



Grad Zagreb
Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade
Zagreb, 2025.

Zbornik sažetaka

26. dani dječjih vrtića Grada Zagreba

Psihološka otpornost djece i odraslih u dječjem vrtiću

Zbornik sažetaka

Zagreb, 2025.

Zbornik je izdan povodom manifestacije 26. dani dječjih vrtića Grada Zagreba

POKROVITELJ

Tomislav Tomašević, mag. pol., gradonačelnik Grada Zagreba

NAKLADNIK

Grad Zagreb, Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

ZA NAKLADNIKA

Luka Juroš, pročelnik Gradskog ureda za obrazovanje, sport i mlade

UREDNIŠTVO

Martina Glasnović, univ. spec. crim., Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

Dubravka Vuletić, prof. pedagog, Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

Heda Šlogar, prof. pov. umjetnosti i muzeologije, Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

Kristina Jurčić, mag. praesc. educ., struč. spec. comm., Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

Lidija Ivić, prof. predškolskog odgoja, Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

Katarina Talian, mag. rehab. educ., Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

Tea Ištvančić Cvetković, mag.nutr., Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade

Sanja Jelovčić, prof., Agencija za odgoj i obrazovanje
doc. dr. sc. Edita Rogulj, Učiteljski fakultet sveučilišta u Zagrebu
Marko Pavlović, mag.psych., Dječji vrtić Siget
Vesna Marić, dipl. pedagog, Dječji vrtić Radost
Jasna Doležal, Dječji vrtić Sunčana
Helena Burić, prof., Dječji vrtić Špansko
Tanja Pap, prof. pedagogije, Dječji vrtić Različak
Nikolina Sivec, univ. bacc. paed., Dječji vrtić Bajka
Nikolina Graonić, odgojitelj predškolskog odgoja, Dječji vrtić
Maksimir
Katarina Kašnar, univ. mag. praesc. educ. odgojiteljica Dječjeg
vrtića Maksimir

GRAFIČKO OBLIKOVANJE

Obrt za usluge Graphein

LEKTURA

Iva Pavušek Rakarić
Fran Zanoški

PRIPREMA ZA TISAK I TISAK

SITOTISAK MIRT, obrt za usluge

NAKLADA

410 primjeraka

ISBN 978-953-8319-57-0

**CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i
sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 001267416**

Psihološka otpornost djece, mladih, obitelji

Andreja Brajša-Žganec

Institut društvenih
znanosti Ivo Pilar

Psihološka otpornost uključuje niz vještina i sposobnosti pojedinca, kao i sposobnost pojedinca da upotrijebi podršku obitelji, društva i sustava u cjelini kako bi se bolje suočio sa stresom. Otpornost je povezana s individualnim kapacitetom osobe, odnosima i dostupnosti resursa iz zajednice. Obiteljska otpornost koja je dio obiteljske dobrobiti odnosi se na sposobnost obitelji da ojača obiteljske veze i omogući osobni rast svojih članova u konfliktnim i stresnim situacijama, a obuhvaća obiteljsko funkcioniranje, obiteljsko vodstvo te podršku obitelji. Obiteljska otpornost povezana je s kvalitetom roditeljskog ponašanja te dobrobiti djece, poput sreće i zadovoljstva djeteta, socijalne i emocionalne kompetentnosti djeteta, kognitivne, emocionalne i ponašajne regulacije i sl. U izlaganju će se predstaviti rezultati projekta Dobrobit djeteta u kontekstu obitelji CHILD-WELL, kao i važnost longitudinalnog praćenja utjecaja obitelji na dječju dobrobit kroz projekt Dobrobit adolescenata u ključnim kontekstima TEEN-WELL. Prezentirani rezultati iz istraživanja komentirat će se u kontekstu Europskog kurikula za razvoj otpornosti te načina kako utvrditi intenzitet roditeljskog stresa i obiteljsku otpornost s ciljem prepoznavanja indikatora disfunkcionalnih interakcija roditelja i djece i njihovih mogućih posljedica na dječju dobrobit. Staviti će se naglasak na rani razvoj djece i interakcije unutar obitelji te koliko su iskustva i doživljaji u ranoj predškolskoj dobi ključni i važni za daljnji razvoj djece, mladih obitelji i društva općenito. Dodatno će se ukazati na važnost obitelji koja je ključna u ranom razvoju djeteta te ulogu odgojitelja i stručnih suradnika i njihovu povezanost sa svakom obitelji te uključivanjem svake obitelji pri planiranju odgojno-obrazovnog rada.

ABSTRACT

Andreja Brajša-Žganec

Institut društvenih
znanosti Ivo Pilar

KEYWORDS

*resilience, family
well-being, social
and emotional
competence of
children*

Psychological Resilience of Children, Youth, and Families

Psychological resilience includes a range of individual skills and abilities, as well as the capacity to draw on support from family, society, and the broader system to better cope with stress. Resilience is connected to an individual's capacity, relationships, and access to community resources. Family resilience, which is a component of family well-being, refers to a family's ability to strengthen its bonds and foster the personal growth of its members during conflicts and stressful situations. It encompasses family functioning, leadership, and support. Family resilience is linked to the quality of parental behavior and child well-being, such as the child's happiness and satisfaction, social and emotional competence, and cognitive, emotional, and behavioral regulation. This presentation will share findings from the Child Well-being in the Family Context (CHILD-WELL) project, as well as highlight the importance of longitudinal monitoring of family influence on child well-being through the Adolescent Well-being in Key Contexts (TEEN-WELL) project. The presented research findings will be discussed within the framework of the European Curriculum for Resilience, focusing on how to assess the intensity of parental stress and family resilience to identify indicators of dysfunctional parent-child interactions and their potential consequences for child well-being. Special emphasis will be placed on early childhood development and family interactions, as experiences during the early preschool years are crucial for the ongoing development of children, young families, and society at large. Furthermore, the vital role of the family in early childhood development will be highlighted, along with the roles of kindergarten teachers and professional staff, the importance of their connection with each family, and the inclusion of families in the planning of educational activities.

Psihološka otpornost i zašto je važna

**Renata Ćorić
Špoljar**

Poliklinika za
zaštitu djece i
mladih Grada
Zagreba
Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*djeca, stručnjaci,
stresori, snage*

Iako nešto različite te usmjerene na različite aspekte, većina definicija otpornosti odnosi se na sposobnost osobe pojedinca u pronalasku snaga i resursa, naročito u teškim životnim situacijama, koje će mu pomoći u nošenju s problemima i problematičnim situacijama. Isto tako govore u prilog tome da otpornost nije osobina s kojom se pojedinac rađa, već se razvija kroz život, i to interakcijom različitih čimbenika, osobnih, obiteljskih i okolinskih.

Biti otporan znači biti u stanju prevladati stresore ili izdržati negativne životne događaje tako da se od njih osobe ne samo oporave, nego u njima nalaze i osobni smisao (Klohen, 1996; Youssef i Luthans, 2007).

U izlaganju će se razmatrati jačanje osobnih, obiteljskih i okolinskih čimbenika koji svojom interakcijom utječu na osobno djelovanje svakog pojedinca, odnosno na različite mogućnosti djelovanja u tom području.

Otpornost i razvoj otpornosti prikazat će se i kroz kliničku praksu rada s djecom i mladima s ciljem davanja smjernica kako se može unaprijediti rad s djecom.

Nadalje će u izlaganju biti govora o otpornosti stručnjaka koji rade s djecom i svakodnevno brinu o otpornosti naše djece. Koji su to čimbenici koji ih štite ili dovode u rizik? Što mogu učiniti da ojačaju vlastitu otpornost? Što sustav može učiniti u jačanju kapaciteta stručnjaka, kako zbog njih samih, tako i zbog djece s kojom rade i o čijoj otpornosti brinu te utječu na nju?

Iznošenje vlastitih iskustava i izazova u svakodnevnom radu, upoznavanje i dijeljenje različitih iskustava, kao i razumijevanje istih, može doprinijeti međusobnom osnaživanju stručnjaka te istraživanju mogućnosti napretka sustava u cjelini, a time i dobrobiti cijelog društva.

ABSTRACT

**Renata Ćorić
Špoljar**

Children and Youth
Protection Clinic of
Zagreb Croatia

KEYWORDS

*children,
professionals,
stressors, strengths*

Psychological Resilience and Why It Is Important

Although somewhat different and focused on various aspects, most definitions of resilience refer to the ability of individuals to find strength and resources, especially in difficult life situations, that help them cope with problems and challenges. These definitions also emphasize that resilience is not an innate trait but rather something that develops throughout life through the interaction of various personal, family, and environmental factors.

Being resilient means being able to overcome stressors or endure negative life events in a way that allows individuals not only to recover but also to find personal meaning in these experiences (Klohen, 1996; Youssef and Luthans, 2007).

The presentation will explore the strengthening of personal, family, and environmental factors that, through their interaction, influence individual actions and the range of possible responses in this area.

Resilience and the development of resilience will also be presented through clinical practice in working with children and young people, with the goal of providing guidelines for improving work with children.

The presentation will further address the resilience of professionals who work with children and care daily for the resilience of our young people. What are the factors that protect them or put them at risk? What can they do to strengthen their own resilience? What can the system do to enhance the capacities of professionals, both for themselves and for the children they work with and whose resilience they nurture and influence?

Sharing personal experiences and challenges from daily work, exchanging and learning from different perspectives, and gaining a deeper understanding of these experiences can contribute to the mutual empowerment of professionals. This, in turn, can support progress within the system as a whole, ultimately benefiting society at large.

Projekt Sretan učitelj: Holistički i ljudski pristup dobrobiti

**Kyong-Ah Kwon i
Timothy G. Ford**

Sveučilište u
Oklahomi, Tulsa,
Oklahoma,
Sjedinjene Američke
Države

KLJUČNE RIJEČI

*dobrobit,
odgojitelj u ranom
i predškolskom
odgoju i
obrazovanju,
intervencija, radni
uvjeti*

Općenito je prepoznato da su odgojitelji u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju, uključujući učitelje i voditelje, nedovoljno plaćeni, preopterećeni i slabo podržani, što dovodi do radne snage koja je podložna sindromu izgaranja i visokoj fluktuaciji zaposlenika. Projekt Sretan učitelj već se osam godina bavi istraživanjem radnih uvjeta i dobrobiti odgojitelja u Sjedinjenim Državama, posebno odgojitelja u programima Head Start, koji rade s najranjivijom djecom. Ovo je istraživanje dovelo do ključnih spoznaja koje su poslužile kao poticaj za razvoj sveobuhvatne intervencije za poboljšanje dobrobiti odgojitelja. Opće je poznato da postoji vrlo malo intervencija koje se bave poboljšanjem dobrobiti odgojitelja u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju, a one koje postoje obično se bave samo jednim područjem dobrobiti. Kao odgovor na to, razvili smo, implementirali i vrednovali inovativni višeslojni intervencijski model dizajniran za poboljšanje cjelokupne dobrobiti odgojitelja (fizičke, psihološke i profesionalne dobrobiti [P3]), smanjenje namjere napuštanja posla i poboljšanje kvalitete učionice, uz pomoć dizajna paralelnih skupina unutar randomiziranog kontroliranog ispitivanja (RCT). Ovaj desetotjedni višeslojni intervencijski model sastoji se od četiri ključna elementa, koji su dodavani postupno, a obuhvaćaju nosivi uređaj za praćenje tjelesne aktivnosti, deset tjednih internetskih modula za samostalno učenje, individualizirano savjetovanje o dobrobiti i podršku na razini okoliša i centra. Analiza podataka više od 300 odgojitelja u urbanim sredinama pokazala je da je intervencija u području dobrobiti doprinijela poboljšanju P3 dobrobiti, osobito psihološke dobrobiti učitelja, uključujući samoprocijenjeni dispozicijski optimizam, upravljanje stresom i smanjenje simptoma depresije. Također je došlo do pozitivnog utjecaja na fizičku dobrobit učitelja i voditelja, uključujući poboljšanja u spavanju, vježbanju i općem tjelesnom zdravlju. Kvaliteta učionice, osobito emocionalna i bihevioralna podrška, također je doživjela pozitivan utjecaj kroz sve razine intervencije za učitelje. Manje je zabilježenih utjecaja na voditelje, osim u području upravljanja stresom. Bit će riječi o implikacijama i budućim poboljšanjima ovog modela dobrobiti.

ABSTRACT

The Happy Educator Project: A Holistic and Human-Centered Approach to Well-Being

**Kyong-Ah Kwon &
Timothy G. Ford**

—
University of
Oklahoma, Tulsa,
Oklahoma, United
States

KEYWORDS

—
*well-being,
early childhood
educator,
intervention,
working conditions*

Early care and education (ECE) educators, including teachers and leaders, are widely documented to be underpaid, overworked, and under-supported, resulting in a workforce vulnerable to burnout and turnover. The Happy Educator Project has been an eight-year exploration of the working conditions and well-being of United States ECE teachers and leaders—particularly Head Start educators who work with the most vulnerable children. This research led to key insights that provided the impetus for the development of a comprehensive wellness intervention for educators. It is widely known that few interventions to improve ECE educator well-being exist, and those that do typically address only one area of well-being. In response, we developed, implemented, and evaluated, via a parallel-group, cluster randomized controlled trial (RCT) design, an innovative multi-tiered intervention designed to improve educators' whole well-being (physical, psychological, and professional well-being [P3]), intent to leave, and classroom quality. This 10-week tiered intervention model consisted of four key elements, added by tier, which included a wearable fitness tracker, ten weekly self-guided online modules, individualized wellness coaching, and environmental and center-level supports. Analysis of data from over 300 urban early childhood educators revealed that the wellness intervention helped improve P3 well-being, particularly in psychological well-being for teachers, including self-reported dispositional hope, stress management, and decreased depressive symptoms. Physical well-being for teachers and leaders was also positively impacted, including improvements in sleep, exercise behaviors, and overall physical health. Classroom quality, especially emotional and behavioral support, was also positively impacted across tiers for teachers. Fewer impacts were observed for leaders, with the exception of stress management. Implications and future improvements of this wellness model will be discussed.

Mentalno zdravlje i psihološka otpornost – od razumijevanja do svakodnevnog ulaganja

Ljiljana Muslić

—
spec. kliničke
psihologije, Služba
za promicanje
zdravlja, Hrvatski
zavod za javno
zdravstvo, Hrvatska

Maja Lang Morović

—
prof. rehabilitator,
Služba za
promicanje zdravlja,
Hrvatski zavod za
javno zdravstvo,
Hrvatska

Vesna Ivasović

—
spec. kliničke
psihologije, Služba
za promicanje
zdravlja, Hrvatski
zavod za javno
zdravstvo, Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*dualni model
mentalnog
zdravlja,
mentalno zdravlje
u vrtićima, 5
svakodnevnih
aktivnosti za
mentalno zdravlje*

Mentalno zdravlje nije samo odsutnost bolesti, već stanje dobrobiti u kojem osoba ostvaruje svoje potencijale, nosi se sa stresom i doprinosi zajednici. Odsustvo poremećaja ili bolesti nije samo po sebi dovoljno za dobro mentalno zdravlje. Isto tako, ono nije neko savršeno statično stanje nego ga određuju i kapaciteti pojedinca da se prilagodi životnim pritiscima, nećakama ili stresu, uključujući kapacitete za nošenje s budućim negativnim događajima, odnosno psihološku otpornost. Slijedom navedenog, cilj je predavanja istaknuti važnost pravilnog shvaćanja mentalnog zdravlja i razvijanja modela svakodnevnog očuvanja i osnaživanja mentalnog zdravlja u vrtićima, uzimajući u obzir potrebe i odraslih i djece koji zajedno žive, rade, uče i igraju se.

Svako okruženje, pa tako vrtić, može svima pružiti priliku za razvoj i promjene koje vode psihološkoj dobrobiti, jačanju životnih vještina i drugih individualnih resursa i kompetencija korisnih za daljnji život, osobno zadovoljstvo, ali i za zajednicu i cjelokupno društvo. Poseban naglasak stavit će se na dualni model mentalnog zdravlja koji istovremeno promatra prisutnost mentalnih teškoća i razinu psihološke dobrobiti. U nastavku ćemo raspraviti može li sveobuhvatni model mentalnog zdravlja u odgojno-obrazovnim ustanovama pomoći strateškom planiranju zaštite mentalnog zdravlja u vrtićima. Na kraju ćemo predložiti jednostavni model 5 svakodnevnih aktivnosti za očuvanje i unaprjeđenje mentalnog zdravlja koji je primjenjiv i u vrtićima: povezivanje s drugima, tjelesna aktivnost, učenje novih vještina, uzvratanje, davanje i pomaganje drugima te rituali usmjeravanja pažnje na sadašnji trenutak i osvještavanje trenutka. Model se temelji na istraživanjima navika koje unaprjeđuju psihološku dobrobit i kvalitetu života ljudi različitih dobi. Namjera nam je primjerima koji uključuju grupne igre koje potiču suradnju, tjelesne aktivnosti na otvorenom i u zatvorenom prostoru, kreativne radionice, poticanje empatije i zahvalnosti te vođene vježbe disanja i opuštanja potaknuti korištenje ovog modela u promicanju mentalnog zdravlja u vrtićima.

ABSTRACT

Mental Health and Psychological Resilience - From Understanding to Everyday Commitment

Ljiljana Muslić

—
PhD, Specialist in
Clinical Psychology,
Division for Health
Promotion, Croatian
Institute of Public
Health, Croatia

Maja Lang Morović

—
PhD, Rehabilitation
Specialist, Division
for Health
Promotion, Croatian
Institute of Public
Health, Croatia

Vesna Ivasević

—
Specialist in
Clinical Psychology,
Division for Health
Promotion, Croatian
Institute of Public
Health, Croatia

KEYWORDS

*dual model of
mental health,
mental health in
kindergartens, five
everyday activities
for mental health*

Mental health is not merely the absence of disorder or illness, but a state of well-being in which a person realizes their potential, copes with stress, and contributes to the community. The absence of disorders or illness alone is not sufficient for good mental health. Moreover, mental health is not a perfect, static state; it depends on an individual's capacity to adapt to life's pressures, adversities, and stresses — including the ability to cope with future challenging events, known as psychological resilience.

In light of this, the goal of this presentation is to highlight the importance of a deeper understanding of mental health, as well as the need to develop a framework for the everyday maintenance and improvement of mental health in kindergartens, taking into account the needs of both adults and children who live, work, learn, and play together.

Every environment, including kindergartens, can provide opportunities for growth and positive change that foster psychological well-being, strengthen life skills, and build individual resources and competencies beneficial for personal satisfaction and the community at large. Special emphasis will be placed on the dual model of mental health, which considers both the presence of mental difficulties and the level of psychological well-being. We will also explore whether a comprehensive mental health model for educational institutions can support strategic mental health planning in kindergartens.

Finally, we will propose a simple framework of five everyday activities for maintaining and improving mental health in kindergartens: connecting with others, physical activity, learning new skills, giving and helping others, and practicing rituals that focus attention on the present moment. This model is based on studies examining habits that enhance psychological well-being and quality of life across different age groups. With practical examples — including group games that encourage cooperation, outdoor and indoor physical activities, creative workshops, exercises fostering empathy and gratitude, and guided breathing and relaxation — we aim to facilitate the use of the five-activity framework in promoting mental health in kindergartens.

Osnaživanje odgojno-obrazovnih radnika: mentalna otpornost u doba povećanih očekivanja

Nataša Jokić-Begić

—
Filozofski fakultet
Sveučilišta u
Zagrebu

—
KLJUČNE RIJEČI

*stres, generacijske
promjene,
mentalno zdravlje,
podražavajuće
okruženje*

Predavanje je usmjereno na prepoznavanje i jačanje psihološke otpornosti odgojno-obrazovnih radnika u suvremenom izazovnom okruženju. Kroz razumijevanje načina na koji stres, generacijske promjene i svakodnevna opterećenja utječu na mentalno zdravlje, sudionici će steći uvid u vlastite emocionalne i profesionalne kapacitete. Predavanje pruža znanstveno utemeljene, ali praktične alate za očuvanje ravnoteže, jačanje osobne otpornosti i očuvanje profesionalnog entuzijazma. Poseban naglasak stavlja se na važnost brige o sebi kao preduvjeta za kvalitetan rad s djecom te na stvaranje podražavajućeg profesionalnog okruženja.

ABSTRACT

Empowering Education Professionals: Mental Resilience in an Era of Growing Expectations

Nataša Jokić-Begić

—
Faculty of
Humanities and
Social Sciences,
University of Zagreb

KEYWORDS

*stress, generational
changes, mental
health, supportive
environment*

This lecture focuses on recognizing and strengthening the psychological resilience of education professionals in today's challenging environment. By exploring how stress, generational shifts, and everyday pressures affect mental health, participants will gain insight into their own emotional and professional capacities. The session offers scientifically grounded yet practical tools to help maintain balance, build personal resilience, and sustain professional enthusiasm. Special emphasis is placed on the importance of self-care as a foundation for high-quality work with children, as well as on fostering a supportive professional environment.

Sigurna luka u digitalnom dobu: kako rana privrženost štiti razvoj djece u eri tehnoferencije u vrtiću?

Ella Selak Bagarić

—
mag. psych.,
klinička psihologinja
Centar za zdravlje
mladih, Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

—
*privrženost,
tehnoferencija,
predškolska dob,
roditeljstvo*

Neupitno je da digitalne tehnologije mijenjaju okolinu u kojoj djeca odrastaju i razvijaju se. Sveprisutnost ekrana, kojima su djeca izložena od sve ranije dobi, izvor je zabrinutosti roditelja i stručne zajednice te predmet sve brojnijih istraživanja usmjerenih na njihovo potencijalno djelovanje na dječji razvoj. Cilj je ovog rada pružiti prikaz suvremenih spoznaja koje ističu ključnu ulogu rane privrženosti, temeljeno na radu Bowlbyja i njegovih suradnika, prikazati njenu ulogu u poticanju dječjeg cjelokupnog razvoja, kao i problematizirati potencijalni utjecaj digitalnih tehnologija na interakcije djece i roditelja u od rođenja kroz predškolsku dob te prikazati dosadašnje spoznaje o ulozi tehnoferencije na razvoj. Polazeći od temeljne važnosti sigurne baze u ranom djetinjstvu, rad analizira kako kvalitetni odnosi privrženosti s primarnim skrbnicima i odgojiteljima mogu djelovati kao zaštitni faktor u digitalnom okruženju. Rani odnosi privrženosti i kontekst tih odnosa snažni su pokretači cjelokupnog dječjeg razvoja, koji mogu podržavati ili djelovati kao rizični čimbenik. Interakcije koje oblikuju sigurnu privrženost istraživanja vezuju uz različite aspekte kognitivnog i socioemocionalnog razvoja sve do neurobiološke razine. Svakodnevni prekid u interpersonalnim interakcijama ili zajedničkom vremenu koje se događaju zbog digitalnih i mobilnih uređaja, nazivani tehnoferencijom, dio su suvremenog odrastanja. Dosadašnja istraživanja vezuju ih uz manje interakcija roditelj-dijete, smanjenu responzivnost roditelja, opserviranom hostilnošću roditelja, kao i doživljajem manje učinkovitosti u roditeljstvu. Osvrćući se na nova istraživanja o mogućem utjecaju tehnoferencije na dječji razvoj, rad u fokus stavlja potrebu za propitivanjem postojećih znanja u kontekstu svijeta koji se neprestano mijenja uz osvrt na implikacije za podršku u roditeljstvu.

ABSTRACT

Ella Selak Bagarić

—
MSc in Psychology,
Clinical
Psychologist, Youth
Health Center,
Croatia

KEYWORDS

—
*attachment,
technoference,
preschool age,
parenting*

Secure Haven in the Digital Age: How Early Attachment Protects Child Development in the Era of Technoference in Kindergarten

Digital technologies are unquestionably reshaping the environment in which children grow and develop. The omnipresence of screens—introduced to children at increasingly younger ages—has become a source of concern for both parents and professionals, and is the subject of a growing body of research into their potential effects on child development. The aim of this paper is to provide an overview of current findings that highlight the crucial role of early attachment, grounded in the work of Bowlby and his colleagues. It emphasizes the importance of early attachment in supporting children's holistic development and examines the impact of digital technologies on parent-child interactions from infancy through the preschool years. It also outlines what is currently known about the role of technoference in child development. Drawing on the foundational importance of a secure base in early childhood, this paper explores how quality attachment relationships with primary caregivers and educators can serve as protective factors in the digital age. Early attachment and the broader context in which it forms are powerful drivers of child development, with the potential to either support or hinder healthy growth. Research has linked interactions that foster secure attachment to multiple aspects of cognitive and socio-emotional development, even extending to the neurobiological level. Everyday interruptions to interpersonal interactions or shared moments—caused by digital and mobile device use and known as technoference—have become a common feature of modern parenting. Current research links such interruptions to fewer parent-child interactions, decreased parental responsiveness, increased parental irritability, and a reduced sense of parental efficacy. Reflecting on the growing body of research on technoference and its possible effects on development, this paper underscores the importance of critically assessing existing knowledge in the context of a rapidly changing world—particularly in terms of its implications for parenting support.

Karakteristike odgojno-obrazovnih ustanova i praksa koje podržavaju (i promiču) mentalno zdravlje djece

Bojana Gotlin

—
Pučko otvoreno
učilište Korak po
korak, Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*mentalno zdravlje,
strategije,
participacija,
dobrobit*

Područje mentalnog zdravlja djece rane i predškolske dobi u novije je vrijeme privuklo pozornost stručnjaka i praktičara te postalo tema od posebnog interesa svih koji se bave dječjom dobrobiti, no činjenica je kako je potrebno još dosta ulaganja u edukaciju i širenje svijesti praktičara kako bi to područje zauzelo mjesto i važnost u svakodnevnoj odgojno-obrazovnoj praksi. Kvalitetni programi ranog i predškolskog obrazovanja imaju ključnu ulogu u promicanju mentalnog zdravlja djece pa je od velike važnosti da odgojno-obrazovne ustanove i praktičari koji u njima rade mogu ponuditi jasne strategije kako podržavati i promicati mentalno zdravlje djece te kako odgovoriti na različite potrebe djece. Pristup usmjeren na dijete uzima u obzir kvalitetu okruženja u kojem dijete boravi, koje bi trebalo zadovoljiti djetetovu potrebu za sigurnosti i pripadnosti, vodeći brigu o tome da sva djeca dožive osjećaj uspjeha i da se osjećaju cijenjeno. Nadalje, promicanje participacije djece i uključivanje djece u donošenje odluka imaju pozitivan učinak na razvoj njihove otpornosti, pozitivnu sliku o sebi i samopoštovanje. U ovoj ćemo radionici prikazati kako se može unaprijediti participacija djece ciljanim strategijama te tako osigurati njihova dobrobit. Promišljat će se koje su to karakteristike ustanova koje podržavaju i promiču mentalno zdravlje djece te će si svi sudionici imati priliku postaviti pitanja: Što već radim/radimo u mom vrtiću?; Što mogu još učiniti ja/moja ustanova za promicanje mentalnog zdravlja djece? Na kraju radionice otvorit će se prilika za diskusiju o iskustvima sudionika u području promicanja mentalnog zdravlja djece i za definiranje neuralgičnih točaka ustanova za rani i predškolski odgoj i obrazovanje.

ABSTRACT

Characteristics of ECEC Institutions and Practices That Support (and Promote) Children's Mental Health

Bojana Gotlin

—
Open Academy
Step by Step,
Croatia

KEYWORDS

—
*mental health,
strategies,
participation, well-
being*

The field of early childhood mental health has recently attracted the attention of experts and practitioners and has become a topic of particular interest to all those involved in children's well-being. However, it is a fact that significant investment is still needed in early childhood education and care (ECEC), particularly in raising practitioners' awareness in order for this field to gain its rightful place and importance in everyday educational practice. High-quality ECEC programs play a key role in promoting children's mental health, so it is of great importance that educational institutions and the practitioners working in them can offer clear strategies for supporting and promoting children's mental health and for responding to children's diverse needs. A child-centered approach takes into account the quality of the environment in which the child resides, which should meet the child's need for safety and belonging, ensuring that all children experience a sense of success and feel valued. Furthermore, promoting children's participation and involving them in decision-making has a positive effect on the development of their resilience, positive self-image, and self-esteem. In this workshop, we will explore how children's participation can be improved through targeted strategies, thus ensuring their well-being. We will reflect on the characteristics of institutions that support and promote children's mental health by asking: What am I already doing in my kindergarten? What else can I/ my institution do to promote children's mental health? At the end of the workshop, there will be an opportunity for discussion on the participants' experiences in the field of promoting children's mental health and for identifying the critical points of their institutions.

Podučavanje iz srca: Pokret, *mindfulness* – usredotočena svijest, i dobrobit u ranom djetinjstvu

**Sarah Jane
Anthony**

—
Smart Teachers Play
More, Island

Kristín Einarsdóttir

—
Smart Teachers Play
More, Island

**Cristina Aragon
White**

—
Smart Teachers Play
More, Island

KLJUČNE RIJEČI

*pokret,
mindfulness –
usredotočena
svijest,
dobrobit, odgoj
i obrazovanje u
ranom djetinjstvu*

Ovaj rad predstavlja praktičan i istraživački utemeljen pristup poticanju psihološke otpornosti i dobrobiti u odgoju i obrazovanju djece kroz integraciju pokreta, *mindfulnessa* – usredotočene svijesti, i igre. Temeljen na metodologiji "Smart Teachers Play More" (STPM) ("Pametni učitelji igraju se više"), 6-satni tečaj podržava i djecu i odgajatelje u kultiviranju radosti, povezanosti i emocionalne ravnoteže unutar okruženja dječjeg vrtića. Oslanjajući se na rad Martina Seligmana, Julie Smith, Richarda Wisemana i Annie Murphy Paul, te temeljen na istraživanjima provedenim u dječjim vrtićima i školama na Islandu, Španjolskoj i drugim europskim zemljama, tečaj istražuje ideju da "nismo programirani da sjedimo i učimo".

Struktura STPM tečaja uključuje četiri modula: uvod u filozofiju STPM-a; Aktivna učionica, u kojoj se promiču fizički angažman i ranije akademske vještine; Pozitivni učitelj, usredotočen na samopomoć učitelja uz uporabu alata poput modela PERMA; i Smirujuća učionica, s aktivnostima koje podržavaju emocionalnu regulaciju, *mindfulness* i zahvalnost.

Kroz interaktivne igre pokreta, vođene meditacije, refleksivne vježbe i kreiranje smirujućih resursa, tečaj pokazuje da čak i male akcije mogu stvoriti snažne promjene u dobrobiti i učenju. Prezentacija će istražiti kako sudionici mogu implementirati trenutačne, kratkoročne i dugoročne strategije za kultiviranje otpornosti u sebi i svojim učenicima. Cjelokupna poruka je jasna: malo je puno. Samo počnite, a male, značajne promjene imat će veliki učinak.

ABSTRACT

**Sarah Jane
Anthony**

—
Smart Teachers Play
More, Island

Kristín Einarsdóttir

—
Smart Teachers Play
More, Island

**Cristina Aragon
White**

—
Smart Teachers Play
More, Island

KEYWORDS

*movement,
mindfulness,
well-being,
early childhood
education*

Teaching from the Heart: Movement, Mindfulness & Well-being in the Early Years

This paper presents a practical and research-informed approach to fostering psychological resilience and well-being in early childhood education through the integration of movement, mindfulness, and play. Based on the “Smart Teachers Play More” (STPM) methodology, the 6-hour course supports both children and educators in cultivating joy, connection, and emotional balance within the kindergarten environment. Drawing on the work of Martin Seligman, Julie Smith, Richard Wiseman, and Annie Murphy Paul, and informed by research conducted in kindergartens and schools across Iceland, Spain, and other European countries, the course explores the idea that “we are not wired to sit down and learn.”

The structure of the STPM course includes four modules: an introduction to STPM philosophy; the Active Classroom, which promotes physical engagement and early academic skills; Positive Teacher, focusing on teacher self-care using tools like the PERMA model; and the Calming Classroom, with activities to support emotional regulation, mindfulness, and gratitude.

Through interactive movement games, guided meditation, reflective exercises, and the creation of calming resources, the course demonstrates that even small actions can create powerful shifts in well-being and learning. The presentation will explore how participants can implement immediate, short-term, and long-term strategies for cultivating resilience in themselves and their students. The overall message is clear: a little is a lot. Just get started, and small, meaningful changes will make a big impact.

Profesionalni integritet odgojitelja i kako ga osnažiti – kako sebe kao stručnjake vide odgojitelji?

Dušanika Kosanović

—
voditeljica
Familylab Hrvatska,
Refleksije d. o. o.
Zagreb, Hrvatska

—

KLJUČNE RIJEČI

*uzajamnost,
odnosi u
pedagoškim
okvirima,
samosvijest,
profesionalnost*

Ova radionica poziva zainteresirane sudionike na promišljanja o profesionalnom integritetu stručnjaka koji se bave odgojem.

U pedagoškom svijetu, usporedo s bavljenjem i usmjerenosti na djecu, s ciljem dječjeg razvoja i dobrobiti, nužno je da se razvoj odvija i s druge strane – onih odraslih koji se profesionalno bave djecom.

Za razliku od zastarjele no ipak sveprisutne paradigme o odgoju kao jednosmjernom procesu (isključivo od odraslog prema djetetu), relevantna pozicija u pedagoškim sferama jest ona u kojima odrasli prepoznaju važnost uzajamnosti. A čim govorimo o *uzajamnosti*, tada govorimo i o *izgradnji odnosa s djecom*. Uzajamnost uključuje i zaprimanje povratnih informacija o sebi – od djeteta i drugih ljudi koje dotiče odgojni svijet – npr. od kolega, nadređenih, roditelja.

Za mogućnost proaktivnog i odgovornog djelovanja, kao i kreativnog impulsa – našeg načina postojanja u pedagoškom svijetu (dakle, onoga što nudimo), kao i za mogućnost promišljanja o spomenutim povratnim informacijama prema nama i adekvatnim reakcijama na njih, nužno je postojanje našeg *profesionalnog integriteta*. Njegov doživljaj usko je vezan i sa samosvijesti odraslih, a daje nam odgovore na pitanja tko smo u nekoj specifičnoj situaciji (npr. teško izlazimo na kraj s ponašanjem nekog djeteta, vodimo zahtjevan razgovor s roditeljem). Isto tako, određen je našim ukupnim doživljajem sebe, npr. po pitanju osobnih granica, naših vještina vođenja pojedinog djeteta ili cijele grupe, vještina komuniciranja svojih potreba prema drugima, kao i etičnosti našeg ponašanja i odnosa prema profesiji.

Odgoj i obrazovanje predstavljaju područje iznimnih mogućnosti utjecaja na djecu, no važno je prepoznati da će ti utjecaji značajno ovisiti i o samosvijesti i profesionalnosti odraslih. Ove karakteristike doprinose dobrobiti i djece i stručnjaka – jer oni zajedno provode značajno vrijeme svojih života u institucijama.

Na susretu će biti prikazane odrednice profesionalnog integriteta, a polaznici će imati priliku sudjelovati kroz dijeljenje svojih primjera i uvida, rad u manjim grupama i zajedničkoj diskusiji.

Educators' Professional Integrity and How to Strengthen It – How Do Educators See Themselves as Professionals?

Dušanka Kosanović

—
Head of FamilyLab
Croatia, Refleksije
d.o.o., Zagreb,
Croatia

—
KEYWORDS

*reciprocity,
relationships
in pedagogical
contexts,
self-esteem,
professionalism*

This workshop invites participants to reflect on the professional integrity of those involved in education. In the world of education, while our focus is often on children and their growth and well-being, it is just as important that development happens on the other side too — with the adults who work with them. Unlike the outdated but still widespread paradigm of education as a one-way process (exclusively from adult to child), today's more relevant perspective emphasizes the importance of reciprocity — a mutual exchange. And once we start talking about reciprocity, we're also talking about building real relationships with children. Reciprocity means being open to feedback — not just from peers, supervisors, or parents, but also from the children themselves.

To act proactively and responsibly, to tap into our creativity, and to truly show up in the educational space — what we bring to the table matters. That includes how we process feedback and respond to it in meaningful ways. At the core of all this is our professional integrity.

Our sense of integrity is closely tied to our self-esteem, and it helps us answer key questions in challenging moments — like when we are struggling with a child's behavior or navigating a tough conversation with a parent. It is also shaped by how we see ourselves overall: our personal boundaries, our ability to lead an individual child or a group, how well we express our own needs, and the ethics behind our actions and approach to the profession.

Upbringing and education represent a powerful space for influencing children, but it is important to recognize that those influences also significantly depend on the self-esteem and professionalism of the adults involved. These qualities are key to the well-being of both children and professionals — because they spend a significant portion of their lives together in educational institutions.

This workshop will explore the key elements of professional integrity, and participants will have the opportunity to contribute by sharing their examples and insights, working in smaller groups, and engaging in open discussion.

Ivana Macuka

—
Odjel za psihologiju
Sveučilišta u Zadru

KLJUČNE RIJEČI

—
*suvremeno
roditeljstvo,
intenzivno
roditeljstvo,
perfekcionizam,
sagorijevanje u
roditeljstvu*

Psihološka otpornost roditelja: očuvanje ravnoteže u roditeljstvu

Iskustva roditelja i načini odgoja djece posljednjih su se godina značajno promijenili, a pitanja o roditeljstvu i suvremenom odgoju djece česta su tema u raspravama stručnjaka i roditelja. Današnji roditelji više su uključeni u odgoj, više se brinu, preispituju svoje postupke, dodatno se educiraju o roditeljstvu i potiče ih se da slijede savjete stručnjaka. S obzirom na značajne promjene u obiteljskom životu i odnosima između roditelja i djece, korisno je ponuditi svima koji se profesionalno bave roditeljima i djecom uvid u suvremene trendove i probleme u roditeljstvu. Odnosno da bi stručnjaci u sustavu odgoja i obrazovanja bili učinkoviti u radu s roditeljima i djecom, moraju poznavati trendove u suvremenim obiteljima.

Pritisci s kojima se roditelji suočavaju u 21. stoljeću novi su i drugačiji, a trendovi intenzivnog roditeljstva dodatno su otežali ulogu roditelja. Iako roditeljstvo donosi radost i ponos, nažalost, neki roditelji pate od emocionalne iscrpljenosti zbog stresa povezanog s odgojem djece. Današnje trendove u odgoju djece možemo opisati kroz tzv. intenzivno, preuključeno i prezaštitničko roditeljstvo uz često istaknutu težnju za perfekcionizmom koje stavlja novu vrstu pritiska na roditelje, ali i na njihovu djecu. Naime, neki roditelji postavljaju visoke standarde sami sebi u nastojanju da se savršeno brinu o svojoj djeci, dok drugi očekuju savršenstvo od svoje djece. Uslijed takvih trendova sve se češće govori i o sagorijevanju u roditeljstvu koje nastaje zbog trajne izloženosti kroničnom roditeljskom stresu i očituje se u emocionalnoj iscrpljenosti roditelja i udaljavanju od djece uz osjećaj neučinkovitosti i sumnju u sposobnost da se bude dobar roditelj. U obiteljskom životu postoje mnogi stresori i resursi koji čine tzv. „ravnotežu u roditeljstvu“ svakog roditelja i objašnjavaju nam zašto se roditelji mogu naći u situaciji ili ispunjenja ili iscrpljenosti u roditeljskoj ulozi. Sagorijevanje u roditeljstvu ozbiljan je problem koji zasluži pozornost s obzirom na ozbiljnost posljedica, kako za roditelje (u smislu pogoršanja zdravlja, razvoja ovisnosti i pojave suicidalnih ideja i percepcije sebe kao lošeg roditelja), tako i za djecu. Prepoznavanje roditelja koji pate u roditeljstvu omogućuje poduzimanje preventivnih koraka na individualnoj i društvenoj razini.

Stoga je radionica namijenjena stručnjacima u sustavu predškolskog odgoja i obrazovanja koji rade s roditeljima i djecom, kako bi stekli dublje razumijevanje suvremenih trendova, izazova i problema u roditeljstvu.

ABSTRACT

Ivana Macuka

—
Department of
Psychology
University of Zadar

KEYWORDS

—
*contemporary
parenting,
intensive
parenting,
perfectionism,
parental burnout*

Parental Psychological Resilience: Maintaining Balance in Parenting

Parental experiences and child-rearing have significantly evolved in recent years, making the topic of modern parenting a frequent subject of discussion among experts and parents. Today's parents are more involved in their children's upbringing, reflect more critically on their parenting choices, seek additional education on parenting, and are encouraged to follow expert advice. Given the substantial changes in family life and parent-child relationships, it is valuable to provide professionals working with parents and children with insight into contemporary trends and challenges in parenting. To be effective in their work with families, educators and professionals must understand the evolving dynamics of modern families.

The pressures faced by parents in the 21st century are new and distinct, with trends in intensive parenting further complicating the parental role. While parenting brings joy and pride, unfortunately, some parents experience emotional exhaustion due to the stress associated with raising children. Today's parenting trends can be described as intensive, over-involved, and overprotective, often accompanied by a strong pursuit of perfectionism that places new forms of pressure not only on parents but also on their children. Some parents set high standards for themselves, while others expect perfection from their children.

As a result of these trends, parental burnout is becoming an increasingly discussed issue. It arises from prolonged exposure to chronic parental stress and manifests as emotional exhaustion, distancing from one's children, feelings of inefficacy, and doubts about one's ability to be a good parent. Family life is shaped by numerous stressors and resources that contribute to what is known as parenting balance, explaining why some parents experience fulfillment while others struggle with exhaustion in their parental roles. Parental burnout is a serious concern that demands attention due to its profound consequences — both for parents, in terms of declining health, potential substance abuse, and even suicidal thoughts or feelings of inadequacy as caregivers, and for children. Recognizing parents who are suffering from burnout enables the implementation of preventive measures at both an individual and societal level.

Therefore, this workshop is designed for professionals in early childhood education who work closely with parents and children, offering them a deeper insight into contemporary trends, challenges, and key issues in parenting.

Mali signali velikih osjećaja – psihosomatika kod djece predškolske dobi

Mia Pepeonik

—
Centar za zdravlje
mladih, Republika
Hrvatska

Daniel Milošević

—
Centar za zdravlje
mladih, Republika
Hrvatska

—
KLJUČNE RIJEČI

*psihosomatske
reakcije, emocije,
stres, odgajatelj*

Radionica „Mali signali velikih osjećaja – psihosomatika kod djece predškolske dobi” namijenjena je odgojiteljima koji žele bolje razumjeti povezanost između mentalnog i fizičkog zdravlja djece predškolske dobi. Psihosomatika, shvaćena kao istraživanje interakcije psihosocijalnih i tjelesnih čimbenika u njihovom djelovanju na zdravlje pojedinca, proučava kako emocije mogu doprinijeti razvoju fizičkih simptoma kod djece poput, primjerice, bolova u trbuhu i glavobolje. Djeca, zbog toga što tek razvijaju brojne vještine pa tako i one vezane uz ekspresiju emocija, često putem tjelesnih simptoma izražavaju ono što još ne mogu verbalizirati. Tijekom radionice istaknuti su uobičajeni psihosomatski simptomi te brojni uzroci istih. Posebna pažnja posvećena je ulozi odgojitelja u ranom prepoznavanju ovih simptoma, podržavajućoj komunikaciji s djetetom te suradnji s roditeljima i drugim stručnjacima u polju mentalnog zdravlja. U praktičnom dijelu radionice predstavljene su tehnike za regulaciju psihosomatskih simptoma, uključujući vježbe disanja, kreativno izražavanje emocija, tjelesnu aktivnost i pružanje emocionalne podrške. Cilj radionice jest osnažiti odgajatelje kako bi s razumijevanjem pristupili djeci koja se bore s psihosomatskim poteškoćama te kako bi im u okviru svoje uloge mogli pružiti adekvatnu podršku.

ABSTRACT

Little Signals of Big Emotions – Psychosomatics in Preschool Children

Mia Pepeonik

—
Youth Health
Center, Republic of
Croatia

Daniel Milošević

—
Youth Health
Center, Republic of
Croatia

—
KEYWORDS

*psychosomatic
reactions,
emotions, stress,
educator*

The workshop *“Little Signals of Big Emotions – Psychosomatics in Preschool Children”* is intended for educators who wish to better understand the connection between mental and physical health in preschool-aged children. Psychosomatics, understood as the study of the interaction between psychosocial and physical factors in their influence on an individual's health, explores how emotions can contribute to the development of physical symptoms in children, such as stomach aches and headaches. Because they are still developing various skills—including those related to emotional expression—children often express what they cannot yet verbalize through physical symptoms. The workshop highlights common psychosomatic symptoms and the many potential causes behind them. Special attention is given to the role of educators in the early recognition of these symptoms, supportive communication with the child, and collaboration with parents and other mental health professionals. In the practical part of the workshop, techniques for regulating psychosomatic symptoms are presented, including breathing exercises, creative emotional expression, physical activity, and providing emotional support. The goal of the workshop is to empower educators to approach children struggling with psychosomatic difficulties with understanding and to provide appropriate support within their professional role.

Krize odrastanja kod djece i postupci odraslih

Bruna Profaca

—
klinička psihologinja
Zagreb, Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

—
stres, kriza,
podrška, potrebe
djece

Iako je podrška bliskih osoba zaštitni faktor prvog reda u stresnom razdoblju, postoje situacije kada stresni i traumatski događaji tijekom odrastanja dovode dijete u stanje krize. Kao i odrasli, i djeca često zbog svojih razvojnih ograničenja, intenziteta događaja kojima su izloženi i/ili nedostatka podrške nastalu krizu ne mogu svladati uz pomoć uobičajenih načina suočavanja. U stanju krize i djeca su preplavljena osjećajima, često kod njih opažamo smanjenu razinu funkcioniranja, poteškoće u regulaciji te dezorganiziranost ponašanja i misli. Da bi dijete steklo emocionalnu samoregulaciju, važna je prisutnost koregulirajuće odrasle osobe. Emocionalna podrška i dostupnost odrasle osobe pomaže predškolskoj djeci u učenju da su emocionalna stanja prolazna, imaju imena i njima se može upravljati. Čin pokazivanja interesa za dijete istovremeno pokazuje djetetu da je ono i njegov unutarnji svijet važno.

Cilj je ove radionice povećati svjesnost stručnjaka o krizama odrastanja kod djece i postupcima odraslih u pružanju podrške.

Rad će se odvijati kroz teorijsko predavanje, rasprave u većim i malim grupama te iskustvene vježbe i igre uloga.

U *uvodnom dijelu* razmatrat će se općenito potrebe djece i uloga odrasle osobe (roditelja, odgojitelja).

Središnji dio radionice obuhvatit će teme:

- Izvori stresa i krize u dječjoj dobi
- Postupci odraslih: povećanje djetetova osjećaja sigurnosti kroz odnos s djetetom, (samo)regulacija i razgovor s djetetom, kako čuti djetetovu priču, prepoznavanje potreba djeteta u njegovim reakcijama, što djetetu u krizi pomaže, a što ne (učinkovita i neučinkovita podrška), odgovornosti odraslih

U *završnom dijelu* radionice polaznice i polaznici bit će usmjereni na podršku u brizi o sebi, svjesnost o ranjivosti odraslih koja je izražena ako rade s djecom u uvjetima općeg stresa.

ABSTRACT

Bruna Profaca

—
Clinical Psychologist
Zagreb, Croatia

KEYWORDS

—
*stress, crisis,
support, child's
needs*

Childhood crisis and the actions of adults

Although support from close persons is a primary protective factor, there are situations when stressful and traumatic events during childhood lead a child into a state of crisis. Like adults, children often cannot overcome crises using their usual coping strategies due to their developmental limitations, the intensity of the events they are exposed to, and/or a lack of support. In a state of crisis, children are overwhelmed by emotions, and we often observe a reduced level of functioning, difficulties with regulation, and disorganization of behavior and thoughts. For a child to acquire emotional self-regulation, the presence of a co-regulating adult is crucial. The emotional support and availability of an adult help preschool children learn that emotional states are transient, have names, and can be managed. Showing interest in a child simultaneously communicates that the child and their inner world are important.

The goal of this workshop is to raise awareness among professionals about childhood crises and the actions of adults in providing support.

The workshop will include a theoretical lecture, discussions in large and small groups, experiential exercises, and role-playing games.

The *introductory part* will address the general needs of children and the role of adults (parents, educators).

The central part of the workshop will cover the following topics:

- sources of stress and crisis in childhood
- adult actions: increasing the child's sense of security through relationships, (self-)regulation and conversations with the child, how to listen to the child's story, recognizing the child's needs in their reactions, what helps a child in crisis and what does not (effective and ineffective support), and adult responsibilities

In the final part of the workshop, participants will focus on self-care support and recognizing the vulnerability of adults, which becomes more pronounced when working with children in conditions of general stress.

Kako razvijati vlastitu psihološku otpornost?

Majda Rijavec

—
Učiteljski fakultet
Sveučilišta u
Zagrebu, Hrvatska

—
KLJUČNE RIJEČI

*zahvalnost,
optimizam,
socijalna podrška,
osobne snage*

Pod psihološkom otpornošću podrazumijeva se sposobnost pozitivne prilagodbe na značajne negativne okolnosti ili rizik. Većina istraživanja provedena je s ciljem otkrivanja faktora koji pomažu razvoju psihološke otpornosti djece koja odrastaju u rizičnim uvjetima. No, pojavom pozitivne psihologije pojavila su se istraživanja o tome što pridonosi psihološkoj otpornosti odraslih te su razvijene različite strategije i pozitivne intervencije koje ljudima u tome mogu pomoći. Ove strategije i intervencije mogu se okvirno podijeliti u četiri kategorije. To su strategije i intervencije usmjerene na ljude (socijalnu podršku), tijelo, aktivnosti i način razmišljanja.

Ljudi se lakše suočavaju sa stresnim situacijama ako imaju adekvatnu socijalnu podršku, tj. izgrađenu mrežu ljudi koji im u takvim situacijama mogu pomoći. Isto tako, pozitivni odnosi s drugima povećavaju psihološku dobrobit pojedinca. Briga o tijelu, uključujući fizičke aktivnosti i meditacije (poput *mindfulnessa* – usredotočene svjesnosti) također pozitivno djeluju na tjelesno i psihološko zdravlje. Uz ta dva faktora, iznimnu ulogu ima postavljanje važnih i smislenih osobnih ciljeva te način razmišljanja koji osnažuje pojedinca za suočavanje s negativnim događajima u životu.

Na radionici će sudionici biti upoznati s navedenim glavnim faktorima koji pridonose razvoju psihološke otpornosti, a na koje svaki pojedinac može utjecati. Pritom će sudjelovati u različitim aktivnostima usmjerenim na razvijanje zahvalnosti, optimizma, socijalne podrške i osobnih snaga. Uz aktivnosti na samoj radionici, sudionici će biti upoznati i s dodatnim strategijama, metodama i aktivnostima za razvoj i održavanje vlastite psihološke otpornosti. Cilj radionice jest da sudionici strategije, metode i aktivnosti mogu kasnije koristiti u svakodnevnom životu.

ABSTRACT

Majda Rijavec

—
Faculty of Teacher
Education,
University of
Zagreb, Croatia

KEYWORDS

—
*gratitude,
optimism, social
support, personal
strengths*

How to Develop Your Own Psychological Resilience?

Psychological resilience refers to the ability to adapt positively to significant negative circumstances or risks. Most research in this field has focused on identifying factors that help children growing up in at-risk environments develop psychological resilience. However, with the emergence of positive psychology, studies have increasingly explored what contributes to psychological resilience in adults. Various strategies and positive interventions have been developed to support people in this process. These strategies and interventions can be broadly grouped into four categories: those focused on people (social support), the body, activities, and mindset.

People cope with stressful situations more easily when they have adequate social support, that is, when they have built a network of people who can help them in difficult times. Positive relationships with others also enhance an individual's psychological well-being. Taking care of the body, including physical activities and meditation practices (such as mindfulness), has a positive impact on both physical and mental health. In addition to these two factors, setting meaningful personal goals and adopting a mindset that empowers an individual to face life's challenges play a crucial role.

During the workshop, participants will be introduced to these key factors that contribute to the development of psychological resilience, all of which can be influenced by the individual. They will take part in various activities aimed at fostering gratitude, optimism, social support, and personal strengths. In addition to the activities conducted during the workshop itself, participants will also learn about additional strategies, methods, and activities for developing and maintaining their own psychological resilience. The goal of the workshop is to equip participants with strategies, methods, and activities that they can later apply in their everyday lives.

Šta ste danas uradili za sebe da vam život bude lepši?

Briga o mentalnom zdravlju stručnih radnika dečijih vrtića

Zorica Trikić

—
nezavisna
konsultantkinja,
Srbija

KLJUČNE REČI

*vaspitači, stres,
samopomoć,
antistres*

Rad vaspitača i drugih stručnih radnika u vrtiću ključan je za holistički razvoj dece, jer osim što podržava razvoj socijalnih i emocionalnih veština, pruža i mogućnosti za rano učenje, postavljajući temelje za celoživotno obrazovanje. Kroz svakodnevne interakcije i kreiranje sigurnog okruženja, vaspitači takođe prepoznaju potrebe i izazove sa kojima se deca suočavaju, pružajući im neophodnu podršku za očuvanje mentalnog zdravlja i opšte dobrobiti.

Posao vaspitača je često stresan zbog velike odgovornosti za sigurnost i razvoj dece, emocionalne iscrpljenosti, te fizičkih i psihičkih zahteva svakodnevnog rada. Nedostatak resursa, visoka očekivanja roditelja i obrazovnog sistema, kao i nedovoljno uvažavanje profesije, dodatno povećavaju pritisak. Takođe, vaspitači nisu imuni na stres iz šireg okruženja i sopstvenih porodica.

Briga o mentalnom zdravlju vaspitača je vitalna tema koja se retko obrađuje u njihovom obrazovanju i stručnom usavršavanju. O tome se skoro nikad ne govori ni na radnom mestu. Mentalno zdravlje vaspitača direktno utiče na kvalitet njihovog rada, interakcije sa decom i saradnju sa porodicama i kolegama, što ga čini prioritetom. Čak i najiskusniji vaspitači često nisu adekvatno pripremljeni za upravljanje stresom i praktikovanje brige o sebi.

Tokom interaktivne radionice, učesnici će se upoznati sa ključnim pojmovima vezanim za uzroke stresa, prepoznavanje simptoma i efekata toksičnog stresa i sagorevanja, kao i sa strategijama samopomoći i brige o sebi i drugima.

Kroz grupni i individualni rad, kombinovan sa mini lekcijama, učesnici će imati prilike da steknu nova teorijska saznanja, probavljaju antistres tehnike, da reflektuju, razmenjuju sa kolegama i uče jedni od drugih. Učesnici će takođe imati priliku da osmisle lične strategije za upravljanje stresom, kao i strategije koje će biti primenjive na nivou tima i sa decom. Radionica će se takođe fokusirati na dekonstrukciju stigme koja prati temu mentalnog zdravlja i neophodnost sistemске podrške vaspitačima uključujući superviziju.

ABSTRACT

What Have You Done for Yourself Today to Make Your Life More Beautiful? Mental Health Care of Preschool Educators

Zorica Trikić

—
independent
consultant, Serbia

KEYWORDS

*educators, stress,
self-care, stress-
relief*

The work of preschool educators is crucial for holistic child development, as it not only supports the development of social and emotional skills but also provides opportunities for early learning, laying the foundation for lifelong education. Through daily interactions and the creation of a safe environment, educators recognize children's needs and challenges, providing essential support for maintaining their mental health and well-being.

The role of a preschool educator is often stressful, given the responsibility for the safety and development of children, as well as the physical and psychological demands of daily work. A lack of resources, high expectations from parents and the education system, and insufficient recognition of the profession further increase this pressure. Moreover, educators are not immune to stress from their wider environment and personal lives.

The mental health care of educators is a vital topic that is rarely addressed in their pre-service and in-service training, and almost never discussed in the workplace. The mental health of educators directly impacts the quality of their work, their interactions with children, and their collaboration with families and colleagues, making it a top priority. Even the most experienced educators are often not adequately prepared to manage stress and practice self-care.

During this interactive workshop, participants will explore key concepts of stress and burnout, their symptoms and effects, and strategies for self-care. Through group and individual activities, combined with mini-lessons, participants will gain theoretical knowledge, practice stress-relief techniques, and develop personal and team-based stress management strategies that can be applied in their workplaces in the future. The workshop will also address the stigma surrounding mental health and emphasize the need for systemic support for educators, including supervision and professional learning communities.

Participacija u vrtiću: Zašto je važno da slušamo decu?

Jelena Vranješević

—
Filozofski fakultet
Univerziteta u
Beogradu
Srbija

—
KLJUČNE REČI

*konsultovanje
dece,
rezilijentnost,
socio-
emocionalne
kompetencije*

Konsultovanje dece, kako bi odrasli saznali njihovu perspektivu i iskustvo, značajno je zbog poruke koju sa sobom nosi: da su deca eksperti za sopstveno iskustvo i da njihova perspektiva treba da bude vidljiva. Ono se zasniva na pravu deteta da izrazi svoje mišljenje, koje nije ograničeno uzrastom i razvojnim mogućnostima. Konsultovanje dece podrazumeva kulturu slušanja dece koja je izraz demokratskih praksi u društvu: sposobnost da se prepozna-ju, prihvate i uvažavaju različite perspektive, da se o njima disku-tuje i da se kroz dijalog sa decom kreiraju nova značenja. Kultura slušanja dece podrazumeva autentičnu zainteresovanost odraslih za dečju perspektivu, simetričnost u odnosima u smislu poštovanja i uvažavanja dečjeg mišljenja, „stavljanje u zagradu“ svojih predubeđenja, otvorenost za promenu i sliku o detetu kao o kompetentnom učesniku u sopstvenom razvoju.

Učesnici radionice će imati priliku da diskutuju o transforma-tivnom i razvojnom potencijalu participacije: na koje sve načine deca mogu da izraze svoju perspektivu i učestvuju u donošenju odluka koje ih se tiču kao i koji faktori otežavaju/olakšavaju im-plementaciju participacije dece. Budući da deca kroz konsultativ-ni/participativni proces razvijaju brojne kompetencije, biće disku-tovan i razvojni aspekt participacije: veza između participacije i rezilijentnosti dece, kao i između participacije i razvoja kritičkog mišljenja i brojnih socio-emocionalnih kompetencija koje su važ-ne za odrastanje u demokratskom građanskom društvu.

ABSTRACT

Jelena Vranješević

—
Faculty of
Philosophy,
University of
Belgrade
Serbia

KEYWORDS

—
*consulting
children, resilience,
socio-emotional
competencies*

Participation in Preschool: Why Is It Important to Listen to Children?

Consulting children to understand their perspectives and experiences is important because of the message it conveys: that children are experts in their own lives and that their perspectives should be valued. This is grounded in the child's right to express their opinion, regardless of age or developmental stage. Consulting children involves creating a culture of listening to them, which reflects democratic practices in society—recognizing, accepting, and respecting diverse perspectives, discussing them, and co-creating new meanings through dialogue with children. A culture of listening to children means that adults are genuinely interested in their views, treat children's opinions with respect, "bracket" their own biases, remain open to change, and see children as competent participants in their own development.

Workshop participants will have the opportunity to explore the transformative and developmental potential of participation: the many ways children can share their perspectives and be involved in decisions that affect them, as well as the factors that either hinder or support children's participation. Since children develop many competencies through consultative/participatory processes, the developmental aspect of participation will also be addressed: the connection between participation and children's resilience, as well as its link to the development of critical thinking and various socio-emotional skills crucial for growing up in a democratic society.

Balans i otpornost: kako ostati snažan u izazovima?

Kosjenka Lovrec-Marinović

Dječji vrtić Prečko

Matej Čuljak

Dječji vrtić Prečko

KLJUČNE RIJEČI

emocionalna kompetentnost, društvena svijest, ljudski resursi, odgojitelj

Ovo predavanje će se usmjeriti na integrirani okvir otpornosti odgojitelja u kojem ćemo s jedne strane istaknuti psihološke resurse odgojitelja (individualno), i brižno okruženje koje nudi potporu s druge strane (kontekst). Ta se dva seta čimbenika nadopunjuju i međusobno podržavaju. Okruženje u kojem postoji podrška i zaštita poboljšava otpornost odgojitelja što dalje vodi do prakse koja pogodno djeluje na otpornost i pojačava individualne čimbenike otpornosti, kao što su samopouzdanje i vjera u vlastitu učinkovitost. Slično tome, individualni čimbenici otpornosti doprinose praksama koje potiču razvoj zdravoga odgojno-obrazovnog ozračja koje potom povratno jača socijalnu i emocionalnu kompetenciju i otpornost odgojitelja. Osim što otpornost pomaže u zaštiti od stresa, sagorijevanja i drugih psiholoških poteškoća, ona također omogućuje stvaranje okružja u kojem odgojitelji mogu profesionalno i privatno rasti i napredovati. Otpornost odgojitelja ne podrazumijeva samo preživljavanje i suočavanje s teškoćama, nego i napredak i razvoj na osobnoj razini. Odgojitelji trebaju posjedovati visoku emocionalnu svijest i razumijevanje, biti svjesni vlastitih snaga i slabosti te moći upravljati svojim emocijama. Moraju moći izraziti svoje pozitivne emocije, imati veliku samoeфикаsnost, biti učinkoviti u rješavanju problema i donošenju odluka. Otporni odgojitelji imaju razvijenu društvenu svijest i vještine, razumiju tuđe perspektive i osjećaje, grade zdrave odnose i uspješni su u povezivanju s drugima. Takvi odgojitelji se osjećaju puno kompetentnije u svom privatnom i poslovnom životu, te kao takvi služe kao model ne samo od kojeg djeca uče razna znanja, već se uče i ponašanjima promatrajući odgojitelja. Takav odgojitelj također može puno kompetentnije surađivati i s roditeljima, kojima u današnje vrijeme kada su razne informacije dostupne u nekoliko klikova, treba sve više usmjereno vođenje kako bi mogli u toj šumi informacija razabrati što im je korisno i upotrebljivo.

ABSTRACT

Balance and Resilience: How to Stay Strong in the Face of Challenges

Kosjenka Lovrec-Marinović

—
Professor of
Psychology, Prečko
Kindergarten

Matej Čuljak

—
M.A. in Psychology,
Prečko
Kindergarten

KEYWORDS

*emotional
competence, social
consciousness,
human resources,
educator*

This lecture will focus on an integrated framework of educator resilience, highlighting, on the one hand, the psychological resources of educators (individual level), and on the other, the caring environment that provides support (contextual level). These two sets of factors complement and reinforce each other. An environment that offers support and protection enhances educator resilience, which in turn leads to practices that positively influence resilience and strengthen individual factors such as self-confidence and belief in one's own effectiveness. Similarly, individual resilience factors contribute to practices that foster a healthy educational environment, further strengthening the educator's social and emotional competence and resilience.

Resilience not only helps protect against stress, burnout, and other psychological challenges but also enables the creation of an environment in which educators can grow and thrive both professionally and personally. Educator resilience is not merely about surviving and coping with difficulties, but also about progressing and developing on a personal level.

Educators need to possess high emotional awareness and understanding, be conscious of their own strengths and weaknesses, and be able to manage their emotions. They must be capable of expressing positive emotions, have a strong sense of self-efficacy, and be effective in problem-solving and decision-making. Resilient educators demonstrate well-developed social awareness and skills, understand the perspectives and feelings of others, build healthy relationships, and are successful in connecting with others.

Gubitak, tugovanje i razvoj otpornosti

Neda Vac Burić

—
Dječji vrtić
Budućnost, Zagreb,
Hrvatska,

KLJUČNE RIJEČI

*poimanje smrti,
podrška, djeca*

Otpornost je sposobnost pojedinca da se uspješno prilagodi i kompetentno funkcionira usprkos iskustvu kroničnog stresa ili neugodnosti, ili nakon izloženosti produženoj, ili teškoj traumi. Otpornost obuhvaća i načine suočavanja sa stresnim i traumatskim situacijama, a gubitak i tugovanje jesu upravo takve situacije. Nažalost, ovo su teške teme koje se u odgojno-obrazovnom radu često izbjegavaju, iako su stalno prisutne. Tijekom života ljudi dožive razne gubitke (ideja, stvari, selidba, prelazak iz vrtića u školu, bolest i smrt drage osobe i sl.). Neovisno o prirodi gubitka i vremenu kada se taj gubitak dogodio, gubici su teški i zahtijevaju vrijeme za oporavak i prilagodbu. Gubitak izazvan smrću jedini je u potpunosti nenadoknativ, a posebno je teško kada umre roditelj djeteta. Oko 5 % djece i mladih godišnje doživi smrt osobe u užoj obitelji, što znači da će se gotovo svaki obrazovno-odgojni djelatnik u svojem radnom vijeku susresti s time da djetetu u skupini/vrtiću umre roditelj. Bespomoćnost koju odrasli osjećaju jer ne mogu djetetu nadoknaditi gubitak često dovodi do minimiziranja ove teme. Tako prvenstveno djeca, ali i ostali uključeni, ostaju bez važne podrške koju vrtić može pružiti. Kroz radionicu će sudionici biti bolje upoznati i ohrabreni kako postupiti u takvoj situaciji, svatko iz svoje radne uloge.

Pored aktualne situacije gubitka roditelja, postoje druge situacije u kojima vrtić može pokazati otvorenost za ovu temu čime se njeguje okruženje koje pokazuje spremnost djelatnika da u aktualnim situacijama gubitka pruže podršku djeci i roditeljima, ali i sebi međusobno.

Ishodi:

1. Sudionici će raspraviti karakteristike gubitaka i procesa tugovanja
2. Sudionici će obraćati pažnju na svoje potrebe i potrebe drugih sudionika odgojno-obrazovnog procesa pri gubitku i tugovanju
3. Sudionici će biti upoznati s raznim načinima prorade teme gubitka i tugovanja
4. Sudionici će raspravljati o svojim iskustvima iz rada vezano za gubitak i tugovanje

ABSTRACT

Neda Vac Burić

—
Professor of
Psychology,
Mentor, Budućnost
Kindergarten,
Zagreb, Croatia

KLJUČNE RIJEČI

—
*understanding
death, support,
children*

Loss, Grieving, and the Development of Resilience

Resilience is the ability of individuals to successfully adapt and function competently despite experiencing chronic stress or discomfort, or after being exposed to prolonged or severe trauma. Resilience also includes ways of coping with stressful and traumatic situations. Loss and grief are exactly such situations. Unfortunately, these are difficult topics that are often avoided in educational work, even though they are constantly present.

Throughout life, people experience various types of loss (ideas, objects, relocation, transitioning from kindergarten to school, illness, the death of a loved one, etc.). Regardless of the nature of the loss or the time when it occurs, losses are difficult and require time for recovery and adaptation. The loss caused by death is the only one that is entirely irreparable, and it is particularly challenging when a child's parent passes away. About 5% of children and young people experience the death of a close family member each year, meaning that almost every preschool employee will, at some point in their career, encounter a situation where a child in their kindergarten group or their kindergarten loses a parent.

The helplessness that adults feel because they cannot compensate for the child's loss often leads to minimizing this topic. As a result, children, as well as all the others involved, are left without the essential support that kindergartens can provide. Through this workshop, participants will gain better knowledge and confidence in how to act in such situations, each from their professional role.

Besides the immediate situation of loss, there are other ways to demonstrate that a kindergarten is open to this topic, fostering an environment where the staff is prepared to support children, parents, and themselves in moments of loss and grief.

Learning Outcomes:

1. Participants will discuss the characteristics of loss and the grieving process,
2. Participants will reflect on their own needs and the needs of others in the educational process when dealing with loss and grief,
3. Participants will gain insight into various ways of addressing the topic of loss and grief,
4. Participants will share their professional experiences related to loss and grieving.

Lidija Arambašić

—
Filozofski fakultet,
Odsjek za
psihologiju

—
KLJUČNE RIJEČI

*stres u radu, izvori
stresa, znakovi
stresa, načini
suočavanja sa
stresom*

Stres u radu i što s njim?

Događaj postaje stresan kad ga procijenimo, protumačimo ili doživimo (jako) teškim za nas osobno i/ili za nekog tko nam je drag. Tek nakon takve procjene, događaj će u pojedincu izazvati psihičko stanje stresa. Zbog toga isti događaj neće biti stresan svim ljudima, odnosno neće svima biti jednako stresan. Tome je tako zbog velikih razlika među ljudima, a koje utječu na različit način procjenjivanja onoga što nam se objektivno događa. Unutar svakog zanimanja postoje specifične skupine izvora stresa, ali zakonitosti reagiranja na njih u priličnoj su mjeri univerzalne.

Psihičko stanje stresa karakteriziraju emocionalni, misaoni, tjelesni i ponašajni znakovi, a njihova jačina i trajanje ovise o mnogobrojnim činiteljima. Važno je pratiti znakove stresa kod sebe, jer tek kad ih primijetimo, postajemo svjesni da smo pod stresom i možemo nešto činiti u vezi s tim. Važno je pratiti i znakove stresa kod drugih ljudi, jer ćemo ih tada moći bolje razumjeti, bolje reagirati i komunicirati s njima.

Najteža posljedica kroničnog stresa kod pojedinca jesu psihosomatski poremećaji i oboljenja, a na razini zajednice poremećaji u međuljudskim odnosim, slabiji radni učinak, itd. Ozbiljna posljedica kroničnog stresa u radu može biti sindrom sagorijevanja na poslu.

Posljedice neke stresne situacije na pojedinca ovise i o načinima suočavanja sa stresom koje upotrebljavamo da bismo svladali ili lakše podnijeli stresnu situaciju (djelovanje na izvor stresa, prihvaćanje situacije kakva jest i izbjegavanje stresnih situacija što više možemo). Korištenje načina suočavanja sa stresom ovisi o vrsti događaja, osobinama ličnosti, iskustvu, znanju, itd. Zbog toga nema recepta o univerzalno „najboljim“ načinima suočavanja.

ABSTRACT

Lidija Arambašić

—
Faculty of
Humanities and
Social Sciences,
Department of
Psychology

KLJUČNE RIJEČI

—
*work-related
stress, stressors,
symptoms of
stress, coping
strategies*

Work-Related Stress and How to Deal With It

An event becomes stressful when we evaluate, interpret, or experience it as (very) difficult for ourselves and/or for someone we care about. It is only after such an evaluation that an event triggers the psychological state of stress in an individual. Because of this, the same event will not be stressful for everyone, nor will it be equally stressful for all. This is due to the significant differences between people, which influence the way we assess what is objectively happening to us. Within every profession, there are specific groups of stressors, but the patterns of response to them are largely universal.

The psychological state of stress is characterized by emotional, cognitive, physical, and behavioral symptoms, and their intensity and duration depend on numerous factors. It is important to monitor signs of stress in ourselves, because only once we notice them do we become aware that we are under stress and can take steps to address it. It is also important to observe signs of stress in others, as this allows us to better understand them, respond more appropriately, and communicate more effectively.

The most severe consequences of chronic stress in individuals are psychosomatic disorders and illnesses, while at the community level, it leads to disruptions in interpersonal relationships, reduced work performance, and so on. A serious consequence of chronic work-related stress can be job burnout.

The impact of a stressful situation on an individual also depends on the coping strategies we use to manage or better endure the stressful event (acting on the source of stress, accepting the situation as it is, or avoiding stressful situations as much as possible). The choice of coping strategy depends on the type of event, personality traits, experience, knowledge, and more. Therefore, there is no one-size-fits-all formula for the “best” way to cope with stress.

Kako brižnost, struktura, uvažavanje i osnaživanje jačaju profesionalnu otpornost i izdržljivost

Minja Vukadinović,

—
Dječji vrtić „Jarun“,
Zagreb, Hrvatska

**Kristina Martinko
Rutić,**

—
Dječji vrtić „Jarun“,
Zagreb, Hrvatska

—
KLJUČNE RIJEČI

*četiri stupa,
psihološka
otpornost,
profesionalno
okruženje*

Ova radionica bavi se psihološkom otpornosti odgojitelja i stručnih suradnika kroz prizmu četiri ključna stupa: brižno ponašanje, struktura i vođenje, uvažavanje te osnaživanje.

Cilj radionice jest senzibilizirati odgojitelje i stručne suradnike za važnost ovih elemenata u jačanju njihove profesionalne i osobne otpornosti te ih potaknuti da prepoznaju vlastite mogućnosti i strategije za jačanje otpornosti u svakodnevnom radu.

Željeni ishodi radionice za sudionike jesu:

- Povećana svijest o važnosti psihološke otpornosti.
- Osvijestiti važnost stvaranja pozitivnog radnog okruženje kroz empatiju, aktivno slušanje i emocionalnu podršku.
- Sudionici će osvijestiti kako organizacija vremena, rutine i komunikacija doprinose profesionalnoj otpornosti.

Promišljanja u radionici uključuju važnost emocionalne sigurnosti u profesionalnom okruženju, uloge jasno definirane strukture u smanjenju stresa, važnosti priznavanja profesionalnog identiteta te učinka osnaživanja na autonomiju i motivaciju odgojitelja i stručnih suradnika.

U praktičnom dijelu radionice kroz individualni i rad u manjim skupinama komentirat će se praktične implikacije i mogućnosti primjene navedenih principa u svakodnevnom radu odgojno-obrazovnih djelatnika.

1. Brižno, njegujuće ponašanje – osigurava emocionalnu sigurnost i stabilnost unutar radnog okruženja.
2. Struktura i vođenje – pridonose osjećaju sigurnosti i predvidivosti u profesionalnom okruženju.
3. Uvažavanje ili priznavanje – ključno je za razvoj profesionalne samosvijesti i samopouzdanja.
4. Osnaživanje – poticanje autonomije i profesionalne kompetentnosti omogućava odgojiteljima i stručnim suradnicima da se aktivno uključe u donošenje odluka i unaprjeđenje prakse.

Kombinacija ovih četiriju stupova omogućuje stvaranje podržavajućeg radnog okruženja koje doprinosi otpornosti i profesionalnom razvoju odgojitelja i stručnih suradnika. Time se ne samo poboljšava kvaliteta rada u odgojno-obrazovnim ustanovama, već i dugoročna dobrobit svih uključenih profesionalaca.

ABSTRACT

How Nurturing, Structure, Recognition, and Empowerment Strengthen Professional Resilience and Endurance

Minja Vukadinović,

—
Jarun Kindergarten,
Zagreb, Croatia

**Kristina Martinko
Rutić,**

—
Jarun Kindergarten,
Zagreb, Croatia

KEYWORDS

*four pillars,
psychological
resilience,
professional
environment*

This workshop addresses the psychological resilience of educators and professional associates through the lens of four key pillars: caring behavior, structure and guidance, respect, and empowerment.

The goal of the workshop is to raise awareness among educators and professional associates about the importance of these elements in strengthening their professional and personal resilience and to encourage them to recognize their own opportunities and strategies for building resilience in their daily work.

The desired outcomes of the workshop for participants are:

- Increased awareness of the importance of psychological resilience.
- Greater understanding of the importance of creating a positive work environment through empathy, active listening, and emotional support.
- Awareness of how the organization of time, routines, and communication contributes to professional resilience.

Workshop reflections include the importance of emotional safety in a professional environment, the role of a clearly defined structure in reducing stress, the significance of recognizing professional identity, and the impact of empowerment on the autonomy and motivation of educators and professional associates.

In the practical part of the workshop, through individual and small group activities, the practical implications and opportunities for applying these principles in the daily work of educational staff will be discussed.

1. Caring, nurturing behavior – provides emotional security and stability within the work environment.
2. Structure and guidance – contribute to a sense of security and predictability in the professional environment.
3. Appreciation or recognition – is essential for the development of professional self-awareness and self-confidence.
4. Empowerment – encouraging autonomy and professional competence enables educators and professional associates to actively engage in decision-making and improving practice.

The combination of these four pillars fosters a supportive working environment that contributes to the resilience and professional development of educators and professional associates. This not only improves the quality of work in educational institutions but also enhances the long-term well-being of all professionals involved.

Ključne vještine suvremenog odgojitelja

Martina Sokač

—
Dječji vrtić „Šegrt Hlapić“, Hrvatska

Danijela Droždan

—
Dječji vrtić „Šegrt Hlapić“, Hrvatska

—
KLJUČNE RIJEČI

*kompetencije
odgojitelja,
otpornost,
profesionalni
identitet,
organizacijski
izazovi*

U skladu sa svim promjenama suvremenog života, ali i odgojno-obrazovne prakse, nužno je promišljati o izazovima i ulogama s kojima se svakodnevno susreću odgojitelji. Kako bi se uspješno odgovorilo na sve te izazove, važno je kontinuirano razvijati različite vještine koje su i tema ove radionice. Suočavamo se s raznim izazovima – od rada s djecom koja imaju različite emocionalne i razvojne potrebe, do komunikacije s roditeljima i kolegama te organizacijskih izazova različitih projekata. Stoga je ključno svakodnevno razvijati socioemocionalne, organizacijske, komunikacijske, kreativne i pedagoško-profesionalne vještine. Cilj je ove radionice osnažiti odgojitelje u razvijanju vještina, osvijestiti ih na koje sve načine to možemo svakodnevno činiti te kako upravo rad na tim vještinama najviše doprinosi izgradnji našeg profesionalnog identiteta. Promišljat ćemo o izvorima stresa u našem poslu i načinima suočavanja s tim izazovima. Potaknut ćemo odgojitelje na razmišljanje o svim dostupnim resursima koje često zanemarujemo zbog svakodnevnog stresa. Dotaknut ćemo se i strategija smanjenja stresa, poput tehnika opuštanja, postavljanja granica i traženja socijalne podrške, koje nam pomažu očuvati emocionalnu stabilnost i otpornost kao temeljne socioemocionalne vještine. Naglasak će biti na važnosti profesionalnog razvoja koji gradi naš identitet u društvu, što bi trebala biti zajednička misija svih odgojitelja. Pitanja koja ćemo obraditi uključuju: Koje vještine posjeduje suvremeni odgojitelj?; Kako svakodnevno graditi te vještine?; Na koji način međusobna podrška i naša uvjerenja oblikuju profesionalni identitet?

Izlaganje će ponuditi konkretne smjernice i preporuke koje mogu pomoći odgojiteljima da unaprijede svoje kompetencije i efikasno odgovore na svakodnevne izazove svog posla.

ABSTRACT

Martina Sokač

—
Šegrt Hlapić
Kindergarten,
Croatia

Danijela Drožđan

—
Šegrt Hlapić
Kindergarten,
Croatia

KEYWORDS

—
*risk recognition,
prevention,
intervention*

Key Competencies of the Contemporary Preschool Educator

U skladu sa svim promjenama suvremenog života, ali i odgovno-obrazovne prakse, nužno je promišljati o izazovima i ulogama s kojima se svakodnevno susreću odgojitelji. Kako bi uspješno odgovorili na sve te izazove, važno je kontinuirano razvijati različite vještine koje su i tema ove radionice. Suočavamo se s raznim izazovima – od rada s djecom koja imaju različite emocionalne i razvojne potrebe, do komunikacije s roditeljima i kolegama te organizacijskih izazova različitih projekata. Stoga je ključno svakodnevno razvijati socioemocionalne, organizacijske, komunikacijske, kreativne i pedagoško-profesionalne vještine. Cilj ove radionice je osnažiti odgojitelje u razvijanju vještina, osvijestiti ih na koje sve načine to možemo svakodnevno činiti te kako upravo rad na tim vještinama najviše doprinosi izgradnji našeg profesionalnog identiteta. Promišljati ćemo o izvorima stresa u našem poslu i načinima suočavanja s tim izazovima. Potaknut ćemo odgojitelje na razmišljanje o svim dostupnim resursima koje često zanemarimo zbog svakodnevnog stresa. Dotaknut ćemo se i strategija smanjenja stresa, poput tehnika opuštanja, postavljanja granica i traženja socijalne podrške, koje nam pomažu očuvati emocionalnu stabilnost i otpornost kao temeljne socioemocionalne vještine. Naglasak će biti na važnosti profesionalnog razvoja koji gradi naš identitet u društvu, što bi trebala biti zajednička misija svih odgojitelja. Pitanja koja ćemo obraditi uključuju: Koje vještine posjeduje suvremeni odgojitelj? Kako svakodnevno graditi te vještine? Na koji način međusobna podrška i naša uvjerenja oblikuju profesionalni identitet? Izlaganje će ponuditi konkretne smjernice i preporuke koje mogu pomoći odgojiteljima da unaprijede svoje kompetencije i efikasno odgovore na svakodnevne izazove svog posla.

Uloga odgojitelja u jačanju psihološke otpornosti djeteta

Mirela Medved

—
Dječji vrtić
„Sunčana“, Hrvatska

**Daniela Antić
Blažević**

—
Dječji vrtić
„Sunčana“, Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*socioemocionalne
vještine, dobrobit
djeteta, poticajno
okruženje,
komunikacija*

Odgojno-obrazovni rad u vrtiću usmjeren je na sveukupnu dobrobit djeteta, uključujući njegov psihološki razvoj. Psihološka otpornost odnosi se na proces uspješne prilagodbe usprkos preprekama i izazovima koji nam se javljaju na životnom putu. Psihološka otpornost, koja se ne nasljeđuje već se razvija kroz život, počinje se oblikovati već u najranijoj dobi. Načini na koje dijete reagira na stres u ranoj dobi utječu na njegove sposobnosti suočavanja sa stresom u odrasloj dobi. U dječjem vrtiću, psihološka dobrobit ostvaruje se kroz kvalitetnu skrb i podršku socioemocionalnom razvoju, koji su ključni za razvoj psihološke otpornosti. Ove vještine pomažu djetetu u razumijevanju i reguliranju emocija, održavanju zdravih odnosa te boljem suočavanju sa životnim izazovima. Istraživanja pokazuju da ove vještine imaju dugoročni utjecaj na životno zadovoljstvo pojedinca. Iako roditelji imaju najveći utjecaj na razvoj djeteta, značajnu ulogu mogu imati i druge odrasle osobe, uključujući odgojitelje u dječjem vrtiću. Uloga odgojitelja vrlo je važna i aktivna s ciljem stvaranja pozitivnog i poticajnog okruženja u kojem će djeca igrom, druženjem s vršnjacima i drugim planiranim aktivnostima razvijati svoje socioemocionalne vještine. Osim toga, djeca uče i promatrajući ponašanja bliskih odraslih osoba. Zato je ključno da odgojno-obrazovni stručnjaci budu svjesni vlastitog ponašanja, verbalne i neverbalne komunikacije, jer oni su model kojeg djeca opažaju i oponašaju. Odgojitelj je, dakle, i model i posrednik. Isto tako, nužna je aktivna i angažirana prisutnost odgojitelja koji će pomoći djetetu u rješavanju konflikata i vođenju prema konstruktivnim rješenjima.

Na ovoj radionici promišljat ćemo o važnosti uloge odgojitelja u jačanju djetetove psihološke otpornosti, osvijestiti vlastite emocionalne reakcije, ali i reakcije na djetetove neugodne emocije. Nastojat ćemo i potaknuti odgojitelje za osmišljavanje aktivnosti koje će doprinosti razvoju psihološke otpornosti kod djece.

ABSTRACT

The Role of the Educator in Supporting the Child's Psychological Resilience

Mirela Medved

—
Sunčana
Kindergarten,
Croatia

**Daniela Antić
Blažević**

—
Sunčana
Kindergarten,
Croatia

KEYWORDS

*socio-emotional
skills, child well-
being, supportive
learning
environment,
communication,
psychological
resilience*

The child's well-being, psychological development, and resilience are among the top priorities in early education. Psychological resilience refers to the process of successfully adapting despite obstacles and the various challenges that may arise in life. It develops throughout life, making it essential to create a support system for children's psychological resilience from an early age. How children respond to stress at a young age influences their ability to cope with stress in adulthood. Through quality care in kindergarten—by supporting children in understanding and regulating their emotions, maintaining healthy relationships, and coping better with life's challenges—we provide a learning environment that fosters the development of psychological resilience. Research has also confirmed that this has a long-term impact on an individual's future life satisfaction. While parents have the greatest influence on a child's development, other adults, including kindergarten teachers, also play an important role. It is crucial for educational professionals to be aware of their own behavior, including both verbal and non-verbal communication. Children learn by observing the behavior of the adults around them. Accordingly, teachers serve as role models and mediators. They strive to create a positive and supportive learning environment where children can develop their socio-emotional skills through play, peer interaction, and various planned activities. Moreover, the active and engaged presence of the teacher is essential in helping children resolve conflicts and guiding them toward constructive solutions.

In this workshop, we will focus on strengthening the teacher's role in fostering children's psychological resilience. We will support participants in raising awareness of their own emotional reactions, as well as their responses to children's challenging emotional behaviors, and in creating activities that contribute to the development of psychological resilience in children.

Uvjeti, razine interakcija i usvajanje vještina koje jačaju mentalno zdravlje djeteta rane dobi

Vesna Glavović

Dječji vrtić „Sopot“,
Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*emocionalna
dobrobit,
kvaliteta okruženja,
odgovornost,
pravo*

Mentalno zdravlje ne odnosi se samo na odsutnost bolesti ili poremećaja, već uključuje emocionalno, psihološko i socijalno blagostanje. Kvaliteta mentalnog zdravlja izravno utječe na sposobnost snalaženja u različitim okolnostima i izazovima te na ostvarenje vlastitih potencijala. Mentalno zdravlje nužno je za osobnu dobrobit, obiteljske i međuljudske odnose te doprinos zajednici.

Rano djetinjstvo razdoblje je intenzivnih i brzih promjena. Razvoj arhitekture mozga u tom razdoblju posebno je osjetljivo na utjecaj odnosa i iskustava. Rana iskustva duboko su ukorijenjena u tijelo i imaju trajne učinke na učenje, ponašanje te fizičko i mentalno zdravlje. Rana dob stoga je ključno razdoblje za emocionalni razvoj i razvoj temeljnih socijalnih kompetencija koje djetetu omogućuju izgradnju odnosa i emocionalno blagostanje tijekom života. Zanemarivanje ovog razdoblja može dovesti do psihičkih poteškoća koje se s godinama produbljuju, dok se prilike za ranu prevenciju i intervenciju propuštaju. U slučaju narušavanja mentalnog zdravlja u ranoj dobi moguće su ozbiljne posljedice za rano učenje i razvoj socijalnih kompetencija, što može dugoročno ugroziti zdravlje djeteta. Nedostatci u kvaliteti obiteljskog i institucionalnog okruženja u tom razdoblju mogu negativno utjecati na djetetov razvoj, smanjiti njegove prilike za ekonomsku i društvenu mobilnost te posljedično narušiti održivost i produktivnost društva. U kontekstu odgojno-obrazovnog sustava, odgojitelji su ključni resurs i važna spona između djeteta, roditelja i sustava. Oni kvalitetnu praksu vide kao temeljnu polazišnu točku u radu i izgradnji zajednice koja brine o djetetu.

Primjer dobre prakse Dječjeg vrtića „Sopot“ prikazuje konkretne korake i pristupe u radu s djecom, roditeljima i odgojiteljima s ciljem poboljšanja mentalnog zdravlja djece. Mentalno zdravlje djece prepoznaje se kao ključan element za uspješno i održivo društvo.

ABSTRACT

Conditions, Levels of Interaction, and Skill Acquisition that Strengthen the Mental Health of Young Children

Vesna Glavović

—
Sopot Kindergarten,
Croatia

KEYWORDS

emotional well-being, environment quality, responsibility, rights

Mental health is not merely the absence of illness or disorder; it also encompasses emotional, psychological, and social well-being. The quality of an individual's mental health directly influences their ability to handle challenges, adapt to various circumstances, and realize their full potential. It is essential for personal well-being, healthy family and social relationships, and active contribution to the community.

Early childhood is a period of intense and rapid development. During this time, the brain is especially sensitive to relationships and experiences. Early experiences leave deep imprints on the body and have long-lasting effects on learning, behavior, and both physical and mental health. This stage of life is therefore critical for emotional development and the acquisition of basic social skills that allow children to form relationships and maintain emotional well-being throughout their lives. Failing to support mental health during early childhood can lead to psychological challenges that worsen over time, missing crucial opportunities for early prevention and intervention. If mental health is compromised in early childhood, it can have serious consequences for early learning and social development, potentially threatening the child's long-term well-being. Poor-quality family or institutional environments during this period can negatively impact a child's development, limit their prospects for social and economic mobility, and ultimately affect the sustainability and productivity of society. Within the education system, educators serve as a key resource and vital link between children, parents, and institutions. They view high-quality practices as a foundation for their work and for building a community that supports children.

The example of best practices at Sopot Kindergarten illustrates concrete steps and approaches in working with children, parents, and educators to promote children's mental health. Children's mental health is recognized as a crucial factor in building a successful and sustainable society.

Zajedno jači: kako partnerstvo vrtića i roditelja osnažuje otpornost djece

Renata Kundih

—
Dječji vrtić Zvončić,
Zagreb

Marijana Stanković

—
Dječji vrtić Zvončić,
Zagreb

KLJUČNE RIJEČI

*podržavajuće
okruženje,
emocionalni
razvoj, slikovnica*

Ova je tema važna jer se djeca u vrtiću svakodnevno suočavaju s raznim izazovima. Dok ih neka djeca lakše prevladavaju, drugima je teže nositi se s promjenama i frustracijama. Istraživanja pokazuju da se otpornost ne razvija sama od sebe, već zahtijeva podršku odraslih; roditelja i odgojitelja. Vrtić, uz obitelj, predstavlja jedno od prvih i najvažnijih okruženja u kojem dijete gradi osjećaj sigurnosti, povjerenja i načine suočavanja sa stresom. Kada vrtić i roditelji djeluju zajedno, stvaraju snažan sustav podrške koji djetetu omogućuje da se ono osjeća sigurno i sposobno nositi s izazovima.

Ovo izlaganje daje uvid u važnost bavljenja ovom temom i istraživanjima na tu temu. Pokušat će se odgovoriti na pitanja: što je psihološka otpornost i kako je razvijati kod djece. Dalje će se razmotriti proces od suradnje s roditeljima do uspostavljanja partnerstva te kako to partnerstvo osnažuje djecu i doprinosi jačanju njihove psihološke otpornosti. Sve navedeno bit će potkrijepljeno primjerima aktivnosti iz svakodnevne prakse u radu s djecom.

Projekt Naša mala knjižnica bit će predstavljen kao primjer dobre prakse koji djecu ne potiče samo na čitanje, već služi i kao alat za razvoj njihove otpornosti. Aktivnostima u ovom projektu djeca uče prepoznavati i izražavati svoje emocije, razumjeti osjećaje drugih, graditi zdrave odnose te se proaktivno suočavati s izazovima. Roditelji postaju aktivni i uključeni sudionici ovog procesa pridonoseći djetetovu razvoju, prateći njihove interese i dobrobit. Suradnja vrtića i obitelji unutar projekta djetetu pruža sigurno okruženje, osjećaj podrške i povezanosti, što ga dodatno osnažuje.

Stvarajući podržavajuću sredinu u kojoj djeca razvijaju emocionalnu stabilnost, socijalne vještine i sposobnost rješavanja problema, vrtić i roditelji zajedno potiču jačanje psihološke otpornosti djece.

ABSTRACT

Stronger Together: How the Partnership Between Kindergarten and Parents Strengthens Children's Resilience

Renata Kundih

—
Zvončić
Kindergarten,
Zagreb

Marijana Stanković

—
Zvončić
Kindergarten,
Zagreb

KEYWORDS

*supportive
environment,
emotional
development,
picture book*

This topic is important because children in kindergarten face various challenges every day. While some children overcome them more easily, others find it more difficult to cope with changes and frustrations. Research shows that resilience does not develop on its own but requires the support of adults: parents and educators. Kindergarten, along with the family, is one of the first and most important environments where a child builds a sense of security, trust, and ways of coping with stress. When kindergarten and parents work together, they create a strong support system that helps the child feel safe and capable of handling challenges.

This presentation provides insight into the importance of addressing this topic and conducting research on it. It will attempt to answer the questions: What is psychological resilience, and how can it be developed in children? Furthermore, it will examine the process from collaboration with parents to establishing a partnership, and how this partnership empowers children and contributes to strengthening their psychological resilience. All of the above will be supported by examples of activities from everyday practice in working with children.

The Our Little Libraries project will be presented as an example of good practice that not only encourages children to read but also serves as a tool for developing their resilience. Through the activities in this project, children learn to recognize and express their emotions, understand the feelings of others, build healthy relationships, and proactively face challenges. Parents become active and involved participants in this process, contributing to their children's development by supporting their interests and well-being. The cooperation between kindergartens and families within the project provides children with a safe environment, a sense of support, and connection, further strengthening them.

By creating a supportive environment in which children develop emotional stability, social skills, and problem-solving abilities, kindergarten and parents together encourage the strengthening of children's psychological resilience.

Aktivnosti koje doprinose ojačavanju socioemocionalnog razvoja djece

Ivona Bajsić

—
Dječji vrtić „Savica“,
Hrvatska

Laura Khera

—
Dječji vrtić „Savica“,
Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*nove strategije
rada, osnaživanje,
preusmjeravanje
nepoželjnih
ponašanja djece*

Različiti oblici nepoželjnih ponašanja djece predstavljaju odgojiteljima sve učestaliji izazov i zahtijevaju promišljanje dodatnih strategija rada. Stoga je kao nikad dosad potrebno dodatno osnaživanje djece i odgojitelja. Aktivnosti prikazane u članku usmjerene su na jačanje elemenata socioemocionalnog razvoja djece te predstavljaju jedan od načina razvoja otpornosti kod djece. Djeca pod utjecajem neugodnih emocija, a naročito ljutnje s kojom se tek uče nositi, često ulaze u konflikte s drugom djecom, a ponekad i s odraslima. Također, upravo zbog nemogućnosti nošenja s vlastitim emocijama iskazuju ih u obliku različitih vrsta nepoželjnog ponašanja. Obično je posljedica takvog ponašanja da djeca budu nepoželjna i isključena u igri od strane druge djece ili da ih društvo etiketira kao „problematičnu djecu“, što kod njih može izazvati osjećaj neprihvaćenosti. Opisna nepoželjna ponašanja djece utječu i na atmosferu čitave odgojne skupine, a pred odgojitelje i ostale stručnjake stavlja se dodatan izazov u nošenju s takvim situacijama. Sve veći broj takvih situacija dovodi i do povećanja osjećaja stresa, što je još jedan faktor koji se odražava na koheziju skupine. S obzirom na to potrebno je osnažiti odgojitelje u ovom području profesionalnog rasta. Jačajući vlastite kompetencije u području upravljanja i regulacije emocija te socioemocionalnog razvoja djece općenito, odgojitelji stječu nove vještine kojima se mogu koristiti u neposrednom radu. Ti alati ne uključuju samo aktivnosti usmjerene na samoregulaciju i prepoznavanje emocija kod djece, već i aktivnosti koje potiču osjećaj pripadnosti, mirnije ozračje unutar skupine i ojačavanje psihološke otpornosti djece i odraslih. Na temelju rada s djecom i znanja stečenih na dodatnim edukacijama u području osobnog i profesionalnog rasta, prikupili smo nekoliko metoda/aktivnosti pomoću kojih nastojimo postići osjećaj pripadnosti kod svakog djeteta unutar skupine, bez obzira na njegova nepoželjna ponašanja. Time želimo doprinijeti inkluziji djece koja se nalaze u riziku od socijalne isključenosti.

ABSTRACT

Ivona Bajsić

—
Savica
Kindergarten,
Croatia

Laura Khera

—
Savica
Kindergarten,
Croatia

KEYWORDS

—
*new work
strategies,
empowerment,
redirecting
children's
undesirable
behaviors*

Activities that Contribute to Strengthening Children's Socio-Emotional Development

Various forms of children's undesirable behaviors are an increasingly frequent challenge for educators and require consideration of additional work strategies. Therefore, additional empowerment of both children and educators is needed now more than ever. The activities presented in this article are aimed at strengthening elements of children's socio-emotional development and represent one way to help build resilience in children. Children, under the influence of unpleasant emotions—especially anger, which they are just learning to manage—often enter into conflicts with other children, and sometimes with adults. Also, precisely because of their inability to cope with their own emotions, they express them through various types of undesirable behaviors. Usually, the consequence of such behavior is that children are rejected and excluded from play by their peers, or society labels them as "problem children," which can lead to feelings of rejection. These undesirable behaviors also affect the atmosphere of the entire educational group, presenting an additional challenge for educators and other professionals in managing such situations. The increasing number of these incidents contributes to rising levels of stress, which further impacts group cohesion. Given this, it is necessary to empower educators in this area of professional development. By strengthening their competencies in managing and regulating emotions, and in the socio-emotional development of children in general, educators acquire new skills that they can apply directly in their work. These tools include not only activities aimed at helping children with self-regulation and emotional recognition, but also activities that promote a sense of belonging, foster a calmer atmosphere within the group, and strengthen the psychological resilience of both children and adults. Based on our experience working with children and the knowledge gained through additional training in personal and professional development, we have collected several methods and activities aimed at fostering a sense of belonging in every child within the group, regardless of their undesirable behaviors. In this way, we hope to contribute to the inclusion of children at risk of social exclusion.

Od izazova do rješenja: Važnost psihološke otpornosti odgojitelja

Gordana Vrhovski

—
Dječji vrtić Milana
Sachsa, Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*emocionalna
stabilnost,
strategije
suočavanja,
osobni razvoj*

Psihološka otpornost predstavlja sposobnost prilagodbe i uspješnog suočavanja s izazovnim životnim okolnostima. Ova tema izuzetno je važna za odgojitelje djece rane i predškolske dobi u dječjim vrtićima, jer njihova sposobnost da se uspješno suoče s izazovima na poslu izravno utječe na kvalitetu odgoja i obrazovanja kojeg pružaju djeci, te im omogućuje da bolje prepoznaju potrebe svakog djeteta, pružaju emocionalnu podršku i razvijaju zdrave strategije suočavanja koje djeca mogu internalizirati i primijeniti u vlastitom životu. Osim toga, razvijena otpornost omogućava odgojiteljima da održe emocionalnu stabilnost, fleksibilnost i prilagodljivost, smanjuje rizik od profesionalnog izgaranja i općenito pridonosi očuvanju mentalnog zdravlja. Željeni ishodi izlaganja uključuju podizanje svijesti o važnosti psihološke otpornosti u profesionalnom okruženju i kako se psihološka otpornost odražava na radnu učinkovitost. Nadalje, bit će govora o tome što znači biti psihološki otporan na radnom mjestu, kako osobne karakteristike, socijalna podrška i radna okolina oblikuju psihološku otpornost te kako se taj proces može poticati i razvijati. Bit će razmatrane različite strategije i tehnike koje odgojitelji mogu primijeniti da bi se učinkovitije nosili sa stresom i izazovima svakodnevnog rada. Pitanja koja će biti obrađena uključuju sljedeća promišljanja: Kako prepoznati znakove profesionalne iscrpljenosti i stresa?; Koje vještine i strategije mogu pomoći u očuvanju emocionalne ravnoteže?; Kako razviti otpornost kroz osobni razvoj, kognitivne strategije, postavljanje zdravih granica i socijalnu podršku odgojiteljima?

Tijekom izlaganja bit će naglašeno da razvoj psihološke otpornosti nije jednokratan proces, već kontinuirani put koji zahtijeva posvećenost i angažman. Osvježavanjem svojih vještina suočavanja s izazovima, odgojitelji mogu stvoriti pozitivnu radnu atmosferu koja pridonosi njihovoj dugoročnoj profesionalnoj i osobnoj dobrobiti, ali i boljim uvjetima za razvoj djece.

ABSTRACT

From Challenges to Solutions: The Importance of Psychological Resilience in Early Childhood and Preschool Educators

Gordana Vrhovski

—
Milan Sachs
Kindergarten

KEYWORDS

—
*emotional stability,
coping strategies,
personal
development*

Psychological resilience is the ability to adapt and successfully cope with challenging life circumstances. This topic is extremely important for early childhood educators in kindergartens because their ability to successfully cope with challenges at work directly affects the quality of the upbringing and education they provide to children. It also allows them to better recognize the needs of each child, provide emotional support, and develop healthy coping strategies that children can internalize and apply in their own lives. In addition, developed resilience allows educators to maintain emotional stability, flexibility, and adaptability, reduces the risk of professional burnout, and generally contributes to the preservation of mental health. The desired outcomes of the presentation include raising awareness of the importance of psychological resilience in the professional environment and how psychological resilience is reflected in work performance. Furthermore, it will be discussed what it means to be psychologically resilient in the workplace, how personal characteristics, social support, and the work environment shape psychological resilience, and how this process can be encouraged and developed. Various strategies and techniques that educators can apply to cope more effectively with the stress and challenges of everyday work will be discussed. The questions that will be addressed include the following reflections: How can signs of professional exhaustion and stress be recognized? What skills and strategies can help maintain emotional balance? How can resilience be developed through personal development, cognitive strategies, setting healthy boundaries, and social support for educators? During the presentation, it will be emphasized that developing psychological resilience is not a one-time process, but a continuous path that requires dedication and engagement. By refreshing their skills in dealing with challenges, educators can create a positive work atmosphere that contributes to their long-term professional and personal well-being, as well as to better conditions for children's development.

Otpornost na prvoj stepenici odgoja i obrazovanja: kako se nositi s izazovima u odgojiteljskoj profesiji

Petra Bukal

—
bacc. paed.,
odgojitelj

Andreja Gerenčir

—
mag. praesc. educ.,
odgojitelj mentor

—
KLJUČNE RIJEČI

*mentalno zdravlje,
odgojitelji,
samopomoć,
podržavajuće
okruženje,
psihološka
otpornost, stresori*

Radionica je osmišljena s ciljem stjecanja znanja i razvoja vještina otpornosti koje odgojitelji mogu primijeniti u svakodnevnom radu. Poseban naglasak stavljen je na jačanje osobnih kapaciteta svakog odgojitelja kako bi se uspješno suočavali sa stresnim situacijama, čuvali mentalno zdravlje i poticali vlastiti profesionalni razvoj. Po završetku radionica sudionici će moći prepoznati glavne uzroke stresa u svom radu te identificirati unutarnje i vanjske resurse koji pridonose otpornosti. Radionica će, kroz organizaciju timskog rada, imati svrhu međusobne socijalne podrške te će pomagati odgojiteljima u trenucima kad im je u radu potrebna pomoć. Smatramo kako razvoj otpornosti odgojitelja može pozitivno utjecati na razvoj djece, jer odgojitelji s višom razinom otpornosti mogu pružiti stabilnije i podržavajuće okruženje za djecu. Isto tako, upoznat ćemo odgojitelje s tehnikama i vještinama za jačanje otpornosti: mindfulness, vježbe komunikacije i strategije samopomoći.

Radionica će biti podijeljena u nekoliko cjelina: baterija mog profesionalnog razvoja (igra), prezentacija o psihološkoj otpornosti kod odraslih, potraga za stresorima i rješenjima, kutija pomoći, vježba opuštanja, izrada plana otpornosti/pisanje pisma budućem sebi.

ABSTRACT

Resilience at the First Level of Education: How to Cope with Challenges in the Preschool Teaching Profession

Petra Bukal

—
B.A. in Pedagogy,
Preschool Teacher,
Markuševec
Kindergarten

Andreja Gerenčir

—
M.A. in Early
and Preschool
Education,
Preschool Teacher,
Mentor, Markuševec
Kindergarten

KEYWORDS

*mental health,
educators, self-
help, supportive
environment,
psychological
resilience, stressors*

The workshop is designed to provide knowledge and develop resilience skills that educators can apply in their daily work. Special emphasis is placed on strengthening the personal capacities of each educator in order to successfully handle stressful situations, maintain mental health, and foster their own professional development. Upon completion of the workshop, participants will be able to recognize the main causes of stress in their work and identify internal and external resources that contribute to resilience. Through teamwork, the workshop will also promote mutual social support and assist educators when they need help in their work. We believe that developing resilience in educators can have a positive impact on children's development, as educators with higher levels of resilience can provide a more stable and supportive environment for children. Additionally, we will introduce educators to techniques and skills for strengthening resilience, including mindfulness, communication exercises, and self-help strategies.

The workshop will be divided into several parts: My Professional Development Battery (game), a presentation on psychological resilience in adults, identifying stressors and solutions, a help box, relaxation exercises, and creating a resilience plan/writing a letter to your future self.

Psihološka otpornost u vrtiću: Uloga odraslih u emocionalnom razvoju djece

Nerma Redžić

—
Dječji vrtić Zrno,
Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*odgojitelji,
roditelji,
stručnjaci, lokalna
zajednica*

Psihološka otpornost djece u jaslicama i odraslih u dječjem vrtiću ključna je za uspješan emocionalni i socijalni razvoj djece, osobito u fazi prilagodbe na vrtić. Odgojitelji mogu pomoći djeci postavljanjem jasnih i dosljednih rutina, čime djeca dobivaju osjećaj predvidljivosti i sigurnosti. Isto tako, odgojitelji imaju značajnu ulogu u modeliranju emocionalnih vještina i pružanju osjećaja sigurnosti, što djeci omogućuje da se nose s frustracijama i nesigurnostima. Dječji vrtić također pruža prostor za razvoj socijalnih vještina, kao što su komunikacija, suradnja i rješavanje konflikata, koji su važni za emocionalnu otpornost.

Roditelji imaju ključnu ulogu u psihološkoj otpornosti svoje djece jer pružaju osnovnu emocionalnu podršku kod kuće. Za roditelje je važno razumjeti emocionalne potrebe djece i pružiti im potrebnu podršku. Komunikacija između roditelja i odgojitelja također igra ključnu ulogu u stvaranju kontinuiteta i povjerenja u djetetovu svakodnevnicu kroz redovitu komunikaciju, razmjenu informacija i zajedničko djelovanje. Na taj način roditelji mogu pružiti dodatnu podršku djeci kod kuće, a odgojitelji mogu prepoznati specifične potrebe djece u vrtiću.

Stručni suradnici, poput pedagoga i psihologa, pomažu u prepoznavanju specifičnih emocionalnih potreba djece i pružaju dodatnu podršku odgojiteljima i roditeljima u oblikovanju odgovarajućih pristupa. Njihova stručnost doprinosi stvaranju individualiziranih planova za djecu koja se suočavaju s emocionalnim izazovima.

Psihološka otpornost odraslih, osobito odgojitelja, nužna je kako bi smo mogli podržavati djecu u njihovom razvoju. Odrasli koji posjeduju emocionalnu otpornost bolje se nose s izazovima u vrtiću i mogu biti pozitivan uzor djeci. Suradnja s lokalnom zajednicom, uključujući stručnjake, organizacije i obitelji, dodatno jača ovu otpornost kroz pružanje dodatnih resursa i socijalne podrške. Uključivanje zajednice u obrazovni proces pomaže djeci da razviju socijalne vještine i osjećaj pripadnosti, što povećava njihovu sposobnost suočavanja sa stresom. Zajedničkim djelovanjem odraslih i zajednice djeca se potiču na emocionalni razvoj, čime se stvara stabilno i sigurno okruženje za njihov rast.

ABSTRACT

Nerma Redžić

—
M.A. in Early
and Preschool
Education,
Preschool Teacher,
Zrno Kindergarten

KEYWORDS

—
*educators, parents,
specialists, local
community*

Psychological Resilience in Preschool: The Role of Adults in Children's Emotional Development

Psychological resilience in children attending daycare and adults working in preschool is crucial for the successful emotional and social development of children, especially during the adjustment phase to preschool. Educators can help by establishing clear and consistent routines, which provide children with a sense of predictability and security. Additionally, educators play a significant role in demonstrating emotional skills and providing a sense of security, which allows children to cope with frustrations and uncertainties. Preschool also provides a space for the development of social skills, such as communication, cooperation, and conflict resolution, which are important for emotional resilience.

Parents play a key role in the psychological resilience of their children because they provide basic emotional support at home. It is important for parents to understand the emotional needs of children and provide them with the necessary support. Communication between parents and educators also plays a key role in creating continuity and trust in the child's daily life through regular communication, information exchange, and joint action. In this way, parents can provide additional support to children at home, and educators can recognize the specific needs of children in preschool.

Specialists, such as educators and psychologists, help recognize the specific emotional needs of children and provide additional support to educators and parents in shaping appropriate approaches. Their expertise contributes to creating individualized plans for children facing emotional challenges.

Psychological resilience in adults, especially educators, is crucial for supporting children's development. Adults who possess emotional resilience cope better with challenges in preschool and can be positive role models for children. Collaboration with the local community, including experts, organizations, and families, further strengthens this resilience by providing additional resources and social support. Involving the community in the educational process helps children develop social skills and a sense of belonging, which increases their ability to cope with stress. Through the joint efforts of adults and the community, children are encouraged in their emotional development, thus creating a stable and supportive environment for their growth.

Snaga je u nama

**Alka Požnjak
Malobabić**

Dječji vrtić Radost,
Zagreb, Hrvatska

Ljubica Duspara

Dječji vrtić Radost,
Zagreb, Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*otpornost,
umjetničke
tehnike, grupni
rad*

Potreba za jačanjem psihološke otpornosti djece u sve je većem fokusu stručnjaka i javnosti. Veća je vjerojatnost da će odrasli obraćati pozornost na socijalne i emocionalne potrebe djece ako je nešto pozornosti bilo posvećeno i njihovim interpersonalnim potrebama. U svojem nastojanju da potiču otpornost djece, djelatnici vrtića moraju stvarati poticajno okruženje i poduzimati aktivne mjere za brigu o vlastitoj otpornosti, zaštiti od stresa, sagorijevanju i drugim psihološkim teškoćama.

U DV Radost pedagoginja i psihologinja su prepoznale potrebu za podršku razvoju psihološke otpornosti odgojitelja, osobito mlađih koji se tek formiraju u svojoj profesionalnoj ulozi. Kreirale su program pod nazivom „Ispod 15“. Grupe okupljaju dvanaestak odgojitelja s manje od 15 godina radnog iskustva u tjednim supervizijskim susretima s pedagoginjom i psihologinjom vrtića. Ovo druženje i razmjena iskustava uključuje vođene diskusije, rasprave, rad na konkretnim primjerima iz prakse odgojitelja te brojne kreativne i ekspresivne tehnike (uporaba crteža, slika, metafora, pričanje bajki, uporaba gline). Većina odgojitelja kaže da „očekuje pomoć kako bi našla vlastita rješenja problemskih situacija“. Očekivano, jer su to najčešće one u kojima imamo osjećaj osobnog nezadovoljstva, nedovršenosti, nedovoljne kompetentnosti i osjećaj da ne znaju kamo dalje.

Kada dijelimo svoje brige i dileme, osvježavamo svoje misli i emocije te razvijamo sposobnosti samostalnog reflektiranja. U stanju smo razmišljati o svojim iskustvima s distance. Reflektirajući o svojim konkretnim iskustvima u grupi bliskih suradnika, možemo se suočiti sa svojim obranama, osjećajima, stilovima ponašanja. Možemo prepoznati svoje implicitne teorije, stavove i vrijednosti koji usmjeravaju naše djelovanje i emocionalne reakcije.

Grupa stvara mnogo mogućnosti koje imaju neprocjenjiv značaj za razvoj pojedinca. Ljekovita je jer može dati nadu, olakšati uvid, smanjiti osjećaj usamljenosti u suočavanju s problemima, stvoriti okruženje za bolju povezanost sa samim sobom i emocionalno rasterećenje, altruizam, prihvaćanje i učenje iz međuljudskih odnosa.

U radionici ćemo danas prikazati aktivnosti prožete umjetničkim tehnikama koje doprinose upoznavanju sebe/drugih, prepoznavanju i svladavanju prepreka, psihološkom osnaživanju te podršci koju grupa može pružiti pojedincu.

ABSTRACT

**Prof. Alka Požnjak
Malobabić**

Counselor
Pedagogue, Radost
Kindergarten

Ljubica Duspara

Psychologist,
Counselor
Psychologist,
Radost Kindergarte

KEYWORDS

*resilience, artistic
techniques, group
work*

DESIRED OUTCOMES

Increase awareness
of the active role
professional associates
play in creating a
supportive environment
to foster both their
own resilience and the
resilience of educators,
as well as in protecting
against stress, burnout,
and other psychological
challenges,

Gain insight into a
program model for
developing psychological
resilience in a preschool
setting,

Experience and evaluate
the effectiveness of
creative techniques for
personal development.

The Strength Is Within Us

The need to strengthen children's psychological resilience is increasingly a focus of both professionals and the general public. Adults are more likely to pay attention to the social and emotional needs of children when they have also given attention to their own interpersonal needs. In their efforts to foster children's resilience, preschool staff must create a stimulating environment and actively care for their own resilience to protect themselves from stress, burnout, and other psychological challenges.

At Radost Kindergarten, the pedagogue and psychologist recognized the need to support the development of psychological resilience among educators, especially younger ones who are still forming their professional identities. They created a program called "Under 15." These groups bring together about twelve educators with fewer than 15 years of work experience for weekly supervision meetings with the kindergarten's pedagogue and psychologist. These gatherings and experience-sharing sessions include guided discussions, debates, work on specific examples from educators' practice, and various creative and expressive techniques (such as drawings, images, metaphors, storytelling, and clay work). Most educators say they "expect help in finding their own solutions to problem situations." This is understandable, as these situations often trigger feelings of personal dissatisfaction, a sense of incompleteness, perceived inadequacy, and uncertainty about how to proceed.

When we share our concerns and dilemmas, we become more aware of our thoughts and emotions and develop the ability to reflect independently. We are able to think about our experiences from a distance. By reflecting on concrete experiences within a group of close colleagues, we can confront our defenses, emotions, and behavior patterns. We can recognize our implicit theories, attitudes, and values that guide our actions and emotional responses.

The group creates many opportunities that are invaluable for individual development. It is healing because it can bring hope, provide insight, reduce feelings of isolation in facing problems, and create an environment for deeper self-connection, emotional relief, altruism, acceptance, and learning through interpersonal relationships.

In today's workshop, we will present activities enriched with artistic techniques that foster self-awareness and understanding of others, help overcome obstacles, promote psychological empowerment, and demonstrate the support a group can provide to an individual.

Uloga humora u razvoju otpornosti predškolske djece

**Renata Marinković
Krvavica**

—
Dječji vrtić Različak,
Hrvatska

Marijana Dvorski

—
Dječji vrtić Različak,
Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*emocionalni rast,
socijalne vještine,
zaštitni čimbenici*

Istraživanja fenomena otpornosti kod djece započelo je 50-ih godina prošlog stoljeća longitudinalnom studijom američke psihologinje Emmy Werner. U novije vrijeme znanstvenici razvojne psihologije i ostalih područja istražuju koji čimbenici pomažu djeci da se unatoč nepovoljnim okolnostima pozitivno razviju. Paradigma otpornosti ide u smjeru promjene perspektive i odmak s modela deficita na model poticanja kompetencija i čimbenika potrebnih za savladavanje nepovoljnog razvoja u skladu s novijim istraživanjima koja su orijentirana na psihičko zdravlje i model otpornosti za razliku od dosadašnjeg koncepta koji je bio orijentiran na nedostatke. Predškolska ustanova je mjesto gdje dijete uči, gradi odnose s vršnjacima i razvija kognitivne sposobnosti. Djeca koja uspostave dobre odnose sa svojim vršnjacima i kasnije će u životu stvarati kvalitetne odnose, što je jedan od preduvjeta otpornosti.

Poticanje otpornosti kod djece predškolske dobi trebalo bi se orijentirati na: sprječavanje razvojnih rizika, odnosno njihovo ublažavanje, povećanje osobnih i socijalnih resursa, poticanje otpornosti na osobnoj razini, djelovanje na uspostavljanje veza te poticanje djece na stvaranje pozitivnog stava. Čimbenici koji djeluju zaštitnički i umanjuju rizik, a koji se nalaze unutar osobe ili izvan nje, korijeni su otpornosti. Jedan od ključnih zaštitnih čimbenika u razvoju otpornosti kod djece jest humor. Humor olakšava proces emocionalnog rasta i jača otpornost djece, pripremajući ih za složenost života. Pružajući platformu za konstruktivno suočavanje s greškama i situacijama izvan kontrole, humor omogućuje djeci da razviju pozitivne perspektive i osjećaj sigurnosti unutar svoje grupe. U kontekstu odgojno-obrazovnog rada, humor se može integrirati u svakodnevne aktivnosti kako bi se potaknulo opušteno i poticajno okruženje za djecu. Sudionici radionice će aktivnim sudjelovanjem naučiti koristiti humor kao alat za poticanje pozitivnih interakcija među djecom, razviti metode za jačanje osjećaja pripadnosti među djecom, poticati razvoj osobnih i socijalnih resursa kod djece te osvijestiti na koji način humor može pomoći djeci da se konstruktivno suoče s greškama i neuspjesima.

ABSTRACT

**Renata Marinković
Krvavica**

—
Različak
Kindergarten,
Croatia

Marijana Dvorski

—
Različak
Kindergarten,
Croatia

KEYWORDS

*emotional growth,
social skills,
protective factors*

The Role of Humor in Developing Resilience in Preschool Children

Research into the phenomenon of resilience in children began in the 1950s with a longitudinal study by American psychologist Emmy Werner. More recently, researchers in developmental psychology and other fields have been investigating which factors help children develop positively despite adverse circumstances. The resilience paradigm is moving toward a change in perspective, shifting from a deficit model to one that fosters competencies and factors necessary for overcoming developmental challenges. This aligns with recent research focused on mental health and the resilience model, as opposed to earlier concepts that emphasized deficiencies. Preschool is a place where children learn, build relationships with peers, and develop cognitive abilities. Children who establish good relationships with their peers are more likely to form quality relationships later in life, which is one of the prerequisites for resilience.

Efforts to encourage resilience in preschool children should focus on preventing or mitigating developmental risks, increasing personal and social resources, fostering resilience on a personal level, supporting relationship-building, and helping children develop a positive attitude. Factors that act as protectors and reduce risk, whether internal or external, are the roots of resilience. One key protective factor in the development of resilience in children is humor. Humor facilitates emotional growth and strengthens children's resilience, preparing them for the complexities of life. By providing a platform for constructively dealing with mistakes and situations beyond their control, humor allows children to develop positive perspectives and a sense of security within their group. In the context of educational work, humor can be integrated into everyday activities to create a relaxed and stimulating environment for children. Through active participation, workshop participants will learn to use humor as a tool to encourage positive interactions among children, develop methods to strengthen children's sense of belonging, promote the development of children's personal and social resources, and understand how humor can help children constructively deal with mistakes and failures.

Zrcaljenje unutarnjeg svijeta djeteta kroz glazbu

**Nikolina Fišer
Sedinić**

—
mag. praesc.
educ., odgojiteljica
savjetnica
Dječji vrtić Špansko,
Hrvatska

Suzana Pinević

—
bacc.praesc. educ.,
odgojiteljica
savjetnica
Dječji vrtić Špansko,
Hrvatska

KLJUČNE RIJEČI

*kommunikacija,
glazbeni doživljaj,
izražavanje*

Glazba je bitna sastavnica odgojnih utjecaja u kontekstu poticanja cjelovitog razvoja djeteta, odnosno poticanja glazbenog doživljavanja, izražavanja i stvaranja putem različitih odgojnih situacija. Ona pozitivno utječe na djetetove fizičke i umne sposobnosti te omogućuje razvoj estetskog odnosa prema glazbi i umjetnosti općenito.

Sva se djeca rađaju s nekim glazbenim sklonostima, koje se u povoljnim prilikama prve godine života mogu razviti u elementarne sposobnosti. Razvoju dječjih sposobnosti doprinosi sredina u kojoj dijete odrasta, a posebice njegova vlastita aktivnost. Odbirom primjerenih aktivnosti i sadržaja, glazba postaje pokretač svih sposobnosti djece – kognitivnih, motoričkih, afektivnih i kreativnih. Ona utječe na razvoj djeteta u cijelosti: na njegovu inteligenciju, sposobnost čitanja, kreativne sposobnosti, ali i na socijalnu vještinu interakcije. Glazba s izraženim ritmom pobuđuje pokret tijela. Neophodno je u neposrednom odgojno-obrazovnom radu osigurati što više glazbenih poticaja kroz slušanje uspavanki, pjevanje razvojno primjerenih pjesmica, brojalica, kao i igranje raznih pokretnih igara s pjevanjem. Od važnosti je da se svi susreti djeteta s glazbom ostvaruju upravo putem igre, jer se na taj način dijete razvija, uči te bogati svoja prva iskustva.

Glazba se u neposrednom odgojno-obrazovnom radu može koristiti i kao sredstvo komunikacije. Može se koristiti i kao sredstvo kojim je moguće potaknuti izražavanje emocija djece te stvoriti okruženje koje pozitivno utječe na socijalni kontekst odgojne skupine. U tom kontekstu, glazba postaje bitan faktor emocionalne otpornosti djeteta. Odgojitelj u vrtiću dužan je stvarati uvjete za postupno razvijanje glazbenih sposobnosti poput slobodnog glazbenog izražavanja, zamišljanja, bogaćenja spoznajnog i emocionalnog svijeta te razvoja interesa za glazbu i slušanje zvukova. U radionici ćemo prikazati i zajedno sa sudionicima proigrati aktivnosti u kojima će se glazba koristiti kao sredstvo povezivanja, medij osvještavanja unutarnjeg doživljaja i zrcaljenja emocija te prostor za razvoj povjerenja i stvaranja otpornosti.

ABSTRACT

**Nikolina Fišer
Sedinić**

—
M.A. in Early
and Preschool
Education,
Preschool Teacher
Counselor, Špansko
Kindergarten

Suzana Pinević

—
M.A. in Early
and Preschool
Education,
Preschool Teacher
Counselor, Špansko
Kindergarten

KEYWORDS

*communication,
musical experience,
expression*

Mirroring the Inner World of a Child Through Music

Music is a fundamental component of educational influence in fostering the holistic development of a child. It stimulates musical perception, expression, and creation through various educational situations. Music has a positive impact on a child's physical and mental abilities and enables the development of an aesthetic relationship with music and art in general.

All children are born with certain musical predispositions, which, under favorable conditions during the first year of life, can develop into basic musical abilities. The environment in which a child grows up, especially their own active engagement, contributes significantly to their development. By selecting appropriate activities and content, music becomes a driving force for all aspects of children's abilities—cognitive, motor, affective, and creative. It influences the child's overall development, including intelligence, reading skills, creativity, and social interaction abilities. Music with a pronounced rhythm stimulates physical movement. It is essential to provide as many musical stimuli as possible in direct educational practice, including listening to lullabies, singing developmentally appropriate songs and rhymes, and engaging in various movement-based singing games. It is crucial that all of a child's encounters with music take place through play, as this approach supports their development, learning, and the enrichment of early experiences.

Music can be used as a means of communication in educational settings. It can also serve as a tool to encourage the expression of children's emotions and to create an environment that positively shapes the social dynamics of an educational group. In this sense, music becomes an essential factor in a child's emotional resilience.

Preschool educators are responsible for creating conditions that foster the gradual development of musical abilities, such as free musical expression, imagination, the enrichment of cognitive and emotional experiences, and the development of an interest in music and sound perception. In the workshop, we will present and engage participants in activities where music will be used as a medium for connection, raising awareness of inner experiences, and emotional mirroring, and as a space for building trust and resilience.

[illegible]

[illegible]

[illegible]