоције као „ирационални" одговори и мишљење као рационална активност – савремена истраживања у психологији и когнитивним наукама све више указују на њихову дубоку повезаност и узајамну условљеност (Лазарус, 1991). Емоције не само да утичу на начин на који мислимо, већ и на садржај самих мисли. На пример, када је појединац у позитивном емотивном стању, склонији је оптимистичком начину размишљања. Супротно томе, негативна емоционална стања често доводе до опрезнијег и песимистичнијег начина мишљења. Са друге стране, и мишљење утиче на емоционално стање. Начин на који тумачимо одређену ситуацију, односно когнитивна процена, често је кључна у настајању конкретне емоције. Теорије когнитивне процене, попут теорије Ричарда Лазаруса, истичу да се емоционална реакција јавља као резултат субјективне интерпретације догађаја (Лазарус, 1991). То значи да иста ситуација може изазвати различите емоције код различитих особа, у зависности од њиховог начина размишљања.

Још један психолог који се бавио повезаношћу мисли и емоција јесте Данијел Големан. Он истиче да људски мозак садржи два главна „центра интелигенције" – рационални (неокортекс) и емоционални (лимбички систем), и да се између њих одвија стална интеракција. У ситуацијама снажних емоција, посебно стреса или страха, долази до тзв. „отмице амигдале" – појаве када емоционални мозак преузима контролу над понашањем пре него што рационални мозак стигне да интервенише (Големан, 1995). То показује да емоције имају моћ да утичу, па чак и да прекину ток рационалног мишљења. Ипак, ова веза није једносмерна. Развијена способност препознавања и управљања емоцијама – оно што Големан назива „емоционалном интелигенцијом" – омогућава човеку да регулише емоције у функцији бољег размишљања, решавања проблема и доношења одлука (1995). Пример за то како емоције утичу на мишљење може се илустровати једном ситуацијом из вртића. Девојчица Мина играла се коцкама и случајно је срушила торањ који је градио другар Лука. Лука се наљутио и почео да виче на њу. Мина је осетила страх и тугу. Под утицајем тих емоција, помислила је: „Лука ме више не воли" или „Нисам добра другарица". Туга и осећај одбачености доводе до негативних мисли, иако ситуација није објективно тако озбиљна. Искористићемо наставак ове ситуације из вртића да покажемо на примеру како мисли могу да утичу на емоције. Када је видела ову ситуацију, васпитачица је разговарала

са Мином и објаснила да је Лука био љут само зато што је био разочаран. Мина је размишљала: „Нисам то урадила намерно", „Могу му помоћи да поново направимо торањ". Захваљујући промени у начину размишљања, Мина је почела да се осећа боље, поново се укључила у игру и чак помогла Луки да поправе торањ. Овај пример показује испреплетеност мисли и емоције, тако и значај васпитача у развоју емоционалне самосвести и когнитивне регулације у раном детињству.

У дечјем узрасту, ова повезаност посебно је значајна јер деца тек развијају капацитете за препознавање и регулисање сопствених емоција, као и за логичко мишљење. Васпитно-образовни рад који подстиче емоционалну писменост и когнитивни развој у раном детињству, има директан утицај на целокупан психолошки развој детета. Разумевање како емоције утичу на мишљење код деце омогућава васпитачима да ефикасније подрже развој емпатије, критичког мишљења и социјалне компетентности. Васпитачи који умеју да препознају и реагују на емоционалне потребе деце, могу значајно да допринесу изградњи емоционалне интелигенције, што позитивно утиче и на развој мишљења и когнитивних способности (Големан, 1995).

Важно је разумети да емоционалне реакције не проистичу директно из самих ситуација у којима се налазимо, већ из значења које тим ситуацијама приписујемо. Наше мисли, уверења и интерпретације одређују како ћемо се осећати у одређеном тренутку. На пример, ако дете верује да га другари намерно игноришу, осетиће се тужно или одбачено, чак и ако та интерпретација није у складу са стварношћу. С друге стране, ако мисли да су другари само заузети игром, неће развити исту емоционалну реакцију. Овај увид даје могућност да утичемо на сопствене емоције мењајући начин размишљања. Закључно, разумевање интеракције између емоција и мишљења (Графикон 1. Међусобан утицај мисли и емоција), није важно само за индивидуални психолошки развој, већ и за образовање, васпитање и ментално здравље.



Графикон 1. Међусобан утицај мисли и емоција

2. Емоционална интелигенција

У савременом друштву, све више се препознаје да успех у животу, међуљудским односима и професионалном окружењу, не зависи искључиво од когнитивне интелигенције (IQ), већ и од начина на који појединац управља својим емоцијама и реагује на емоције других. Та способност личности да препозна и управља својим емоцијама и разуме емоције других, представља појам емоционалне интелигенције (EQ). „То значи да је емоционално интелигентна особа, при појави одређене емоције, способна да препозна емоцију коју осећа и призна себи шта осећа; способна је да именује емоцију у њеном правом значењу и способна је да регулише емоцију тако да не управља емоција њеним понашањем већ она емоцијом. У контакту са другим људима емоционално интелигентна особа препознаје емоције других људи, схвата узроке настанка тих емоција, саосећа са другима и може помоћи другој особи у регулацији емоције“ (Малешевић, 2024: 44). Једино на шта би требало скренути пажњу у овој дефиницији, јесте чињеница да емоционални изрази не говоре о својим узроцима, на шта је упозорио Екман, тако да треба да будемо обазриви и не претпостављамо узроке одређених емоција код других људи.

Појам емоционална интелигенција у ширу јавност увео је Данијел Големан, амерички психолог и новинар, у својој истоименој књизи *Емоционална инїелиїенција* (1995). Големан дефинише емоционалну интелигенцију као скуп вештина који обухвата: самосвест – способност препознавања сопствених емоција и њихових последица, саморегулацију – контролу над емоционалним импулсима, мотивацију – унутрашњи порив за постизање циљева, емпатију – препознавање емоција других људи, социјалне вештине – изградњу квалитетних односа са другима.

Големан тврди да је EQ често пресудан за животни успех, јер омогућава прилагођавање социјалним ситуацијама, адекватно реаговање на стрес и ефикасну комуникацију. Он истиче да се емоционалне вештине могу развијати током живота, за разлику од когнитивне интелигенције која је релативно стабилна (Големан, 1995).

С друге стране, Зоран Миливојевић, психијатар и аутор књиге *Емоције*, указује на значај разумевања емоција као порука које нам тело и психа шаљу у одређеним ситуацијама. Он емоције посматра као психички процес који омогућава прилагођавање спољашњем свету. Према њему, многи људи нису научени да правилно препознају и именују своја осећања, што доводи до тзв. емоционалне неписмености.

Управо кроз рад на емоционалној интелигенцији могуће је развити способност да се емоције не доживљавају као слабост, већ као сигнал који треба разумети и правилно обрадити. Из овога следи да само онај који уважава и емоционални аспект стварности, може имати добру представу о стварности на основу које ће се успешно „управљати" (Миливојевић, 2007: 245).

Иако често знамо како се осећамо, емоције које доживљавамо сматрамо као оправдане, не доводимо у питање оно што радимо или говоримо, као да смо њима понесени. Ако бисмо хтели да обуздамо своје емоционално понашање, према Екману, треба да одемо корак уназад, односно у време док осећамо емоцију како бисмо могли да се запитамо да ли желимо да наставимо да радимо оно што нас емоција тера да радимо (2011). Екман је ову врсту свесности, када смо посматрачи наших емоција, када у току одређене ситуације „видимо себе изван себе" (Екман, 2011, према Нигро и Низер, 1983), назвао помно разматрање наших емоциопналних осећања, скраћено помност (Екман, 2011: 120). Иако звучи као нешто што је тешко остварив, Екман наводи неке од начина за повећање помности. Један од њих је знање о узроцима сваке емоције, односно препознавање наших врућих окидача. Такође, знање о телесним осећајима које проузрокује свака емоција може бити од велике помоћи. Следећи начин је већа проницљивост за осећања других људи. Када постанемо помни, лакше можемо да урадимо поновну процену догађаја који је изазвао емоцију, као и да контролишемо своје радње, као што ћемо видети у примеру који следи (Екман, 2011). Жена је на пословном путу и није се јавила свом партнеру у договорено време. Њен партнер је за то време у ишчекивању њеног позива у бујици емоција страха и љутње. Могао је да је позове и да започне експлозивну свађу због које би касније зажалио. Али због помности коју је вежбао, постао је свестан емоција које осећа, повезао је свој дубоки окидач, а то је страх од напуштања (мајка му је умрла када је био мали) са својим тренутним стањем и свесно одлучио да поново процени ситуацију. Дошао је до бројних одговора, као што су искључен телефон, продужен састанак и сл. који су били много вероватнији од сценарија прељубе или напуштања и избегао могућу катастрофу (Екман, 2011).

Емоционална интелигенција представља кључни аспект целокупног психолошког функционисања. Како Големан истиче, људи са развијенијим IQ успешнији су у школи, а они са развијенијим EQ успешнији су и срећнији у животу (1995). Из свега наведеног, можемо закључити значај развоја емоционалне писмености.

3. Улога васпитача у развоју емоционалне интелигенције код деце предшколског узраста

Деца се не рађају са способностима самоконтроле, као ни са адекватном контролом бурних емоционалних реакција. Не знају како да изађу на крај са интензивним осећањима. Развој емоционалне интелигенције код деце почиње у најранијем узрасту, унутар породичног и васпитно-образовног окружења. Рано дечје искуство у вези са емоцијама формира основу за касније емоционалне навике, стилове реаговања и односе са другима. Стога је изузетно важно да интеракција са децом буде пуна љубави, пажње и уважавања. У том процесу, улога васпитача од пресудног је значаја. Како Каменов тврди, од понашања васпитача, посебно од особина његове личности и односа који успоставља са децом, зависи како ће се одвијати њихов емоционални развој (2006).

Нажалост, данашњи систем васпитања и образовања више је окренут когнитивном развоју детета. Емоционални свет детета често је запостављен. Деца се спремају за велика академска постигнућа, игноришући оно најважније. „Иако висок IQ није гаранција за просперитет, престиж или срећу у животу, наше школе и култура се фокусирају на академске способности, игноришући емоционалну интелигенцију која такође има велики значај за нашу личну судбину“ (Големан, 1995: 16). Сада су, више него икада раније, вештине емоционалне интелигенције преко потребне.

Емил Каменов, у књизи *Васйиїање йредшколске деце*, наглашава да је изражавање емоција не само права, већ и природна потреба детета. Он указује на то да дете кроз спонтану игру, уметничке активности и комуникацију са одраслима, учи да разуме шта осећа, зашто то осећа и како да то изрази на социјално прихватљив начин. Васпитач је у том процесу модел понашања – својим реакцијама, тоном гласа, гестовима и вербалним формулацијама, он учи дете како се емоције препознају и контролишу. Деца у предшколском узрасту још увек немају развијене когнитивне механизме за разумевање сложених емоција. Из тог разлога потребан им је сигуран и подстицајан модел, који их постепено уводи у свет унутрашњих доживљаја.

Каменов наводи поступке који се препоручују за неговање емоционалне културе у вртићу, а неки од њих су: подстицати децу да размишљају о себи, својим осећањима, искуствима и расположењима, како би боље разумели шта осећају и зашто; помоћи им да препознају шта утиче на њихова осећања и како се та осећања манифестују према

другима; подстицати позитивна осећања, радост и оптимизам, као и контролисање понашања у емоционално интензивним ситуацијама; учити децу како да се опусте и фокусирају, како да превазиђу осећања, као што су стид, страх од неуспеха и друге унутрашње препреке; подржати децу у развијању стратегија за савладавање тешких емоција, тако да их не потискују већ науче да их препознају и прихвате; оспособљавати децу да реагују рационално и конструктивно у фрустрирајућим и стресним ситуацијама; помоћи им да развију отпорност у непријатним и неочекиваним догађајима, као што су губитак блиске особе, развод родитеља и слично, кроз разговор, драматизацију и симболичко изражавање; пружити прилику деци да екстернализују оно што су осетила (причање о томе, цртање, драматизација и сл.); оспособити децу да улазе у емоционалне односе са другима уз неговање позитивних емоција и сл. (2006).

Каменов истиче да основни смисао наведених поступака није да се деца заклоне од свих животних догађаја, већ да се суоче са напетостима које их неминовно очекују без трауматских последица (2006). Васпитач је у том процесу модел понашања – својим реакцијама, тоном гласа, гестовима и вербалним формулацијама, он учи дете како се емоције препознају и контролишу.

Уколико желимо да научимо децу да препознају и адекватно изразе своје емоције, ми одрасли морамо да им пружимо прилике у којима ће: разумети своја осећања, мисли, унутрашње покрете, вредности и утицај који све то има на њихово понашање; постати свесна својих унутрашњих стања и научити како да управљају тим стањима, посебно у емоционално изазовним околностима; ускладити своје реакције са друштвеним нормама и очекивањима средине, а да при том не угрозе ни себе ни друге, што представља основ саморегулације; стекну увид у сопствене снаге и слабости, поредећи их са вршњацима, како би унапредила своје способности; самостално процењивати свој напредак у учењу и развоју важних вештина, нарочито оних које се односе на социјално-емоционални развој и градити и одржавати односе са другима – како са одраслима, тако и са вршњацима – на основама узајамног поверења (Врањешевић и сар., 2019).

Да би се постигли сви горе наведени исходи, васпитачи треба да примене следеће стратегије и приступе, наведене у Табели 2 (Врањешевић и сар., 2019).

Таβела 2. Стратегије и приступи за емоционални развој деце

1. Емоционално безбедно окружење
Стварање атмосфере у којој је дете прихваћено, саслушано и уважава се његово мишљење.
Неговање културе поштовања, где се осећања не осуђују већ препознају и разумеју.
2. Разговор о осећањима
Употреба свакодневних ситуација за разговор о емоцијама: „Како си се осећао када се то десило?“
Играње улога, читање прича и анализирање ликова који пролазе кроз различите емоције.
3. Моделовање понашања
Одрасли треба да буду пример у препознавању и регулисању сопствених емоција.
Када васпитач покаже како на здрав начин изражава тугу, бес или радост, дете учи да то исто уради.
4. Учење техника саморегулације
Вежбе дисања, „мирни кутак“, физичка активност, цртање или музика као средства за смиривање.
Учење да је у реду узети паузу када су емоције интензивне.
5. Подстицање емпатије
Увођење активности у којима деца помажу једни другима.
Разговори о томе како се неко други осећа у одређеној ситуацији.
6. Индивидуални приступ
Препознавање да свако дете има свој ритам развоја и различите емоционалне потребе.
Посматрање и прилагођавање васпитних метода према карактеру и темпераменту детета.
7. Повратна информација и подршка
Хвалити труд, а не само резултат: „Баш си се потрудио да се смириш.“
Пружати конкретне смернице: „Следећи пут, можеш да кажеш шта ти смета, уместо да викнеш.“

У приручнику *Врīић као йодсīицајно окружење за учење и развој деце* (2019), аутори наводе примере планираних ситуација учења за емоционални развој деце. Навешћемо само неке од њих. У активности „Покажимо своје емоције“, васпитач описује неке ситуације, а задатак за децу је да покажу / изразе физички, покретом тела, осећања

која могу да се јаве у тим ситуацијама. На пример, васпитач каже деци: покажи шта радиш, како се понашаш када си веома срећан (замисли да си добио / ла играчку коју желиш, и то баш дуго). Циљ ове планиране ситуације учења је да деца могу да препознају, изразе и разликују емоције, као и да спознају да деца и одрасли своје емоције показују на различите начине. Следећа активност носи назив „Картице осећања". Васпитач показује деци картице на којима су исцртана лица која приказују различита осећања (радост, изненађење, страх, љутња, туга, гађење). Васпитач именује једно осећање које је деци познато, а деца показују картицу на којој је приказано то осећање. Након тога, васпитач или дете, својим лицем покаже то осећање. Циљ ове активности је да деца науче да препознају и именују осећања, као и да их повежу са изразима лица. Још неке од активности за развој емоционалне интелигенције налазе се у Табели 3 (Врањешевић и сар., 2019).

Табела 3. Примери активности за развој емоционалне интелигенције

Емотикон песмице	Деца и васпитачица одаберу једну познату, не много дугачку песму / рецитацију, а затим свако дете добија задатак да песму отпева или одрецитује као да је љуто, збуњено, уображено, заљубљено...
Министарство смешног хода	Деца треба да пређу са једне на другу страну собе ходајући у складу са оним шта је васпитачица рекла: кроз блато, по врелом песку, када су уморна, имају каменчић у ципели, када су срећна, када их боли стомак, када обуку мамине или татине ципеле...
Огледала осећања	Децу поделити у парове. Једно дете замисли неко осећање и покаже га лицем и ставом тела, друго прави израз лица и заузима телесни став који види, враћа му одраз у огледалу.
Како се осећам кад...	Реците деци да се шетају по радној соби. Када чују оно шта кажете, треба да стану и покажу осећање које се јавља у тој ситуацији. Треба да остану неколико тренутака „замрзнута" како би могла да виде како су сва осећања приказана. Васпитач говори: видим жабу; оклизнем се и паднем; једем колаче; добијем казну итд.

Големан је у књизи *Емоционална интелигенција* (1995), приказао врло занимљив поступак за контролу емоција. У питању је семафор, односно сигнално светло приказано у Табели 4 (Големан, 1995: 259). Овај поступак примењује се када је дете у тешким тренуцима и врло је једноставан начин за савлађивање необузданих емоционалних реакција.

Таβела 4. Поступак сигналних светала

ЦРВЕНО СВЕТЛО	1. Стани, смири се и размисли пре него што реагујеш.
ЖУТО СВЕТЛО	2. Изнеси свој проблем и реци како се осећаш. 3. Постигни позитиван резултат. 4. Размисли о бројним решењима. 5. Унапред размишљај о последицама.
ЗЕЛЕНО СВЕТЛО	6. Крени и покушај да оствариш најбољи план.

Поред свега наведеног, одлични алати које сваки васпитач може да користи у развоју емоционалне писмености код деце су: читање прича, песама, драмских одломака и разговор о прочитаним делима. Затим, огранизоване радионице увек су добар избор. Душица Бојовић у књизи *Кажи и йокажи како се осећаш* (2020), користи драмски метод за развој емоционалне интелигенције код деце. У акционој причи „Патуљко шаренко", деца на занимљив и њима близак начин улазе у свет емоција. Занимљив и очигледан, а опет поучан начин развијања емоционалне писмености код деце, јесу социјалне приче. Код деце која примарно уче на визуелан начин, социјалне приче могу да буду од велике користи. Такође, можда и највреднији алат у руци васпитача, поред тога да буде емоционални модел, јесу примери из праксе. На пример, када дете изрази љутњу викањем или ударањем, васпитач препознаје емоцију и помаже детету да је вербализује: „Видим да си љут, јер ти је Никола узео коцке. Хајде да му то кажемо." Оваквом реакцијом, дете учи да емоција није забрањена, већ да постоји пожељан начин њеног изражавања. Кључна улога васпитача је и у индивидуалном приступу – свакако не постоји универзални шаблон за развој емоционалних вештина. Деца се разликују по темпераменту, породичним искуствима и развојном нивоу. Зато је важно да васпитач буде пажљив посматрач, свестан контекста и у стању да препозна тренутке у којима дете показује, али не уме да обради емоције.

Развој емоционалне интелигенције није спонтан процес, већ захтева педагошки осмишљен приступ у којем васпитач има улогу вође, модела и подршке. У вртићу деца добијају прве праве лекције о томе да осећања нису слабост, већ снага, када их разумемо и конструктивно изразимо.

4. Закључак

Можемо закључити да је развијање емоционалне писмености код деце један од основних услова за њихов здрав психосоцијални развој. Емоционална интелигенција, као што истичу Големан, Екман

и други аутори, не само да доприноси успешности у учењу, већ представља и кључан фактор у изградњи односа, самопоуздању, решавању конфликата и општој добробити детета. Истраживања и искуства у предшколском васпитању указују на то да деца која умеју да препознају и изразе своја осећања, лакше регулишу понашање и боље се сналазе у социјалним ситуацијама.

Педагошке импликације овог рада су вишеструке. Васпитачи и други стручњаци у предшколским установама имају одговорност да негују емоционалну културу, обезбеде подстицајно окружење, те пруже модел и подршку деци у развоју самопоуздања, емпатије и саморегулације. То подразумева свестан рад на изградњи поверења, ослушкивање дечјих потреба, као и примену различитих метода – од игре и уметности, до вођених разговора и пажљивог посматрања.

Сазнања из овог рада имају велику практичну вредност: могу се применити у свакодневној васпитно-образовној пракси у вртићу, али и у породичном контексту. Пружају смернице како одрасли да буду подршка детету у његовом емоционалном развоју, али и подсећају да емоције треба препознавати, а не потискивати.

Продубљено проучавање ове теме указује на то да су емоције један од кључних темеља свеукупног развоја детета, те из тог разлога, тема емоционалне писмености мора да буде присутна не само у теорији, већ и у пракси – кроз континуирано образовање васпитача и родитеља. Одрасли имају огроман утицај на дечји развој, утискују путање по којима ће се деца кретати, чак и када одрасту. Ову одговорност коју одрасли имају, не смеју никада да изгубе из вида. Пружити детету најбоље не значи само задовољити се изјавом „радим најбоље што знам“, већ поставити питање: „шта могу да научим да би то најбоље било заиста добро?“. Деца то заслужују.

ЛИТЕРАТУРА

Бојовић, Д. (2020). *Кажи и покажи како се осећаш*. Београд: Центар за примењену психологију.

Врањешевић, Ј., Вигњевић-Калезић, А., Златаровић, В., Коруга, Д., Јерковић, Д., Белензада, М., Лакићевић, О. (2019). *Вртић као сигурно и подстицајно окружење за учење и развој деце*. Београд: Министарство просвете, науке и технолошког развоја Републике Србије.

Големан, Д. (1995). *Емоционална интелигенција*. Београд: Геопоетика издаваштво.

Екман, П. (2011). *Разоткривене емоције*. Београд: Завод за уџбенике.

Каменов, Е. (2006). *Васпитање предшколске деце*. Београд: Завод за уџбенике.

Лазарус, Р. С. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
Малешевић, Д. (2024). *Професионалне вешūине*. Нови Сад: Провенс.
Миливојевић, З. (2007). *Емоције*. Нови Сад: Психополис.
Мићевић-Карановић, Ј. и Кнежевић, Ј. (2013). *Развојна ūсихолоīија за васūиūаче*. Кикинда: Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Кикинди.
Требјешанин, Ж. (2011). Предговор, у: Екман, П. (2011). *Разоūкривене емоције* (стр. 9–26). Београд: Завод за уџбенике.

Jelena Petrović
Dijana Kopunović-Torma, M.Sc.

PRESCHOOL TEACHER'S ROLE IN THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN PRESCHOOL-AGED CHILDREN

ABSTRACT: This paper provides a theoretical analysis of the importance of emotional intelligence in preschool-aged children and examines the role of the preschool teacher in its development. Emotional intelligence is defined as a child's ability to recognize, understand, and regulate emotions. Special emphasis is placed on the role of the preschool teacher in fostering emotional intelligence through behaviour modelling, encouraging communication, and the application of various educational approaches.

The main conclusion of the paper is that emotions constitute the foundation of a child's overall development, and that emotional literacy is a prerequisite for healthy relationships, successful learning, and psychological well-being. Preschool teachers and parents play a crucial role in supporting children's emotional development; therefore, it is essential that they also develop their own emotional competencies. The paper aims to provide a theoretical overview of the significance of emotional intelligence in the development of preschool-aged children and to highlight the preschool teacher's role in supporting the development of emotional literacy.

KEY WORDS: emotional intelligence, emotions, role of the preschool teacher, preschool-aged children