

Slika o sebi - okvir za jačanje samopouzdanja i samopoštovanja učenika

Materijal pruža aktivnosti i radne listove za razvoj pozitivne slike o sebi, samopoštovanja i samopouzdanja kod djece i mladih, potiče samoprocjenu, samorefleksiju, socijalne vještine i kvalitetne odnose.



Svi se često pitamo: „Ko sam ja?“, „Kakav sam ja?“, „Šta znam?“, „Šta mogu?“, „Koliko vrijedim?“ i slično. Ta su pitanja posebno važna tokom odrastanja i pod uticajem su našeg boravka u različitim socijalnim okruženjima, posebno u porodici i školi. Odgovori na ova pitanja povezuju se sa psihološkim konstruktom koji se zove slika o sebi. Slika o sebi predstavlja uvjerenja koja osoba ima o sebi i svom funkcionisanju u životu na različitim područjima. Stručnjaci ističu da sliku o sebi

možemo posmatrati kroz niz životnih područja, a neka od najvažnijih su: generalno ja (opšta percepcija sebe kao osobe), tjelesno ja (slika o vlastitom tijelu), akademsko/poslovno ja (slika o sposobnostima u kontekstu obrazovanja, učenja i posla), filozofsko ja (slika o vlastitim uvjerenjima i vrijednostima), socijalno ja (slika o odnosima s drugima), emocionalno ja (viđenje vlastitih emocija, potreba i motiva), komunikacijsko ja (percepcija vlastite komunikacije s drugima), romantično ja (procjena sebe kao poželjnog partnera za intimne veze), seksualno ja (percepcija vlastite seksualnosti) i virtualno ja (procjena sebe na društvenim mrežama, odnosno u virtuelnom okruženju).

Slika o sebi je zapravo skup ideja, osjećaja i misli o sebi koji usmjeravaju osobu i utiču na njeno svakodnevno ponašanje. Često se povezuje s pojmovima „samopoštovanje“ i „samopouzdanje“, ali oni nisu istoznačni. Slika o sebi je ukupno mišljenje koje osoba ima o sebi („Ko sam ja?“). Samopoštovanje je emocionalna komponenta slike o sebi koju čini naš subjektivni doživljaj vlastite vrijednosti, temeljen i na našim procjenama i na ponašanju drugih prema nama. Ono uključuje stav prihvatanja ili odbijanja samog sebe i odnosi se na to koliko osoba cijeni sebe („Koliko volim osobu za koju mislim da sam ja?“). Samopouzdanje se odnosi na vlastito mišljenje o sposobnostima koje posjedujemo i na naš osjećaj koliko uspješno možemo izvršiti neki zahtjev iz okoline („Koliko mislim da mogu nešto uspješno ostvariti?“).

Važno je naglasiti da je slika o sebi dinamična pojava – razvija se kroz život, zavisno od iskustava i područja u kojima pojedinac djeluje, a na nju značajno utiču i mišljenja drugih ljudi poput roditelja/staratelja, vršnjaka, školskih kolega, nastavnika, trenera, mentora ili drugih važnih osoba iz socijalnog okruženja. Slika o sebi nastaje introspekcijom, opažanjem vlastitog ponašanja te prikupljanjem informacija od drugih. Osoba može na nekim područjima imati pozitivno mišljenje o sebi, a na drugima negativno. Primjerice, možemo misliti da smo uspješni u sportu, ali ne i u kreativnim aktivnostima, ili biti zadovoljni svojim obrazovnim postignućima, a nesigurni u spontanoj komunikaciji s drugima. Također, svaka osoba ima sliku sebe kakva bi željela biti (idealno ja) i kakva jeste (realno ja). Ako postoji velika razlika ili nesklad između idealnog i realnog ja, može doći do niskog samopoštovanja te poteškoća u ostvarivanju odnosa i životnih ciljeva.

Zašto je važno poticati razvoj pozitivne slike o sebi kod djece i mladih?

Djeca i mladi s pozitivnom slikom o sebi i visokim samopoštovanjem lakše se nose s izazovima, snalaze u životu i sigurniji su u svoje sposobnosti. Pokazalo se da mladi s pozitivnom slikom o sebi imaju manju vjerovatnoću razvijanja rizičnih ponašanja i problema poput anksioznosti, nasilja, depresije, poremećaja hranjenja, delinkventnog ponašanja i slično. Oni također postižu bolji školski uspjeh, lakše uspostavljaju i održavaju odnose, sklapaju prijateljstva, spremniji su da se zauzmu za sebe, postavljaju realne ciljeve i prepoznaju svoje jake strane i područja za napredovanje. Ipak, treba imati na umu da visoko samopoštovanje nije garancija zadovoljstva životom ili njegove kvalitete. Neka istraživanja pokazuju da visoko samopoštovanje može imati i negativne posljedice, posebno u savremenom društvu – primjerice, može biti povezano s predrasudama i diskriminacijom, sklonošću defanzivnim reakcijama, pretjeranim opterećivanjem sobom,

kognitivnom pristranošću i drugim pojavama.

Zaključak je da je pozitivna slika o sebi važan zaštitni faktor, čiji razvoj treba osnaživati kod djece i mladih. Međutim, i u tom procesu nužno je tražiti ravnotežu – njegovati zdrav i pozitivan odnos učenika prema samima sebi, ali i prema drugim osobama iz njihovog okruženja.

Pred vama se nalaze prijedlozi aktivnosti za rad s učenicima (npr. u okviru časova odjeljske zajednice i/ili drugih nastavnih predmeta povezanih s temom, zatim kao dopuna preventivnom radu i/ili razrednim i školskim projektima i sl.). Ciljevi ovih aktivnosti odnose se na poticanje djece i mladih na promišljanje o sebi, vođenje u tom procesu i podržavanje njihovog pozitivnog razvoja, kao i doprinos razvoju samopoštovanja i samopouzdanja učenika. Također, sadržaji se mogu koristiti i za međusobno upoznavanje i povezivanje učenika, jačanje grupne kohezije, stvaranje pozitivnijeg okruženja te unapređenje razrednih odnosa.

Odabir aktivnosti, dinamika i način rada mogu se prilagoditi posebnostima razrednih odjeljenja (broju učenika, njihovoj dobi, razvojnim karakteristikama i preferiranim modalitetima učenja, iskazanom interesu i potrebama, prethodnom iskustvu u interaktivnim aktivnostima, međusobnim odnosima, vremenskom okviru časa i dr.), kao i temama i područjima rada s učenicima. Aktivnosti se mogu realizovati pojedinačno ili se međusobno povezivati i dopunjavati, u određenom periodu ili tokom cijele nastavne godine, kao zasebni sadržaji ili integrisani u druge preventivne aktivnosti i slično. Također, priložena mapa sadrži predloške pojedinih radnih listova koji se mogu direktno koristiti u radu s djecom i mladima. Vođeni ovim materijalom, cilj je ponuditi ideje i potaknuti samostalno kreiranje sadržaja vezanog za pozitivnu sliku o sebi i jačanje potencijala učenika.

Aktivnost 1. „Lična iskaznica“

Učenicima se ukratko predstavi pojam slike o sebi i područja od kojih se ona sastoji. Zatim dobiju zadatak da izrade svoju ličnu iskaznicu i da se predstavie pomoću nje kroz sljedeća područja slike o sebi: generalno ja, tjelesno ja, romantično ja, seksualno ja, filozofsko ja, školsko ja, socijalno ja, komunikacijsko ja, virtualno ja i emocionalno ja.

Pri izradi lične iskaznice učenici mogu napraviti vlastiti kolaž ili crtež sa simbolima i tekstom koji najbolje opisuju njihova područja slike o sebi. Također, u prilogu se nalazi i cjeloviti predložak „Lična iskaznica“ koji se može umnožiti i podijeliti učenicima. Za izradu svoje lične iskaznice na raspolaganju imaju 25 do 30 minuta, nakon čega slijedi izlaganje. U zavisnosti od vremenskog okvira i dinamike rada, učenici mogu predstaviti jedno ili nekoliko područja, i to na nivou cijelog razreda ili u manjim grupama.

Svoj fizički izgled opisao/la bih....	O sebi mislim...	
Kako komuniciram s drugima?	Svoj školski uspjeh smatram...	
Kakvi su mi odnosi s drugima?	Najvažnije životne vrijednosti su mi...	
Kako se predstavijam na društvenim mrežama?		

Aktivnost 2. „Kako je biti u mojoj koži?“ ili „Upoznaj me!“

Za ovu aktivnost potrebno je unaprijed odabrati pitanja ili nedovršene rečenice, izrezati ih na trakice i staviti u zajedničku kutiju. Učenici dobiju uputu da izvuku kartice s pitanjima ili rečenicama te da na njih odgovore. Pri tome se potiču da iznose i dijele informacije o sebi do one mjere na koju su spremni, ali i da učestvuju u zajedničkoj diskusiji (npr. jesu li do tada o sebi razmišljali na taj način, žele li jedni drugima nešto dodati, koliko su međusobno slični ili različiti i sl.).

Prijedlozi pitanja/nedovršenih rečenica:

- o O sebi mislim...
- o Kada pomislim na sebe, prve asocijacije su mi...
- o Kako je biti u tvojoj koži? Kako je biti ti?
- o Navedi dvije kvalitete koje prepoznaješ kod sebe...
- o Koja je tvoja životna filozofija?
- o Koje su tvoje životne vrijednosti?

- o Kojim se motom vodiš u životu?
- o U životu najviše cijenim...
- o Kako bi opisao/opisala svoj tjelesni izgled?
- o Šta ti se sviđa u tvom tjelesnom izgledu, a šta bi promijenio/la?
- o Navedi barem dvije pozitivne osobine kojima si zadovoljan/zadovoljna...
- o Za mene bi moji nastavnici rekli...
- o Na šta si kod sebe ponosan/ponosna?
- o Za mene bi moji roditelji rekli...
- o Navedi dvije stvari koje bi volio/voljela raditi bolje ili drugačije...
- o Za mene bi moji prijatelji rekli...
- o Druge osobe kod mene cijene...
- o Kod sebe bih volio/voljela promijeniti...
- o Koje tvoje kvalitete te čine dobrim momkom/djevojkom, tj. partnerom/partnericom?
- o Koje tvoje kvalitete te čine dobrim prijateljem?
- o Koje su tvoje vještine? Navedi barem dvije...
- o Šta misliš da o tebi govori tvoj profil na Instagramu/Tiktoku/Snapchatu/Facebooku? Kako misliš da se predstavljaš?
- o Postoje li razlike između tvog predstavljanja uživo i predstavljanja na društvenim mrežama?
- o Ako postoje, koje su razlike?
- o Moji susjedi bi za mene rekli...
- o Moji članovi porodice bi za mene rekli... Da li te članovi porodice doživljavaju na različite načine?
- o Navedi barem dvije stvari koje dobro radiš...
- o Koje bi dodatne vještine volio/voljela naučiti?
- o Kada se pojavi neki problem, kako se osjećaš i kako ga rješavaš? (npr. kada dobiješ lošu ocjenu, posvađaš se s roditeljima ili nešto drugo)

- o Kada napraviš nešto dobro, kako se osjećaš i šta ti to govori o tebi? (npr. kada dobiješ dobru ocjenu ili pobijediš u nekoj društvenoj igri)
- o Navedi neku osobinu koju kod sebe ne voliš i volio/voljela bi je promijeniti.
- o Predstavi se u tri riječi...
- o Na šta si ponosan kod sebe? Koji su tvoji životni uspjesi?
- o Kako bi opisao sebe u komunikaciji s drugima? (npr. jesi li otvoreniji/a ili zatvoreniji/a, izražajan/a, jasan/na itd.)
- o Kada bi se nekome morao predstaviti koristeći pet emoji ikonica, koje bi upotrijebio/la?
- o Da li komuniciraš na isti način s osobama putem društvenih mreža i uživo? Prepoznaješ li neke razlike u komunikaciji?
- o Kako bi opisao svoju komunikaciju s osobama putem društvenih mreža?
- o Kada se s nekim prvi put upoznaješ, kakav dojam o sebi nastojiš ostaviti?
- o Koliko ti je važno (od 1 do 5) šta drugi ljudi misle o tebi? Pokušaj objasniti svoju procjenu...

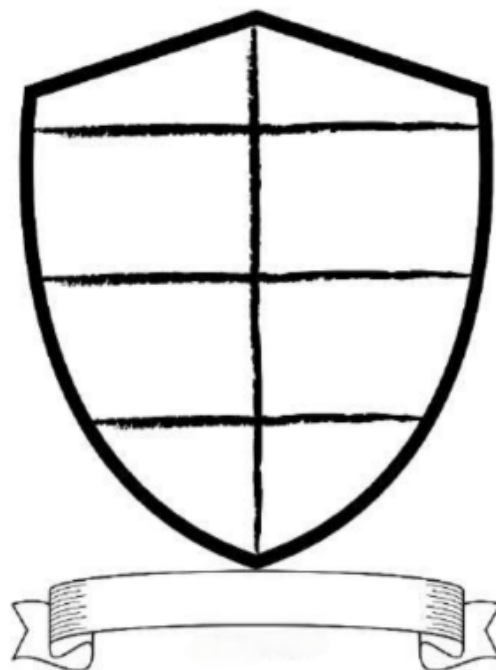
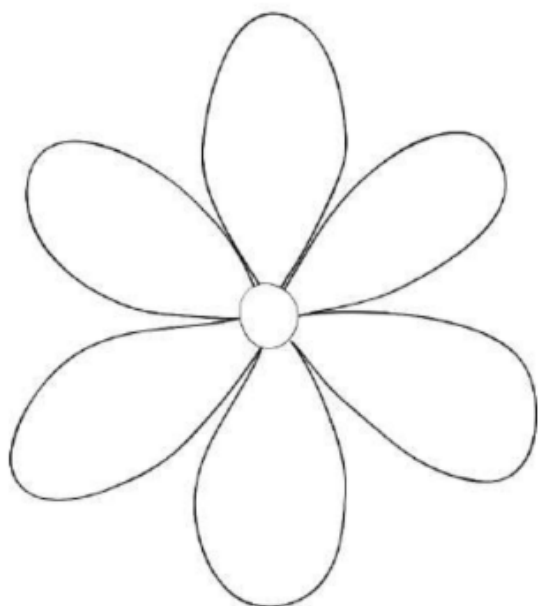
Aktivnost 3. „Moj grb“ ili „Moj cvijet“ ili „Moj štit“

Učenici dobijaju predložak u obliku grba/cvijeta/štita iz priloga i imaju zadatak nacrtati i/ili popuniti sljedeća polja:

- (1) Ja sam...
- (2) Moja dva uspjeha...
- (3) Kod sebe bih promijenio/promijenila...
- (4) Kao prijatelj ja sam...
- (5) Tri prednosti s kojima sam rođen/rođena...
- (6) Tri osobine na koje sam ponosan/ponosna...
- (7) Kao učenik ja sam...
- (8) U svojoj porodici ja sam...

Na dnu ili vrhu radnog lista učenici upisuju svoj životni moto ili citate koji ih nadahnjuju. Broj i sadržaj polja unutar radnog lista mogu se mijenjati i prilagoditi u skladu sa specifičnostima učenika te planiranom području/temi rada. Neki prijedlozi radnih listova dati su kao prilozi.

Po završetku popunjavanja grba/štita/cvijeta slijedi predstavljanje radova, koje se može realizovati na nivou cijelog razreda (kroz čitanje jednog ili nekoliko polja, po izboru učenika) ili u manjim grupama. Također, radni listovi se mogu izložiti i napraviti „Razrednu galeriju“.



Aktivnost 4. „Moji simboli“

Učenici dobiju zadatak da na prazan papir nacrtaju simbol za koji smatraju da ih najbolje predstavlja. To može biti životinja, biljka, predmet, pojava ili neka njihova kombinacija. Nakon što završe, svaki učenik predstavlja svoj simbol ostalima u razredu i objašnjava povezanost nacrtanog sa svojim osobinama i karakteristikama. Važno je poticati učenike na promišljanje o sebi i povezivanje svojih osobina sa simbolima koje biraju. Nacrtani simboli mogu se izložiti u učionici, a i razrednici mogu sudjelovati u ovoj aktivnosti.

Aktivnost se može prilagoditi tako da učenici dobiju radni list (predložak u nastavku) i da sebe opisuju i predstavljaju na sljedeći način:

„Kad bih bio/la životinja...”

„Kad bih bio/la biljka...”

„Kad bih bio/la predmet...”

„Kad bih bio/la lik iz crtanog filma...”

„Kad bih bio/la boja...”

„Kad bih bio/la lik iz književnosti...”



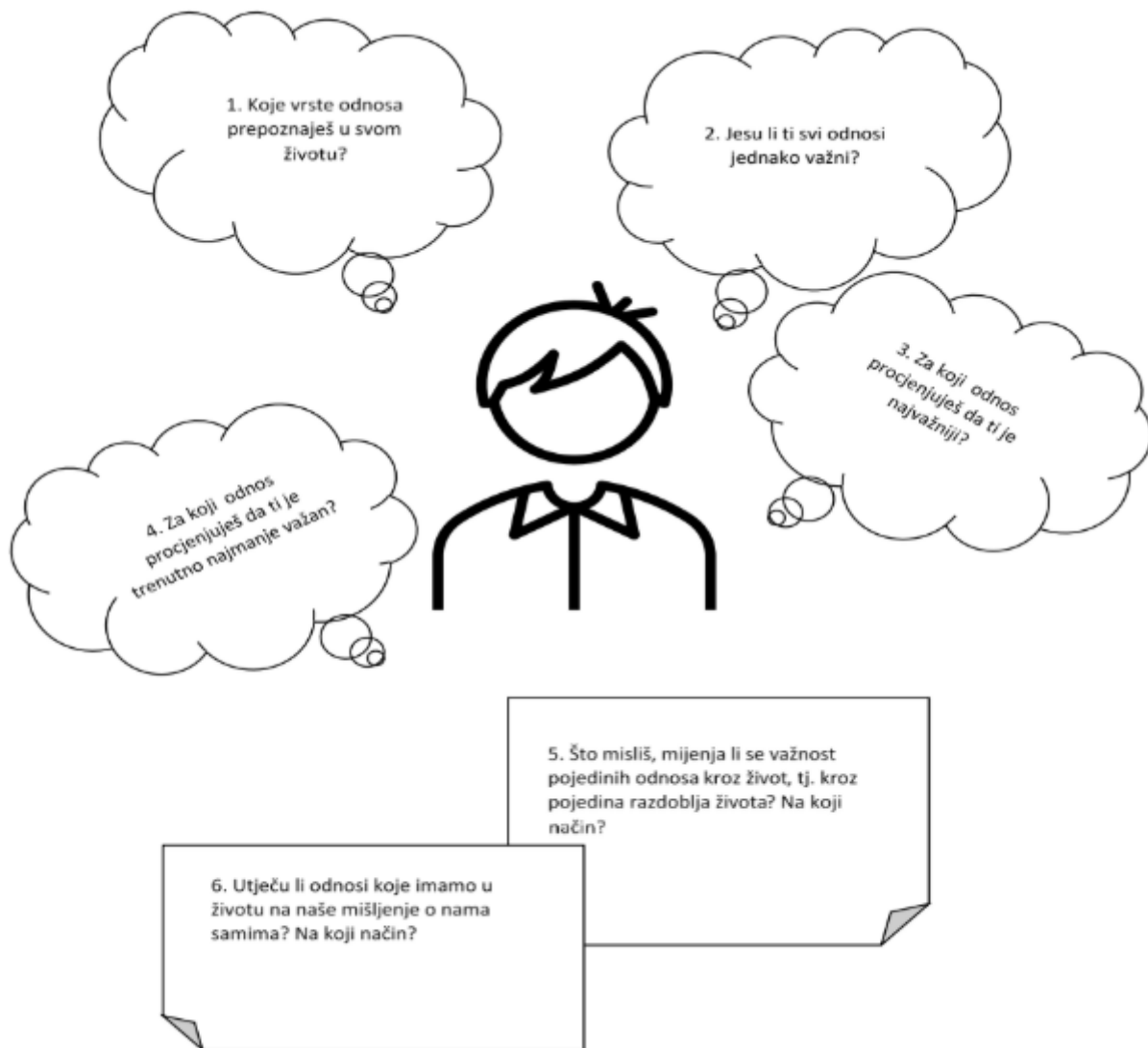
Aktivnost 5. „Javno vs. Privatno ja“

Učenici se rasporede u manje grupe (na primjer, po 4 do 5 učenika u jednoj grupi) i dobiju prazne A4 papire. Svaki učenik se potpisuje na svoj papir, a zatim se taj papir prosljeđuje ostalim članovima grupe. Zadatak učenika je da jedni drugima napišu jednu do dvije rečenice o „vlasniku papira“, s naglaskom na pozitivno. Na primjer: šta im se sviđa kod njega, koje osobine kod njega cijene, koje bi željeli imati, kako ga vide kao prijatelja, kako ga vide u školi, kakav je njegov fizički izgled, kakav je njegov odnos s nastavnicima i slično. Nakon što svaki učenik dobije natrag svoj papir, slijedi grupna diskusija o tome da li ih je iznenadilo ono što su drugi napisali, u kojoj mjeri se slažu ili ne slažu s navedenim, da li bi nešto dodali ili promijenili itd.

Cilj aktivnosti je podstaći učenike da razmišljaju o tome kako vide sami sebe, kako ih vide drugi i koliko im je važno mišljenje okoline. U završnom dijelu, aktivnost se može zaokružiti objašnjenjem postojanja „privatnog ja“ i „javnog ja“, te kako neke osobine više ili manje rado pokazujemo drugima, dok druge zadržavamo za sebe.

Aktivnost 6. „Moji odnosi“

Učenicima se podijele unaprijed pripremljeni radni listovi, a njihov zadatak je da pročitaju i zatim odgovore na pitanja koja se nalaze u oblačićima oko prikazanog lika. Nakon završetka samostalnog rada, učenici dijele ono što su napisali i potiče se zajednička rasprava, vodeći se pitanjima poput: „Šta za njih znači kvalitetan odnos?“, „Šta sve čini neki odnos kvalitetnim?“, a zatim se zajednički dogovaraju o razrednoj definiciji „KVALITETNOG ODNOSA“.



Aktivnost 7. „Vremeplov“

Na dobijenom predlošku vremeplova učenici označavaju važna životna razdoblja i događaje iz prošlosti (npr. vrtić, osnovna škola, rođenje brata/sestre, preseljenje, prelazak u srednju školu, upis u sportski klub, uključivanje u interesnu grupu itd.). Zatim im je zadatak da za svako razdoblje (prošlost – sadašnjost – budućnost) upišu poruku sebi: kako su se doživljavali, šta su mislili o sebi ranije, šta misle sada i šta žele u budućnosti.

Poruke se mogu odnositi na fizički izgled, kvalitete i osobine koje primjećuju kod sebe ili na poruke koje su im drugi iz okoline upućivali tokom navedenih razdoblja. Kada učenici završe zadatak, važno ih je potaknuti na razmišljanje, međusobno dijeljenje i diskusiju o tome kakve poruke upućuju sebi, na koji način su poruke drugih uticale na njihov razvoj i kako se njihova vlastita slika o sebi mijenjala tokom odrastanja.



Aktivnost 8. „Sam svoj influencer“

Učenike se potiče da se prisjete svog idola ili „influencera“, tj. osobe koja trenutno ima važan utjecaj na njihov život. Na nivou cijelog razreda dijele ime svog idola i objašnjavaju zbog kojih kvaliteta i osobina su ga odabrali. Zatim učenici u svoje bilježnice ili na predlošku zapisuju koje osobine svojih idola bi voljeli imati, a koje ne.

U završnom razgovoru, svaki učenik navodi koje svoje osobine smatra vrijednim da bi on sam mogao biti nečiji idol ili „influencer“.

Aktivnost 9. „Drvo moje ličnosti“

Učenici ispunjavaju pripremljeni radni list tako da u korijene „drva ličnosti“ upisuju svoje temeljne prednosti, osobine i ljude koji su im važni, deblo predstavlja vještine i kvalitete koje su do sada razvili, a grane ono što bi željeli razvijati u budućnosti. Na kraju učenici daju ime svom crtežu.

Po završetku, učenici se potiču da predstave svoje crteže u parovima ili manjim grupama. Ako učenici pristanu, može se napraviti i „Razredna galerija“ ili „Šuma raznolikosti“.

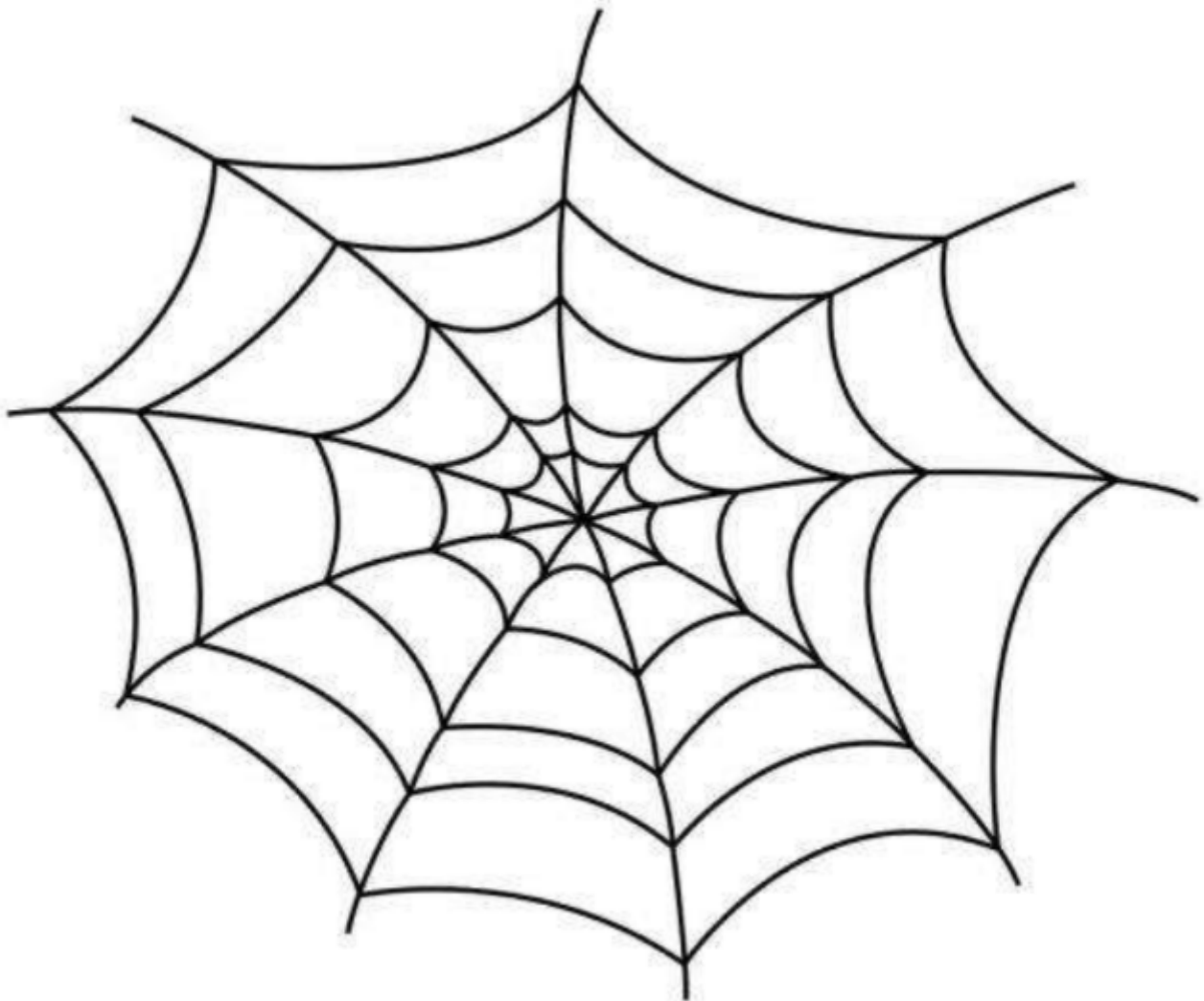


Aktivnost 10. „Moja socijalna mreža“

Radni list s paukovom mrežom dijeli se učenicima uz uputu da mreža simbolizira njihovu socijalnu mrežu. U središtu se nalazi pojam „JA“, koji predstavlja samog učenika, a u ostatak mreže trebaju upisati imena osoba s kojima ostvaruju odnose (obiteljske, prijateljske, ljubavne, profesionalne/razredne i dr.). One osobe koje smjeste bliže sebi u mreži označavaju ljude s kojima imaju blizak i zadovoljavajući odnos.

Po završetku samostalnog rada, učenici predstavljaju barem jednu osobu koju su smjestili bliže sebi u mreži i objašnjavaju razlog za zauzimanje te pozicije. Na razrednoj razini potiče se rasprava vođena pitanjima poput: „Mogu li se odnosi u životu mijenjati?“, „Šta za vas znači kvalitetan odnos?“, „Ko je odgovoran i ko doprinosi kvaliteti odnosa?“, „Kako odnos može postati kvalitetan?“, „Na koji način možete unaprijediti odnos s nekim ko vam je na rubu paukove mreže?“ i slično.

Po završetku aktivnosti, učenici se podsjećaju da su ljudi društvena bića i da kroz cijeli život nastoje, uz druge osobe, zadovoljiti potrebu za pripadanjem. Povezivanjem s drugom osobom tokom određenog perioda razvija se odnos, koji može biti različitih vrsta (npr. obiteljski, prijateljski, kolegijalni, ljubavni, profesionalni). Osim različitih vrsta, odnosi mogu biti i različite kvalitete, stoga i bliskost s pojedinim osobama može biti različita. Promišljajući o odnosima s drugim ljudima, dolazimo do zaključka da, promatrajući sebe u odnosu s drugima, stvaramo jedan dio svoje slike o sebi.



Aktivnost 11. „Zagonetna kutija“

Za ovu aktivnost unaprijed se pripremi zatvorena kutijica s ogledalom. Na početku aktivnosti učenici se rasporede tako da svako ima prostor za sebe. Zatim se pripremljena kutijica šalje u krug. Učenicima se objašnjava da se u kutiji nalazi poznata osoba i da ne smiju komentarisati ko se nalazi unutra kada kutijica dođe do njih. Učenik koji primi kutijicu pogleda u nju i predstavi tu osobu ostalima, s naglaskom na pozitivno. Ostali učenici nakon opisa pokušavaju pogoditi o kome se radi. Nakon provedene vježbe, učenici se potiču na raspravu o tome kako su se predstavljali, kroz koje osobine i uloge, te kako im je bilo sudjelovati u aktivnosti.

Aktivnost 12. „Volim samog sebe, svog jedinog sebe“

Na početku aktivnosti učenici trebaju uzeti mobitel i uslikati jednu svoju fotografiju, odnosno napraviti „selfie“. Zatim imaju zadatak da za sebe napišu najmanje 5 pozitivnih komentara na sliku, izražavajući šta vole kod sebe, što pozitivno primjećuju na osnovu slike i slično. Po završetku, učenici se u manjim grupama (po 4 do 6) međusobno dijele slike i komentare koje su napisali o sebi. Zadatak ostalih je da pažljivo slušaju, komentarišu i nacrtaju na papiru „lajk“ ili neki drugi pozitivan emotikon/simbol.

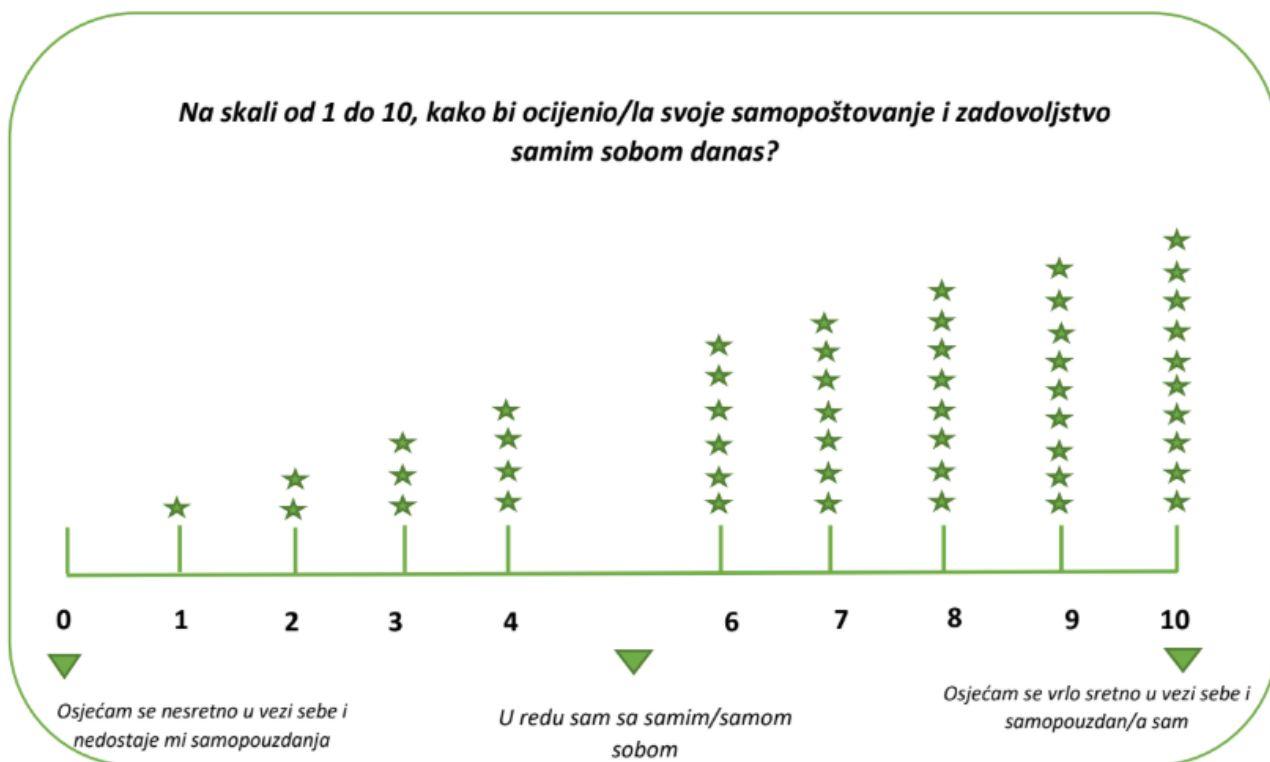
Aktivnost 13. „Dnevnik samopoštovanja“

Učenicima se dijeli radni list iz nastavka s uputom da tokom jedne sedmice vode strukturirani dnevnik, koristeći unaprijed pripremljene i nedovršene rečenice. Nakon proteka predviđenog vremenskog okvira, učenici dijele svoja zapažanja u manjim grupama i/ili na razini cijelog razreda. Može ih se potaknuti na zajedničku raspravu pitanjima poput: „Kako vam je bilo voditi dnevnik samopoštovanja proteklih sedam dana?“, „Jeste li nešto novo naučili o sebi?“, „Ima li nešto što vas je iznenadilo?“, „Kako se osjećate kada pogledate ono što ste napisali i doživjeli tokom aktivnosti?“

Dan	Pitanja/okviri za bilješke	Odgovori učenika
Ponedjeljak	Danas sam dobro napravio/la...Danas sam se zabavio/la kada...Osjećao/la sam se ponosno...	
Utorak	Danas sam postigao/la...Danas sam doživio/la pozitivno iskustvo s...Za drugu osobu, danas sam napravio/la...	
Srijeda	Osjećao/la sam se dobro kada...Bio/la sam ponosan/na na drugu osobu...Danas je bio zanimljiv dan zbog...	
Četvrtak	Osjećao/la sam se ponosno...Pozitivna stvar koju sam vidio/vidjela...Danas sam postigao/la...	
Petak	Danas sam dobro napravio/la...Imao/la sam pozitivno iskustvo s... (npr. osoba, mjesto, stvar i dr.)Bio/la sam ponosan/na na nekoga kada...	
Subota	Danas sam se zabavio/la kada...Danas sam za drugog napravio/la...Osjećao/la sam se dobro kada...	
Nedjelja	Pozitivna stvar koju sam vidio/vidjela...Danas je bio zanimljiv dan zbog...Osjećao/la sam se ponosno...	

Aktivnost 14. „Samopoštovanje među zvijezdama“

Učenicima se podijeli unaprijed pripremljeni radni list, a zadatak im je da na skali od 0 do 10 procijene svoje samopoštovanje i zadovoljstvo samim sobom toga dana. Ova aktivnost se može ponavljati periodično, uz određeni vremenski razmak. Važno je učenike poticati i na zajedničku raspravu koristeći pitanja poput: „Kako vam je bilo napraviti samoprocjenu danas? Lako ili teško?“, „Koliko često procjenjujete vlastito samopoštovanje?“, „Na koji način ste obrazložili ocjenu koju ste dali svom današnjem samopoštovanju i zadovoljstvu samima sobom?“ i slično.



Reference:

Bašić, J., Hudina, B., Koller-Trbović, N., Žižak, A. (1994). Integralna metoda u radu s predškolskom djecom i njihovim roditeljima: Priručnik za odgajatelje i stručne suradnike u predškolskim ustanovama. Zagreb: Alinea.

Berk, L.E. (2015). Dječja psihologija. Naklada Slap, Zagreb.

Lebedina-Manzoni, M., Lotar, M. (2011). Percepcija sebe kod adolescenata u Hrvatskoj. Kriminologija & Socijalna integracija: Časopis za kriminologiju, penologiju i poremećaje u ponašanju, 19(1), 39-50.

Miljković, D., Rijavec, M. (2011). Bolje biti vjetar nego list. Zagreb: IEP.

Seligman, M. (2006). Naučeni optimizam. IEP, Zagreb.

Vasta, R., Haith, M. M., Miller, S. A. (1998). Dječja psihologija. Naklada Sklap, Zagreb.

Tags

Igra i rad

Aktivnosti sa učenicima

Društveno-humanističko područje

Collections

Inspiriraj druge

Priprema za čas - Osnovna škola

Objava