

BIBLIOTERAPIJSKA ANALIZA PJESME SAKRIVENI BOL DOBRIŠE CESARIĆA U RADU S OSNOVNOŠKOLSKOM DJECOM – STUDIJA SLUČAJA

Autor: IRENA LUKIN

e-mail: irenamjc@outlook.com

Mentor: v. asis. Krešimir Tabak

Treća osnovna škola

Filozofski fakultet Sveučilišta u Mostaru

Uvod: Poezija predstavlja moćan književni instrument koji može prodrijeti unutar dječjeg svijeta i time ga obilježiti. Osim toga, ona pomaže prepoznati i izraziti osjećaje koje je teško verbalizirati. Iako nije pisana za djecu, pjesma *Sakriveni bol* autora Dobriše Cesarića pruža intenzivan emocionalni naboj koji se može iskoristiti u biblioterapijskom radu.

Cilj: Cilj rada je ispitati biblioterapijski potencijal pjesme *Sakriveni bol* u radu s osnovnoškolskim učenicima kroz analizu pjesme, ali i emocionalne recepcije pjesme među učenicima.

Materijal i metode: Korištena je metoda studije slučaja, koja uključuje kvantitativni dio (upitnik o emocionalnim reakcijama učenika na skali od 1 do 3) i kvalitativni dio (grupni razgovor s biblioterapijskim pitanjima). Ovim pristupom omogućeno je prepoznavanje inicijalnih emocionalnih reakcija, kao i dublje razumijevanje njihovog značenja kroz refleksiju i razgovor.

Rezultati: Rezultati pokazuju da je većina učenika prepoznala emociju tuge ili nemira u pjesmi, a 83,33% učenika šestoga razreda tvrde da su ostali s pobuđenim pitanjima i nepoznatom bukom u sebi nakon čitanja pjesme.

Zaključak: Pjesma *Sakriveni bol* pokazala se kao vrijedan biblioterapijski tekst koji može potaknuti emocionalna previranja kod osnovnoškolskih učenika. Kroz navedeni tekst učenici su pokazali da mogu razumjeti i razlikovati osjećaje, što je važan korak u emocionalnom razvoju.

Ključne riječi: biblioterapija, dječja poezija, emocionalna pismenost, bol, osnovnoškolski uzrast.

UVOD

Suvremeni odgojno-obrazovni sustav pokazuje prepoznavanje važnosti emocionalnog razvoja djece¹, ali uz spoznajni napredak. Time biblioterapija², metoda korištena u pedagoškom i psihološkom radu³ omogućava dublje razumijevanje i shvaćanje vlastitih emocija, koristi čitanje i interpretaciju književnih djela kao poticaj razvoja samorazumijevanja i empatije. Pjesma *Sakriveni bol* Dobriše Cesarića, kao lirski tekst prožeta je osjećajima

1 Metodika nastave književnosti proučava osobnost i ulogu nastavnika u nastavnom procesu. Obuhvaća njegovo stručno, metodičko obrazovanje i neprestano usavršavanje. Istraživanja se bave i stvaralačkim djelovanjem nastavnika književnosti, on bi morao biti kreativan, ako sam ne doživljava djelo, teško će nešto prenijeti na učenike. (Rosandić 2013: 4)

2 Webster's Third New International Dictionary objavio je 1961. definiciju koja je 1966. službeno prihvaćena: „Biblioterapija je upotreba biranih materijala za čitanje u terapijske svrhe, u medicini i psihijatriji. To je vođeno čitanje do rješavanja osobnih problema” (Bašić 2021: 12).

3 Stručnjaci za duševno zdravlje istraživali su terapijske vrijednosti književnih tekstova, posebno poezije. Njihov doprinos za tu novu i važnu disciplinu bio je dvostruk: 1) istražili su važnost evokativne vrijednosti literature; 2) prepoznali su važan potencijal za korisnike terapije koji su nakon čitanja poezije bili potaknuti na pisanje pjesama i na prikazivanje vlastitih iskustava i osjećaja (Bašić 2021: 27).

tuge⁴ i unutarnje patnje, čime pruža temeljit sadržaj za biblioterapijsku analizu u radu s djecom osnovnoškolske dobi. Kroz vođeno čitanje i kreativno analiziranje, učenici mogu prepoznati i verbalizirati vlastite emocije, ali i pronaći rješenje za nošenje s njihovim intenzitetom. Rad *Biblioterapijska analiza pjesme Sakriveni bol Dobriše Cesarića u radu s osnovnoškolskom djecom – Studija slučaja* istražuje vrijednost korištenja pjesme *Sakriveni bol* u biblioterapijskom kontekstu unutar osnovnoškolskog obrazovanja, s posebnim naglaskom na mogućnost emocionalne razvijenosti djece.

Pripovijedanje bajki pokazalo se kao jedan od najuspješnijih biblioterapijskih alata⁵, a koliko on ima pozitivan učinak vidimo u istraživanju Koić (2008), koja navodi da se „izabiru priče sa temama koje su zajedničke većini ljudi, poput životnih iskustava prevedenih u priče, s tim da svaka treba imati uvjerljivi sretan kraj. To je važno jer smo naučeni očekivati negativni ishod kao vjerojatniji. Priče mogu djelovati i kao vodiči, o tome što očekivati u nepoznatim situacijama i mogu utjecati na način kako se ponašati” (str. 4). Čitanje potiče domišljatost, razvija maštu ili obogaćuje rječnik, time djeca nesvjesno usvajaju znanje i vještine koje im pomažu u svakodnevnom životu. Autorica Debeljak (2021), bajke vidi kao jedan od najvažnijih žanrova koji pomažu djeci i navodi da „bajke utječu na djetetov razvoj osobnosti, kao i na njegovo učenje kasnije u životu. Pomažu im da upoznaju različite emocije i lakše se nose sa svojim osjećajima i problemima. Kada djeca tijekom dana dožive stresnu situaciju, slušanje bajki omogućuje im da zaborave na nju i prepuste se fantaziji i opuste” (str. 2).

S druge strane, čitanje problemskih slikovnica omogućuje identifikaciju s likovima i situacijama⁶, a time i suočavanje s vlastitim emocijama, pa autorice Vidović i Štefančić (2024) prikazuju vrijednost problemskih slikovnica i navode da u okolnostima „kada dijete provede mnogo vremena čitajući pažljivo odabrane problemske slikovnice i upozna se s likovima i događajima s kojima se isti susreću, vjerojatnije je da će se povezati s njima te, suočen sa sličnim izazovima, uvidjeti da postoji rješenje njegovoga problema” (str. 4).

Suvremeno obrazovanje sve više obuhvaća razvijanje emocionalne pismenosti⁷ kroz nastavu književnosti, jer su sve naše odluke i ponašanja motivirani emocionalnim impulsima koje je važno pravilno usmjeravati. Jačanje emocionalnih uporišta i korištenje biblioterapije detaljno su prikazali autori Lekić, Piskač i Košćec Bjelajac (2021) koji navode da ćemo „sigurno biti puno uspješniji u onome na što nas motivira želja za uspjehom i pozitivne emocije. Biblioterapijske kompetencije pomažu učenicima da prepoznaju u sebi upravo ta pozitivna emocionalna uporišta, a sve kroz čitanje i interpretaciju književnoga teksta” (str. 5). Nadalje, prije provođenja dječje biblioterapije, od iznimne je važnosti odabrati prikladnu književnu građu, što zahtijeva dobro poznavanje dječjeg svijeta i mašte. Pri tome Krpan, Klak Mršić i Cej (2018) ističu važnost uključivanja drugih medijskih sadržaja koji pojačavaju biblioterapijski proces i navode „budući da se naglasak stavlja na

4 Djelo je predmet estetskog uživanja i estetske spoznaje. Interpretacija je pronašla uporište u spoznajnoj teoriji i psihologiji estetskog doživljavanja i spoznavanja. Odredila je faze u kojima se ostvaruje komunikacija između djela i primatelja. Uspostavila je fazu doživljajno-spoznajne motivacije u kojoj se primatelj otvara prema svijetu djela, aktivira svoje emocionalno, intelektualno, moralno i spoznajno iskustvo koje se integrira u svijet djela. Interpretativnim čitanjem djelo se dovodi u žarište učenikova duhovnog svijeta, izaziva doživljaj koji se iskazuje riječima, a verificira se analitičkim postupkom, tj. osmišljava, produbljuje i proširuje (Rosandić 2013: 15).

5 Koić (2008) ističe da vrijednost bajki s univerzalnim temama (tuga, gubitak, pobjeda dobra nad zlim) imaju terapijski učinak, jer djeci nude poznate obrasce i tako ih umiruju, dok Debeljak (2021) naglašava važnost bajki u stvaranju dječje emocionalne otpornosti.

6 Vidović (2024) ističe da pomno odabrane problemske slikovnice stvaraju emocionalnu povezanost između djeteta i lika, što im osobito pomaže u suočavanju s teškim životnim problemima (razvod roditelja, strah ili smrt).

7 Lekić, Piskač i Košćec Bjelajac (2021) u svom istraživanju pokazuju da povezivanje emocija s tekstom poboljšava emocionalno, ali i kognitivno funkcioniranje učenika.

izražavanje emocija i dojmova koje književni tekst pobuđuje kod čitatelja, biblioterapijska se radionica proširuje i uvođenjem drugih medija za prenošenje i pojačavanje osjećaja, kao što su ilustracije, fotografije, glazba i dr.” (str. 6). Kada nastavnik provodi biblioterapiju, obično koristi metodu pomnog čitanja⁸ kojom procjenjuju promjene i potiče emocionalnu refleksiju, autorica Šraml (2022), detaljno uvodi u proces i navodi da „nakon toga slijedi rasprava u kojoj nastavnik postavlja pitanja radi lakše identifikacije s likovima i sadržajem knjige. Forgan dodaje da kroz pitanja učenici uče da nisu sami u određenom problemu, da ga i drugi doživljavaju slično. Također se raspravlja o nedostacima i prednostima rješenja kako bi sučeljavanjem različitih pogleda učenik mogao stvoriti moguće rješenje vlastitog problema” (str. 5).

Ciljevi biblioterapije obuhvaćaju pružanje informacija, uvida, rasprave⁹, da bi se naposljetku došlo do rješenja problema. Autori Crnjac i Barač (2024) unaprjeđenje rada s učenicima vide kroz „mehanizme provođenja biblioterapije, kao što su identifikacija, projekcija, katarza i uvid, omogućuju dublje razumijevanje i integraciju naučenih lekcija. Kvalitetne knjige za djecu postaju sredstvo manifestacije ideja, etičkih dilema, moralnih vrijednosti te metoda suočavanja s emocionalnim stanjima” (str. 6). Autorica Kučan Buterin (2022), pruža korak dalje i navodi da „čak i ona djeca koja su introvertirana ili pokazuju otpor prema izravnom razgovoru o svojim doživljajima i osjećajima na ovaj su način mogla izraziti ono što osjećaju i tako se osloboditi emocionalnih napetosti” (str. 13). Prema riječima Klak Mršić, Krpan i Pisačić (2021) može se zaključiti da biblioterapija nadilazi razumijevanje književnog teksta, jer se „u radu s djecom i mladima često umjesto rasprava koriste različite kreativne tehnike nakon čitanja koje im omogućuju da indirektno iznesu svoje viđenje problema i situacije” (str. 7). Kroz interpretaciju terapijskih priča učenici osvajaju ključne emocionalne vještine, što Šupe i Sobotinčić Štropin (2025) vide kao prepoznavanje i izražavanje vlastitih osjećaja, kao i empatije. U svom istraživanju navode da „razvijanje socijalnih i emocionalnih vještina pomaže djeci u razumijevanju i prepoznavanju vlastitih i tuđih emocija te se raznovrsnim aktivnostima u sklopu odgojno-obrazovnog područja rada u školskoj knjižnici može razvijati emocionalna pismenost kod učenika osnovne škole” (str. 8).

Naposljetku, sve veća uključenost studenata u osobni profesionalni razvoj i istraživanje terapijskog potencijala priče jača svijest o upotrebi biblioterapije kao vrijednog alata u odgojno-obrazovnom procesu. Mogućnost primjene stečenih teorijskih znanja u svome radu demonstrirali su autori Banov, Rogina i Sokač (2021) koji citiraju tekst autorice Petre Vodarić¹⁰ i navode da „odabrani dječji roman¹¹ opisuje suočavanje glavne junakinje s bolešću i problematizira strah od smrti te važnost komunikacije u procesu oporavka, a u osmišljavanju sata lektire autorica je nastojala kod učenika produbiti znanja o osjećajima i oblikovati sigurnu okolinu u kojoj je moguće izraziti vlastite stavove koji pročitani tekst povezuju s iskustvima iz života” (str. 9).

8 Vidi više u: Filkins, S. (2021). *Close Reading of Literary Texts*. ReadWriteThink. Preuzeto 5. svibnja 2025., s <https://www.readwritethink.org/professional-development/strategy-guides/close-reading-literary-texts>

9 Crnjac i Barač (2024) ističu mehanizme identifikacije, projekcije, katarze i uvida. Identifikacija kao emocionalno povezivanje čitatelja i književne situacije, učenik prepoznaje vlastite osjećaje u tekstu. Projekcija kao omogućavanje prijenosa vlastitih emocija i skrivenih sukoba na likove, čime učenik nesvjesno izgovara ono što svojom voljom ne bi želio ili mogao izreći. Katarza kao emocionalno pročišćenje, čitatelj proživljava sve te emocije kroz tekst. Uvid kao dublje razumijevanje osjećaja i ponašanja, kao i moguća rješenja za vlastita ponašanja.

10 Vidi više u: Vodarić, P. (2018). Biblioterapija u nastavi književnosti: analiza romana *Gumi-gumi* Zorana Pongrašića. *Časopis udruge studenata kroatistike Idiom ŠtoRIje*, 5(5).

11 Roman Pongrašić, Z. (2001). *Gumi-gumi ili Djevojčica koja je preskočila nebesa*. Zagreb: Znanje poslužio je kao temeljni tekst u biblioterapijskoj analizi provedenoj u okviru rada.

Uz navede primjere, potrebno je istaknuti da protekla istraživanja na slične teme uključuju i ona o biblioterapiji i inkluzivnoj praksi¹², biblioterapiji i knjižnici^{13 14 15}, primjerima dobre prakse¹⁶, psihodinamskim aspektima biblioterapije i prevenciji suicida¹⁷, utjecaju kreativnog pisanja na prevenciju emocionalnih teškoća¹⁸, biblioterapiji i psihoanalitičkoj kritici¹⁹, transgeneracijskoj traumi²⁰, primjeni ekspresivnog pisanja sa stajališta autizma²¹, terapijskom čitanju pripovijetke Camao autora A. G. Matoša²² te kreativnim metodama u radu s oboljelima od Alzheimerove demencije²³. Iako navedena istraživanja pokrivaju različita područja biblioterapije, ipak je uočljiv manjak istraživačkog usmjerenja na primjenu poezije unutar osnovnoškolskog konteksta. Većina navedenih istraživanja bavi se bajkama, problemskim slikovnicama, proznim tekstovima, priručnicima ili tematskim radionicama, tako poezija kao književna forma i njezin biblioterapijski potencijal ostaju neistraženi. Time se prirodno pojavilo pitanje može li poezija s tematikom poput tuge ili gubitka biti primjeren biblioterapijski alat za učenike osnovnoškolske dobi? U kojoj mjeri učenici mogu prepoznati vlastita iskustva i emocionalna previranja i na koji način to pridonosi njihovom emocionalnom razvoju? Naposljetku, u kojoj mjeri biblioterapijska interpretacija izaziva verbalizaciju vlastitih emocija kod učenika koji teško izražavaju negativne emocije?

Cilj rada je ispitati biblioterapijski potencijal pjesme *Sakriveni bol*²⁴ Dobriše Cesarića u radu s učenicima osnovnoškolske dobi. Analiza obuhvaća ispitivanje mogućnosti emocionalne identifikacije, kao i razvoj empatije primjenom književno-umjetničkog teksta. Rad namjerava analizirati na koji način emocionalno zahtjevan, intenzivan i ozbiljan tekst može djelovati na učenike osnovnoškolske dobi u okviru biblioterapijske primjene. Poseban naglasak stavljen je na emocionalnu recepciju učenika, odnosno njihove interpretacije, doživljaje i reakcije.

12 Vidi više u: Skočić Mihić, S., & Klarić, M. (2014). Biblioterapija u inkluzivnoj praksi. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 20(75).

13 Vidi više u: Antulov, Z. (2019). Uloga knjižnice u biblioterapiji (s osvrtom na sveučilišne knjižnice). *Vjesnik bibliotekara Hrvatske*, 62(1).

14 Vidi više u: Cvjetković, M. (2024). Radionica literarne biblioterapije „I moja mama je bila djevojčica”: Mjesec hrvatske knjige „Pričaj mi”. *Knjižničar/Knjižničarka: e-časopis Knjižničarskog društva Rijeka*, 15(15).

15 Vidi više u: Mikuletić, N. (2010). Biblioterapija u školskoj knjižnici ili razgovor o knjizi. *Vjesnik bibliotekara Hrvatske*, 53(2).

16 Vidi više u: Cvjetković, M. (2024). Literarna biblioterapija – primjeri dobre prakse (Creative Bibliotherapy – Examples of a Good Practice). *Knjižničar/Knjižničarka: e-časopis Knjižničarskog društva Rijeka*, 15(15).

17 Vidi više u: Lecher-Švarc, V., & Radovančević, L. (2015). Psihodinamski aspekti biblioterapije i prevencija suicida. *Socijalna psihijatrija*, 43(1).

18 Vidi više u: Jarebić, I. (2022). Utjecaj kreativnog pisanja na prevenciju emocionalnih teškoća kod mladih. *Bjelovarski učitelj: časopis za odgoj i obrazovanje*, 27(1–3).

19 Vidi više u: Piskač, D. (2016). Biblioterapija i psihoanalitička kritika u kontekstu teorije sustava. *Kroatologija*, 7(2).

20 Vidi više u: Krtinić, I. (2025). Vježbanje života - kronisterija transgeneracijske traume. *Dani Hvarskoga kazališta: Građa i rasprave o hrvatskoj književnosti i kazalištu*, 51(1).

21 Vidi više u: Skočić Mihić, S., & Pejić, I. (2014). Evaluacija utjecaja primjene ekspresivnog pripovijedanja terapijske priče na socijalnu pažnju učenika s poremećajima iz spektra autizma. *Magistra Iadertina*, 14(1).

22 Vidi više u: Piskač, D. (2023). Terapijsko čitanje Matoševe pripovijetke Camao. *Croatica et Slavica Iadertina*, 19(2).

23 Vidi više u: Vidučić, M., & Rusac, S. (2018). Uloga kreativnih metoda u radu s oboljelima od Alzheimerove demencije. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 54(2).

24 Poetska terapija odražava klasične sadržaje literarne analize i psihološke prakse kombinirajući romantični aspekt suosjećanja i subjektiviteta s promatranjem i objektivnim pristupom. (Bašić 2021: 35)

MATERIJALI I METODE

Za potrebe ovoga istraživanja korištena je metoda slučaja, s ciljem ispitivanja biblioterapijskog potencijala pjesme *Sakriveni bol* Dobriše Cesarića kroz analizu s učenicima osnovnoškolske dobi. Istraživanje je provedeno na uzorku od 60 učenika viših razreda osnovne škole u dobi od 11 do 14 godina. U upitniku je korištena Likertova skala (0–3)²⁵ kojom su se ispitivale emocionalne reakcije učenika na pjesmu.

Istraživanje je provedeno metodom studije slučaja uz primjenu kvantitativne i kvalitativne metode. U okviru istraživanja sudjelovalo je 60 učenika osnovne škole koji su nakon čitanja pjesme *Sakriveni bol* Dobriše Cesarića ispunili kratki upitnik o prvim emocionalnim reakcijama na skali od 1 do 3, a potom sudjelovali u grupnom razgovoru biblioterapijskog tipa, temeljenom na polaznim i pomoćnim pitanjima. Dobiveni su podaci analizirani kvantitativno (na temelju frekvencije emocionalnih reakcija) i kvalitativno (tematskom analizom odgovora učenika).

Prilikom obrade odgovora istaknula se analiza emocionalnih reakcija²⁶, odnosno pojava empatije ili introspekcije.

REZULTATI I DISKUSIJA

U cilju sveobuhvatnog prikaza, razumijevanja i utjecaja pjesme *Sakriveni bol* na učenike osnovnoškolske dobi u nastavku će prvobitno biti prikazana književna analiza pjesme s naglaskom na tematske, simboličke i emocionalne porive. Nakon književne analize, prikazat će se emocionalne reakcije učenika dobivene anketnim upitnikom, čime će se povezati teorijska analiza s praktičnim dokazima.

Pjesma posjeduje izraženu introspektivnost i emociju, a slike i kontrasti izazivaju identifikiranje i emocionalno osvještavanje. Analiza počinje prvom strofom u kojoj pjesnik nagovještava dvije strategije nošenja s boli, otvorenom i potisnutom.

*Netko sa svojim bolom ide
Ko sa otkritom ranom: svi neka vide.
Drugi ga čvrsto u sebi zgnječi
I ne da mu prijeći u suze i riječi.*

Prva strofa uvodi temeljnu razliku u tematskom kontekstu, a to su dva različita doživljaja boli. Jedan je otvoreni i pokazani, a drugi potisnuti i sakriveni. Tako postaje vidljivo da se prva strofa tematski bavi emocionalnim nošenjem s boli, psihološkim mehanizmima obrane²⁷ i unutarnjim svjetovima pojedinaca.

²⁵ Likertova skala je najčešći instrument u pedagoškim i psihološkim istraživanjima kako bi se ispitala emocionalna reakcija ispitanika. Skala je pojednostavljena zbog dobi ispitanika (11–14 godina), čime smo olakšali razumijevanje i dobili preciznije odgovore. Brojčane vrijednosti označavale su sljedeće: 0 – ne osjećam, 1 – nimalo, 2 – djelomično, 3 – snažno. Prilagođeno prema: Coombes, L. i sur. (2021). *Enhancing validity, reliability and participation in self-reported health outcome measurement for children and young people: A systematic review of recall period, response scale format, and administration modality*.

²⁶ Emocionalna pismenost predstavlja temeljnu značajku u razvoju socioemocionalnih kompetencija kod učenika osnovnoškolske dobi, jer omogućuje prepoznavanje, razumijevanje i adekvatno upravljanje vlastitim emocijama, kao i empatijsko reagiranje prema emocijama drugih.

²⁷ „A može se reći i da su to osobine karaktera, stavovi bolesnikovog *ja*, koje on mobilizira radi suzbijanja promjena za kojima se teži. Pri tome saznajemo kako su se te osobine karaktera stvorile u vezi s uvjetima neuroze i u reakciji protiv njenih zahtjeva, i uviđamo crte tog karaktera, koje se inače ne mogu istaći ili ne u toj mjeri, te se mogu nazvati latentnim.” (Freud 1976: 272)

Na simboličkoj²⁸ razini primjetne su tri razine. Prva je primjetna u spoju riječi „otkrita rana” koja simbolizira ranjivost, emocionalnu izloženost i potrebu za suosjećanjem. Druga ili „zgnječiti bol u sebi” nagovještava emocionalnu represiju ili potiskivanje osjećaja uzrokovano bolom. Treći spoj, „ne da mu priječi u suze i riječi” pojačava simboliku kontrolirane boli, jer ona ostaje unutarnja, nijema i teška.

Analiza emocionalne razine pokazuje izrazitu empatiju i tiho suosjećanje s obje strategije nošenja s boli. S onim tko otvoreno pati i pokazuje bol bez obrane, ali i s onim tko šuti, jer u tišini nosi ono što drugi ne vide. Na emocionalnoj razini stihovi potiču identifikaciju i introspekciju, što otvara prostor za niz emocionalnih pitanja.

U drugoj strofi produbljuje se prikaz osobe koja potiskuje bol i prikazuje patnju koja nema svoj izlaz u riječima.

*Rad'je ga skriva i tvrdo ga zgusne
U jednu crtu na kraju usne.
Zadržće, zadržće u njoj kadikad,
Ali u riječi se ne javi nikad.*

Tematski, druga strofa pokazuje unutarnju borbu i samokontrolu, odnosno ovdje jasno prepoznajemo obrambeni mehanizam, skrivanje patnje.

Simbolički, spoj riječi „crtu na kraju usne” postaje granica između unutarnjeg i vanjskog svijeta, dok riječ „zadržće” postaje metafora neizgovorene emocije koja se trudi ne izbiti na površinu.

Emocionalno, riječi prikazuju potisnutost, napetost, ali najviše od svega emocionalnu zaleđenost ili ukočenost, stoga čitatelj može prepoznati osobnu zatomljenu borbu, jer tišina postaje glasna. Navedena tišina upravo kroz biblioterapijski rad postaje glasna, jer stvara prostor za razgovor o smetnjama koje se počinju pojavljivati, time i prihvaćanje vlastitih osjećaja.

Završna strofa pjesme otkriva konačni proces potiskivanja, odnosno trenutak u kojem bol prelazi iz svijesti u podsvijest i postaje potpuno uronjena u nesvjesno.

*Duša ga u se povuče i smjesti
Na svoje dno: ko more kamen
U njega bačen. More ga prima
Dnom, da ga nikad ne izbací plima.*

Tematski, treća strofa upućuje na posljednju ili krajnju fazu emocionalnog potiskivanja. To je krajnji trenutak emocionalnog procesa u kojem osjećaji više nisu potisnuti, nego postaju dijelom onoga tko ih je potisnuo, odnosno pohranjeni u njegovoj vlastitosti. Govori se o trajnom unutarnjem stanju u kojem bol postaje dijelom nutrine, neupitna i stalna.

Simbolički, metafore poput „more” ili „kamen” funkcioniraju kao jasna veza psihe i boli. Plima, kao emocionalni proces ili pokretač ne uspijeva izbaciti kamen i time zauvijek ostaje zarobljena u nemogućnosti emocionalnog procesa bez vanjske intervencije.

Emocionalno, ona odražava nepovratnost, zatvorenost ili zaključenost. Osjećaj težine suočava čitatelja s njegovim zarobljenostima i tajnama koje su ostale duboko zakopane zauvijek. Kao dio biblioterapijskog procesa, ova strofa predstavlja konačnu refleksiju o emocionalnoj stagnaciji i neizraženoj boli.

28 Simbol je zamjenjivanje neke riječi, životne pojave ili pojma njegovom uvjetnom, alegorijskom oznakom (...). Na takvoj upotrebi simbola osobito su inzistirali pjesnici simbolizma, pravca u književnosti koji je upravo prema simbolima i dobio vlastito ime. (Solar 2005: 80–81)

U istraživanju je sudjelovalo 60 učenika viših razreda osnovne škole, koji su nakon čitanja pjesme *Sakriveni bol* Dobriše Cesarića ispunili upitnik s ciljem mjerenja njihovih emocionalnih reakcija. Pitanja su oblikovana prema Likertovoj skali od 0 do 3, pri čemu je 0 označavalo odsustvo emocionalne reakcije, a 3 vrlo izraženu emocionalnu reakciju. U nastavku će se prikazati kvantitativni rezultati istraživanja, odnosno emocionalne reakcije učenika kroz statističku obradu prikupljenih podataka.

Na pitanje je li ih pjesma uznemirila ili izazvala nelagodu, 15 % učenika nije osjetilo nikakvu nelagodu (0), 33,33 % osjetilo je blagu nelagodu (1), 25 % osjetilo je umjerenost u reagiranju (2), a 25 % doživljava snažnu nelagodu (3). Ukupno 83,33 % učenika osjetilo je određen stupanj nelagode pri čitanju i analizi pjesme, što ukazuje na emocionalni intenzitet same pjesme.

Na pitanje o strahu i zbunjenosti 23,33 % učenika nije osjetilo strah ili zbunjenost (0), 28,33 % osjetilo je blagu emociju (1), 36,67 % osjetilo je umjerenost u negativnim emocijama (2), a 10 % njih je izrazilo veliki stupanj izraženosti i izloženosti negativnim emocijama (3). Gotovo 77 % učenika pokazuje određen nivo uznemirenosti, čime otkriva jaku emocionalnu potresenost pri čitanju pjesme.

Na pitanje o negativnim mislima i osjećajima o sebi 16,67 % učenika nije osjetilo ništa neugodno (0), 26,67 % osjetilo je blagu reakciju (1), 36,67 % osjetilo je umjerenu zbunjenost (2), a 10 % njih izrazilo je visoku razinu nelagode (3). Više od 80 % učenika osjetilo je određen stupanj nelagode u odnosu na vlastitu percepciju, što pokazuje da tekst ima potencijal probuditi introspektivno preispitivanje.

Na pitanje o vlastitom identitetu 10 % učenika nije osjetilo nikakvu introspektivnu reakciju (0), 33,33 % osjetilo je blagu (1), 36,67 % osjetilo je umjerenu (2), a 18,33 % osjetilo je snažnu introspektivnu reakciju (3). Također, 90 % učenika u nekoj mjeri promišljalo je o vlastitom identitetu, što ukazuje na univerzalnost tematike.

Pitanja	0	1	2	3
Je li te pjesma uznemirila ili izazvala nelagodu?	15 %	33,33 %	25 %	25 %
Jesi li se osjećao/la uplašeno ili zbunjeno nakon što si pročitao/la pjesmu?	23,33 %	28,33 %	36,67 %	10 %
Je li pjesma u tebi probudila loše misli ili neugodne osjećaje o sebi?	16,67 %	26,67 %	38,33 %	16,67 %
Je li te pjesma navela da se pitaš tko si zapravo ili izazvala zbunjenost o tebi samome/samoj?	10 %	33,33 %	36,67 %	18,33 %
Jesi li osjetio/la neku vrstu unutarnje buke, glasova ili misli koje su ti bile nepoznate dok si čitao/la pjesmu?	11,67 %	26,67 %	38,33 %	21,67 %

Tablica br. 1. Postotna raspodjela emocionalnih reakcija učenika nakon čitanja lirskog teksta

Na pitanje o unutarnjoj buci, vlastitim mislima i impulsima 11,67 % nije osjetilo ništa slično (0), 26,67 % imalo je blagu reakciju (1), 38,33 % imalo je umjerenu reakciju (2), a njih 21,67 % snažnu emocionalnu reakciju (3). Ukupno 88,33 % učenika osjetilo je određenu razinu unutarnje uznemirenosti, što dodatno potvrđuje jak emocionalni stimulans.

Dobiveni rezultati pokazuju da je većina učenika osjetilno reagirala na pjesmu, pri tome su najizraženije reakcije zabilježene na području introspekcije, emocionalne nelagode i

osobnog preispitivanja. Iako su reakcije bile različite po intenzivnosti, značajan broj učenika (iznad 80% u gotovo svakom pitanju) pokazao je određenu emocionalnu uključenost što ukazuje na biblioterapijski potencijal pjesme među osnovnoškolskim učenicima.

Ujedno, rezultati istraživanja otvorili su prostor za razumijevanje emocionalnog stanja učenika kroz književni tekst, što ukazuje na to koliko je biblioterapijski proces strukturiran. Iako većina učenika nije ukazala na ekstremne emocionalne reakcije, veliki broj njih ukazao je na razne emocionalne reakcije.

Takvi rezultati pokazali su da čitanje i analiziranje poezije Sakrivena bol pruža prostor za prepoznavanje i imenovanje emocija koje su se pojavile, time se potvrđuje djelovanje biblioterapije kao alata za osobni rast, ali i psihološko osnaživanje učenika.

Među najistaknutijim odgovorima našli su se oni koji su pokazali najintenzivnije emocionalne reakcije. Tako je 77,8 % učenika 7. razreda potvrdilo uznemirujuće djelovanje pjesme, a njih 66,67 % priznalo da su se u njima probudili loši osjećaji o sebi.

Još izraženiji intenzitet opažen je u 6. razredu gdje je 83,33 % učenika priznalo da su nakon čitanja osjećali zbunjenost o vlastitom identitetu. Isto toliko učenika ukazalo je na to da su osjetili unutarnju buku, glasove ili nepoznate misli što ukazuje na izraženu psihološku i emocionalnu reakciju.

Ovi rezultati jasno ukazuju na intenzivne unutarnje procese kod učenika koje je biblioterapijski alat izazvao, ali ukazuje i na važnost pažljivog vođenja biblioterapijskog procesa kako bi sigurnost i dobrobit učenika bile na prvom mjestu. Ali, nakon ovakvih rezultata ne možemo ne postaviti pitanje što bi se dogodilo nakon drugog ili trećeg čitanja? Bi li se reakcije produbile ili bi došlo do emocionalnog rasterećenja? Ova refleksija stvara i otvara prostor za daljnja istraživanja, osobito ona o dugoročnom djelovanju biblioterapije.

Pitanja	Razred	Postotak
Je li te pjesma uznemirila ili izazvala nelagodu?	7.	77,78 %
Je li pjesma u tebi probudila loše misli ili neugodne osjećaje o sebi?	7.	66,67 %
Je li te pjesma navela da se pitaš tko si zapravo ili izazvala zbunjenost o tebi samome/samoj?	6.	83,33 %
Jesi li osjetio/la neku vrstu unutarnje buke, glasova ili misli koje su ti bile nepoznate dok si čitao/la pjesmu?	6.	83,33 %

Tablica br. 2. *Najizraženije emocionalne reakcije učenika na pjesmu Sakrivena bol*

Nakon kvantitativne analize i prikaza rezultata, pristupa se kvalitativnoj analizi, koja istražuje osobne refleksije učenika te simboličke i emotivne reakcije izazvane pjesmom. U istraživanju su korištena polazna i pomoćna pitanja primijenjena tijekom grupnog razgovora, a koja će biti prikazana u prilogu. Prikupljeni podaci iz izjava učenika ukazuju na različite vrste emocionalnih reakcija, koje je moguće svrstati u nekoliko tematskih kategorija.

Za potrebe **kvalitativnog dijela istraživanja** korišten je grupni razgovor s učenicima,

vođen pomoću **polaznih (glavnih) pitanja**. Ova pitanja osmišljena su tako da potaknu introspektivno razmišljanje i refleksiju o temama pjesme, osobito o doživljaju i iskazivanju emocija, empatiji i vlastitim iskustvima. Pitanja koja su korištena u razgovoru su:

Polazna (glavna) pitanja:

1. Kako vi doživljavate ljude koji otvoreno pokazuju svoju bol, a kako one koji ju skrivaju u sebi?
2. Zašto mislite da neki ljudi teško govore o onome što ih boli?
3. Što mislite da pjesnik želi poručiti kroz opis ljudi koji svoju bol skrivaju?
4. Jeste li se ikada osjećali kao da trebate sakriti svoje emocije? Kako je to izgledalo?
5. Što se dogodi kad svoje osjećaje dugo zadržavamo u sebi?
6. Je li po vama pokazivanje tuge i boli znak slabosti ili hrabrosti? Zašto?
7. Koji vas je stih ili slika iz pjesme posebno dotaknula i zašto?
8. Kako bi ova pjesma mogla pomoći nekome tko teško pokazuje svoje osjećaje?
9. Što mislite može li prepoznavanje vlastitih osjećaja kroz pjesmu pomoći da se osjećamo bolje?
10. Kako biste vi reagirali da netko iz vašeg razreda otvoreno pokaže tugu ili bol?

Razgovor s učenicima započeo je jednim pitanjem iz kategorije polaznih (glavnih) pitanja, čime su učenici prvo prepoznali i artikulirali svoje emocionalne reakcije na pjesmu. Nakon toga, prema njihovim odgovorima i tijeku rasprave, uvodila su se pomoćna pitanja kako bi učenici mogli produbiti refleksiju o vlastitim iskustvima i emocijama, povezati prepoznate osjećaje s ponašanjem sebe i drugih te razviti empatiju prema osobama koje se teško otvaraju ili skrivaju svoje osjećaje. Razgovor je zaključen pitanjima poput: „Što biste poručili osobi koja se osjeća kao ljudi iz pjesme?“, čime se učenicima pruža osjećaj završetka, sigurnosti i emocionalne podrške. Sljedeći dio rada prikazuje pomoćna pitanja koja su korištena tijekom razgovora, uvodeći se prema potrebi, ovisno o reakcijama učenika i smjeru rasprave.

Pomoćna pitanja

Razgovor o emocijama:

1. Kako znamo da netko oko nas pati, iako nije izrekao?
2. Kako bismo mogli pomoći osobi koja ne zna pokazati svoju tugu?
3. Što vama osobno pomaže kad ste tužni?
4. Misli li da svi ljudi osjećaju tugu na isti način?

Razgovor u općenitom tonu:

1. Možete li se sjetiti trenutka kad ste i vi možda skrivali neki osjećaj?
2. Kako ste se tada osjećali? Lakše ili teže?
3. Što mislite da bi pjesnik rekao da ga sada možete pitati zašto je napisao ovu pjesmu?

Razgovor za poticanje empatije:

1. Kako se vi osjećate kad netko pred vama zaplače?
2. Je li vam neugodno kad netko pokaže emocije ili vam to pomaže da ga bolje razumijete?
3. Što znači „biti tu” za nekoga tko se ne osjeća dobro?

Kada se razgovor zatvori ili učenici šute:

1. Koji vam je stih ostao u mislima?
2. Što mislite, o čemu pjesnik šuti, a zapravo puno govori?

Prva kategorija obuhvaća iskaze koji odražavaju potisnutu tugu i suzdržano izražavanje emocija, pri čemu učenik ukazuje na nemogućnost otvorenog ispoljavanja tuge uslijed socijalnih i obiteljskih normi. Primjerice, izjava „*Pjesma me podsjetila na baku koja je umrla, a tata mi nije dao da plačem*” ilustrira intenzivna emocionalna previranja i duboku bol koja ostaje neizražena zbog vanjskih ograničenja emocionalne ekspresije. Takvi odgovori upućuju na unutarnji sukob između prirodne potrebe za tugovanjem i naučenih obrazaca emocionalne kontrole.

Druga kategorija odnosi se na osjećaje napuštenosti, boli i emocionalne deprivacije, koji se često povezuju s niskim samopouzdanjem i narušenim osjećajem vlastite vrijednosti. Ova kategorija predstavlja najsnažniji i emocionalno najteži segment istraživanja. Izjava učenika „*Nisam zaslužio ovaj život. Tata me stalno tuče, a mama me ne voli. Nitko me ne voli.*” ukazuje na izražene osobne i obiteljske poteškoće koje su pjesmom potaknute te otkriva duboku emocionalnu ranjivost sudionika. Ovakvi odgovori upućuju na mogućnost da književni tekst djeluje kao katalizator potisnutih emocija i potakne iskazivanje osobnih iskustava boli i neprihvaćenosti.

Treća kategorija obuhvaća osjećaje krivnje i introspektivnog preispitivanja, pri čemu učenica pokazuje razvijenu svijest o vlastitim postupcima i osobnim manama. Izjava učenice: „*Žao mi je mojih prijateljica, jer sam razmažena. To je zato što nemam ni brata ni sestru. Znam da se ne ponašam lijepo.*” – ilustrira proces samorefleksije i emocionalne zrelosti koji se pojavljuje tijekom interpretacije književnog teksta. Ovakve reakcije ukazuju na sposobnost učenika da prepoznaju vlastito ponašanje, izraze empatiju prema drugima te razviju motivaciju za osobni rast i promjenu.

Četvrta kategorija odnosi se na pozitivne emocionalne promjene koje odražavaju suštinu biblioterapijskog procesa, osobni rast i emocionalnu transformaciju čitatelja. Izjava učenika: „*Pjesma mi je pomogla da se osjećam kao bolja osoba.*” – svjedoči o prepoznavanju konstruktivnog i ohrabrujućeg učinka književnog teksta. Ovakvi odgovori potvrđuju transformativni potencijal poezije, koja može potaknuti samoprihvatanje, empatiju i promjenu perspektive prema sebi i drugima.

Peta kategorija obuhvaća emocije straha i tjeskobe, koje se manifestiraju kroz osjećaj unutarnjeg nemira, napetosti i emocionalne preplavljenosti. Izjava učenika: „*Uznemiruju me zvukovi u meni i bojim se.*” – ukazuje na intenzivne, ali pretežito negativne emocionalne reakcije koje književni tekst može potaknuti. Ovakvi iskazi otvaraju pitanje mogućih uzroka takvih reakcija te sugeriraju da poezija može djelovati kao okidač za suočavanje s potisnutim strahovima i neizraženim emocionalnim stanjima.

Šesta kategorija obuhvaća iskaze koji izražavaju razumijevanje i uvid, pri čemu učenici pokazuju povećanu razinu osviještenosti kroz zajedničko dijeljenje iskustava unutar grupe. Izjava učenice: „*Dok sam slušala svoje prijatelje, shvatila sam što je vrijedno.*” – ilustrira razvoj empatije, refleksivnosti i sposobnosti učenja kroz tuđe perspektive. Ovakvi odgovori potvrđuju važnost grupne dinamike u biblioterapijskom procesu, gdje dijeljenje osobnih doživljaja unutar sigurnog okruženja potiče međusobno razumijevanje, emocionalnu povezanost i osjećaj pripadnosti.

Sedma kategorija obuhvaća emocije tjeskobe i nesigurnosti, koje se javljaju u kontekstu samoprocjene i izlaganja vlastitih misli pred drugima. Izjava učenice: „*Imam tremu od odgovora koje sam rekla.*” – odražava osjećaj nelagode i straha od procjene, što upućuje na potrebu za pažljivim vođenjem biblioterapijskog procesa. Ovakvi iskazi naglašavaju važnost postepenog emocionalnog otvaranja te poštovanja individualnih granica učenika, kako bi se osigurala emocionalna sigurnost i povjerenje unutar grupe.

Osma kategorija odnosi se na izraženu emocionalnu kontrolu i prisutan strah unutar obiteljske dinamike, koji rezultiraju disocijacijom i distanciranjem od vlastitih emocionalnih iskustava. Izjava učenika: „*Plašim se mame. Ne smije vidjeti moje odgovore.*” – ukazuje na prisutnost nepovjerenja i straha od osude, što može ograničiti iskreno emocionalno

izražavanje. Ovakvi iskazi sugeriraju potrebu za stvaranjem sigurnog i povjerljivog okruženja u kojem učenici mogu slobodno verbalizirati svoja osjećanja bez straha od negativnih posljedica.

Deveta kategorija obuhvaća iskustva vršnjačkog nasilja i osjećaja nedostatka sigurnosti, koja istodobno ukazuju na terapijski potencijal biblioterapijskog procesa. Izjava učenika: „*Prijatelj me stalno tuče.*” – otkriva prisutnost nasilnih obrazaca u vršnjačkim odnosima te emocionalnu ranjivost sudionika. U okviru biblioterapijskog konteksta ovakvi iskazi omogućuju prepoznavanje i verbalizaciju nasilja, razvoj svijesti o razlikovanju zdravih i nezdravih oblika ponašanja te postupno jačanje emocionalne otpornosti i osjećaja osobne sigurnosti.

Deseta kategorija odnosi se na traumatske doživljaje i strah, pri čemu učenici izražavaju duboku emocionalnu bol i prisutnost mehanizama potiskivanja. Izjava učenika: „*Postoji bol koju nikada neću preživjeti. Zato o njoj ne razmišljam. Kad počnem razmišljati, plašim se da neću preživjeti.*” – otkriva postojanje duboko ukorijenjene traume i obrambenih strategija kojima se dijete pokušava nositi s preplavljujućim emocijama. Ovakvi iskazi potvrđuju značaj književnog teksta kao posrednika u emocionalnom izražavanju kroz proces identifikacije likovima omogućuje se verbalizacija potisnutih iskustava te uspostavljanje sigurnog prostora za njihovu postupnu emocionalnu rekonstrukciju u biblioterapijskom kontekstu.

Kategorija obiteljskog nasilja i krivnje ilustrira situaciju u kojoj dijete preuzima ulogu nemoćnog zaštitnika unutar obiteljske dinamike. Izjava: „*Tata me stalno tuče, a mama me ne brani. Osjećam se loše, jer ne mogu braniti mamu.*” – ukazuje na osjećaj odgovornosti i krivnje koji nadilazi emocionalne kapacitete djeteta. Primjena biblioterapijskog pristupa omogućuje postupno vraćanje realističnog pogleda na situaciju, pružajući siguran okvir za verbalizaciju i normalizaciju osjećaja krivnje.

Kategorija negiranja stvarnosti i obrambenih mehanizama odražava klasične psihološke obrambene strategije. Izjava: „*Ja sam uvijek dobro. Nikada se ne osjećam tužno.*” – predstavlja simbol potisnutih emocija, čiji iskaz zahtijeva dugotrajan i siguran prostor. U kontekstu biblioterapije, ovakve izjave omogućuju prepoznavanje skrivenih osjećaja te postupno potiču njihovo osviješteno izražavanje unutar strukturiranog i podržavajućeg okvira.

Kategorija sekundarne traume i osjećaja nemoći opisuje emocionalni odgovor sudionika prilikom promatranja nasilja nad drugom osobom. Izjava: „*Gušim se od pjesme, jer me podsjeća na sestru koju mama stalno udara kad sam ja kriva, a ja je ne mogu braniti.*” – ilustrira intenzivan osjećaj nemoći i emocionalnog preopterećenja. U okviru biblioterapijskog pristupa, dijete je imalo mogućnost simbolički se suočiti s traumatskim iskustvom kroz identifikaciju s drugim likovima, čime se omogućava siguran prostor za procesuiranje emocija i refleksiju vlastitih iskustava.

Kategorija nepovjerenja i razočarenja reflektira gubitak osnovne sigurnosti i povjerenja u druge ljude. Izjava: „*Naučila sam da ne smijem vjerovati ljudima, jer nisu svi dobri.*” – sugerira prisutnost iskustava koja uključuju zanemarivanje, zlostavljanje ili osjećaj izdaje. U kontekstu biblioterapijskog pristupa, sudionicima se pruža siguran prostor za simboličku identifikaciju s drugačijom stvarnošću, što omogućuje preispitivanje i postupno obnavljanje povjerenja.

Kategorija zanemarivanja i nesigurnosti u odnosima s odraslima odražava nelagodu i smanjenu sigurnost u interakciji s autoritetima. Izjava: „*Moram ići u glazbenu u kojoj učiteljica smrdi na alkohol.*” – ukazuje na iskustvo nelagode i nesigurnosti u školskom okruženju, pri čemu biblioterapijski pristup omogućuje istraživanje granica osobne zaštite i prepoznavanje neprimjerenih situacija.

Kategorija emocionalnog oslobađanja ističe terapijsku vrijednost verbalizacije emocija, čime se potiče subjektivni osjećaj olakšanja i smanjenje emocionalnog tereta. Izjava „*Osjećam se lakše kad sam izgovorila pred svima.*” – ukazuje na efekt grupne interakcije u

biblioterapijskom kontekstu, potvrđujući značaj sigurnog prostora za izražavanje i procesuiranje vlastitih osjećaja.

Kategorija neverbalnog izražavanja ističe važnost alternativnih komunikacijskih modaliteta u procesu emocionalnog izražavanja. Izjava: „*Lakše mi je kad crtam, nego kad moram pričati.*” – sugerira da kombinacija biblioterapije i likovnih terapijskih pristupa može omogućiti uvid u emocionalna stanja učenika, čak i kada verbalna ekspresija nije moguća ili je otežana.

Kategorija osjećaja izolacije ističe emocionalnu distanciranost i unutarnju izoliranost sudionika. Izjava: „*Ne volim pričati o tome, jer mislim da me nitko neće razumjeti.*” – naglašava potrebu za stvaranjem sigurne i povjerljive komunikacijske okoline, pri čemu biblioterapija funkcionira kao model koji omogućuje razvoj povjerenja i postupno otvaranje prema vlastitim emocijama.

Kategorija duboke usamljenosti i skrivenih bolnih iskustava naglašava privatnost emocionalnog doživljaja i unutarnju izolaciju. Izjava „*Često plačem u sobi.*” ilustrira potrebu za sigurnim prostorom u kojem se emocije mogu prepoznati i izraziti bez straha od osude ili odbacivanja, čime biblioterapija osigurava okvir za podržano suočavanje s osobnom boli.

Kategorija depresivne boli i emocionalnog očaja reflektira rane znakove depresivnih stanja. Izjava: „*Nekad bih volio samo nestati.*” – ukazuje na intenzivnu emocionalnu patnju, što u kontekstu biblioterapije zahtijeva ozbiljan pristup, uz mogućnost uključivanja dodatnih stručnjaka kako bi se osigurala odgovarajuća podrška i zaštita učenika.

Rezultati kvalitativne analize pokazuju da pjesma Sakrivena bol može djelovati kao snažan emocionalni okidač, pri čemu otvara prostor za introspektivno razmišljanje, ali i za osvještavanje potisnutih osjećaja.

Kategorija	Pojašnjenje	Primjeri iz izjava učenika
Potisnuta tuga i suze	Nemogućnost izražavanja emocija zbog okoline.	„ <i>Pjesma me podsjetila na baku koja je umrla, a tata mi nije dao da plačem.</i> ”
Osjećaj napuštenosti i boli	Osjećaj duboke emocionalne boli, odbacivanja i niskog samopouzdanja.	„ <i>Nisam zaslužio ovaj život. Tata me stalno tuče, a mama me ne voli. Nitko me ne voli.</i> ”
Krivnja i introspekcija	Svijest o vlastitim manama i krivnja zbog ponašanja.	„ <i>Žao mi je mojih prijateljica, jer sam razmažena. To je zato što nemam ni brata ni sestru. Znam da se ne ponašam lijepo.</i> ”
Pozitivna emocionalna promjena	Samopoboljšanje i emocionalni rast kao rezultat kontakta s pjesmom.	„ <i>Pjesma mi je pomogla da se osjećam kao bolja osoba.</i> ”
Strah i tjeskoba	Unutarnja emocionalna nelagoda i strah koji su se aktivirali kroz čitanje pjesme.	„ <i>Uznemiruju me zvukovi u meni i bojim se.</i> ”
Razumijevanje i uvid	Spoznaja važnih vrijednosti kroz dijeljenje iskustava.	„ <i>Dok sam slušala svoje prijatelje, shvatila sam što je vrijedno.</i> ”

Tjeskoba i nesigurnost	Emocionalna nelagoda i nesigurnost vezana uz vlastitu samoprocjenu.	„Imam tremu od odgovora koje sam rekla.”
Strah	Strah i emocionalna kontrola u odnosu s ljudima, distanciranje od vlastitog iskustva.	„Plašim se mame. Ne smije vidjeti moje odgovore.”
Zanemarena sigurnost i fizičko zlostavljanje	Prepoznavanje i imenovanje nasilja, razlikovanje zdravi i nezdravih odnosa.	„Prijatelj me stalno tuče.”
Traumatski doživljaji i egzistencijalni strah	Duboka psihička trauma i mehanizam izbjegavanja. Potencijalna opasnost od disocijacije, depresije, ali i suicidalnih misli.	„Postoji bol koju nikada neću preživjeti. Zato o njoj ne razmišljam. Kad počnem razmišljati, plašim se da neću preživjeti.”
Obiteljsko nasilje i krivnja	Nemoćni zaštitnik, odnosno normalizacija osjećaja srama i krivnje.	„Tata me stalno tuče, a mama me ne brani. Osjećam se loše, jer ne mogu braniti mamu.”
Negiranje stvarnosti i mehanizmi obrane	Obrambeni mehanizam potiskivanja emocija ili naučen obrazac potiskivanja boli kako bi se preživjelo.	„Ja sam uvijek dobro. Nikad se ne osjećam tužno.”
Sekundarna trauma i osjećaj nemoći	Dijete doživljava sekundarnu traumu, jer promatra nasilje nad sestrom.	„Gušim se od pjesme, jer me podsjeća na sestru koju mama stalno udara kad sam ja kriva, a ja je ne mogu braniti.”
Nepovjerenje i razočarenje	Iskustvo izdaje dovelo do manjka povjerenja.	„Naučila sam da ne smijem vjerovati ljudima, jer nisu svi dobri.”
Zanemarivanje	Nelagoda i nesigurnost u prisustvu odraslih, potrebno osnaživanje djeteta.	„Moram ići u glazbenu u kojoj učiteljica smrdi na alkohol.”
Emocionalno oslobađanje	Pokazuje terapijsku vrijednost biblioterapije, odnosno olakšanje nakon verbalizacije emocija.	„Osjećam se lakše kad sam izgovorila pred svima.”
Neverbalno izražavanje	Alternativni oblik izražavanja.	„Lakše mi je kad crtam, nego kad moram pričati.”

Osjećaj izolacije	Duboko ukorijenjen osjećaj usamljenosti i izolacije.	„Ne volim pričati o tome, jer mislim da me nitko neće razumjeti.”
Usamljenost i sakrivena bol	Izražava tugu, usamljenost i potrebu za emocionalnim rasterećenjem.	„Često plačem u sobi.”
Depresivni bol i očaj	Potencijalno ukazivanje na rane i emocionalni očaj.	„Nekad bih volio samo nestati.”

Tablica br. 3. *Emocionalne reakcije učenika i njihove verbalizacije u kontekstu biblioterapije*

ZAKLJUČAK

Rezultati ovoga istraživanja jasno su ukazali na misteriju koju književnost nosi još od svojih najranijih početaka, sposobnost uznemiriti ono potisnuto, neiscijeljeno ili neizgovoreno. *Sakrivena bol* Dobriše Cesarića čitanjem osnovnoškolskih učenika postaje ogledalo njihovih unutarnjih previranja.

Kvantitativna analiza pokazala je veliki postotak učenika koji su emocionalno reagirali, pokazujući strah, nelagodu, zbunjenost, a ponajviše unutarnja promišljanja. Kvalitativna analiza pokazala je još snažniji uvid, jer su učenici vlastitim rječnikom progovorili o potisnutoj boli, osobnim borbama, ali i promjenama. Time književnost još jednom potvrđuje da postaje terapijski prostor, kada joj se pristupi pažljivo.

Osim toga, rezultati su jasno ukazali na biblioterapijski potencijal u prepoznavanju emocionalnog stanja učenika osnovnoškolske dobi, prvenstveno na kognitivnoj razini. Učenici su uspjeli prepoznati, imenovati i povezati vlastite osjećaje, čime se biblioterapijski pristup pokazuje kao učinkovit i potreban dio odgojno-obrazovnog sustava, jer omogućuje otkrivanje potisnutih osjećaja osnovnoškolskih učenika.

Ali, iako su postignuti značajni rezultati, vrijedi naglasiti da se djelovanje biblioterapije u istraživanju *Biblioterapijska analiza pjesme Sakrivena bol Dobriše Cesarića u radu s osnovnoškolskom djecom – Studija slučaja* odvijalo na kognitivnoj i refleksivnoj razini, ali nije ostvarilo emocionalne ili bihevioralne uvide, koji su ostali djelomično nedostupni bez određene stručne intervencije.

Time se biblioterapija vidi kao važan i potreban dijagnostički alat u školskom sustavu, s mogućnošću da pravovremeno uputi učenike prema stručnim službama (psiholog, socijalni radnik, pedagog ili psihoterapeut), čime se može spriječiti razvijanje neke veće emocionalne teškoće.

Ovi ishodi otvorili su prostor za daljnja istraživanja i razvoj biblioterapije kao integriranog pristupa u radu s učenicima osnovnoškolske dobi. Vjerujemo da su pred nama brojne nedoumice i pitanja na koja je potrebno odgovoriti, što pokazuje da postoji jasna potreba za usavršavanjem i sustavnom edukacijom budućih biblioterapeuta, koji će moći profesionalno koristiti književnost u službu prevencije i emocionalne podrške.

Rečeno drugim riječima, ovo istraživanje pokazalo je dva važna ishoda, trenutačnu granicu biblioterapije i njen ogromni potencijal, koliko za praksu, toliko i za znanstvenu zajednicu.

Rad *Biblioterapijska analiza pjesme Sakrivena bol Dobriše Cesarića u radu s osnovnoškolskom djecom – Studija slučaja* pokazuje da biblioterapijski pristup nije samo djelotvo-

ran, nego i nužan u suvremenom odgojno-obrazovnom procesu. U modernom vremenu čiji je jedini jezik zatamljenost emocija i neizgovorenost problema, poezija, književnost i biblioterapija postaju mostovi pruženi prema svome autentičnom ja.

Naposlijetku, ovo istraživanje potvrđuje moć književnosti kao mjesta utočišta, ali i suočavanja. Tamo gdje literarni sadržaj uspije doprijeti do čitateljeve emocionalne sfere, inicira se proces psihološkog i emocionalnog ozdravljenja.

LITERATURA

- Antulov, Z. (2019). Uloga knjižnice u biblioterapiji (s osvrtom na sveučilišne knjižnice). *Vjesnik bibliotekara Hrvatske*, 62(1).
- Bašić, I. (2021). *Biblioterapija i poetska terapija*. Zagreb: Školska knjiga.
- Banov, E., Rogina, T., & Sokač, M. (2021). Interes za biblioterapiju kod studenata nastavničkoga smjera diplomskih studija na Odsjeku za kroatistiku u Rijeci. *Kroatologija*, 12(2–3).
- Coombes, L., Bristowe, K., Ellis-Smith, C., et al. (2021). Enhancing validity, reliability and participation in self-reported health outcome measurement for children and young people: a systematic review of recall period, response scale format, and administration modality. *Quality of Life Research*, 30(7).
- Crnjac, I., & Barač, M. (2024). Iz Erasmus+ mobilnosti u knjižnicu: unaprjeđenje rada s učenicima kroz nova iskustva i kompetencije u Poliklinici SUVAG Zagreb. *Knjižničarstvo: Glasnik Društva knjižničara Slavonije, Baranje i Srijema*, 28(2).
- Cvjetković, M. (2024). Literarna biblioterapija – primjeri dobre prakse. *Knjižničar/Knjižničarka: e-časopis Knjižničarskog društva Rijeka*, 15(15).
- Cvjetković, M. (2024). Radionica literarne biblioterapije „I moja mama je bila djevojčica”: Mjesec hrvatske knjige „Pričaj mi”. *Knjižničar/Knjižničarka: e-časopis Knjižničarskog društva Rijeka*, 15(15).
- Debeljak, M. (2021). Vrijeme za bajku u prvom razredu. *Knjižničar/Knjižničarka: ečasopis Knjižničarskog društva Rijeka*, 12(12).
- Filkins, S. (2021). Close Reading of Literary Texts. ReadWriteThink. Preuzeto 5. svibnja 2025., s <https://www.readwritethink.org/professional-development/strategy-guides/close-reading-literary-texts>
- Freud, S. (1976). *Uvod u psihoanalizu*. Beograd: Matica srpska.
- Jarebić, I. (2022). Utjecaj kreativnog pisanja na prevenciju emocionalnih teškoća kod mladih. *Bjelovarski učitelj: časopis za odgoj i obrazovanje*, 27(1–3).
- Klak Mršić, I., Krpan, K., & Pisačić, J. (2021). Uloga biblioterapije u narodnoj knjižnici. *Kroatologija*, 12(2–3).
- Koić, E. (2008). Bajkama i pričama do stvarnosti (Fairytale to reality – Storytelling workshop). *Hrvatski časopis za javno zdravstvo*, 4(16).
- Krpan, K., Klak Mršić, I., & Cej, V. (2018). Primjena razvojne biblioterapije u radu s djecom i mladima u narodnoj knjižnici. *Vjesnik bibliotekara Hrvatske*, 61(1).
- Krtinić, I. (2025). Vježbanje života – kronisterija transgeneracijske traume. *Dani Hvarskoga kazališta*, 51(1).
- Kučan Buterin, A. (2022). Biblioterapijske radionice u knjižnicama Primorsko-goranske županije. *Knjižničar/Knjižničarka: e-časopis Knjižničarskog društva Rijeka*, 13(13).
- Lekić, N., Piskač, D., & Košćec Bjelajac, A. (2021). Biblioterapijske kompetencije u nastavi književnosti. *Kroatologija*, 12(2–3).
- Lecher-Švarc, V., & Radovančević, L. (2015). Psihodinamski aspekti biblioterapije i prevencija suicida. *Socijalna psihijatrija*, 43(1).
- Mikuletić, N. (2010). Biblioterapija u školskoj knjižnici ili razgovor o knjizi. *Vjesnik bibliotekara Hrvatske*, 53(2).
- Piskač, D. (2016). Biblioterapija i psihoanalitička kritika u kontekstu teorije sustava. *Kroatologija*, 7(2).
- Piskač, D. (2023). Terapijsko čitanje Matoševe pripovijetke Camao. *Croatica et Slavica Iadertina*, 19(2).
- Pongračić, Z. (2001). *Gumi-gumi ili Djevojčica koja je preskočila nebesa*. Zagreb: Znanje.
- Rosandić, D. (2013). *Metodika nastave književnosti; Hrvatski pravopis*. Zagreb: Institut za hrvatski jezik i jezikoslovlje.
- Šraml, N. (2022). Knjiga kao sredstvo za razgovor o različitim problemima učenika. *Varaždinski učitelj: Digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 5(8).
- Šupe, T., & Sobotinčić Štropin, K. (2025). Biblioterapija u školskoj knjižnici. *Knjižničar/Knjižničarka: e-časopis Knjižničarskog društva Rijeka*, 16(16).

- Skočić Mihić, S., & Klarić, M. (2014). Biblioterapija u inkluzivnoj praksi. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 20(75).
- Skočić Mihić, S., & Pejić, I. (2014). Evaluacija utjecaja primjene ekspresivnog pripovijedanja terapijske priče na socijalnu pažnju učenika s poremećajima iz spektra autizma. *Magistra ladertina*, 14(1).
- Solar, M. (2005). *Teorija književnosti*. Zagreb: Školska knjiga.
- Vidović, E., & Štefančić, N. (2024). Utjecaj problemske slikovnice na svekoliki razvoj i dobrobit djeteta. *Odgojitelj i učitelj*, 1(1).
- Vidučić, M., & Rusac, S. (2018). Uloga kreativnih metoda u radu s oboljelima od Alzheimerove demencije. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 54(2).
- Vodarić, P. (2018). Biblioterapija u nastavi književnosti: analiza romana *Gumi-gumi* Zorana Pongrašića. *Časopis udruga studenata kroatistike Idiom ŠtoRIje*, 5(5).

BIBLIOTHERAPEUTIC ANALYSIS OF DOBRIŠA CESARIĆ'S POEM SAKRIVENI BOL IN WORK WITH PRIMARY SCHOOL CHILDREN – CASE STUDY

Author: IRENA LUKIN

Email: irenamjc@outlook.com

Mentor: TA Krešimir Tabak

Third Primary School

Faculty of Philosophy, University of Mostar

Introduction: Poetry represents a powerful literary instrument capable of penetrating the inner world of children and leaving a lasting mark. It also enables children to recognize and express emotions that are otherwise difficult to verbalize. Although not originally written for children, the poem *Sakriveni bol* by Dobriša Cesarić offers an intense emotional charge that can be effectively used in bibliotherapeutic work.

Aim: The aim of this paper is to examine the bibliotherapeutic potential of the poem *Sakriveni bol* in working with primary school pupils, through both literary analysis and emotional reception of the poem among students.

Materials and Methods: The case study method was used, which includes a quantitative component (a questionnaire on students' emotional reactions rated on a 1–3 scale) and a qualitative component (a semi-structured group discussion with bibliotherapy questions). This approach allowed for the identification of initial emotional reactions, as well as a deeper understanding of their meaning through reflection and discussion.

Results: The results show that most students recognized emotions of sadness or unease in the poem, while as many as 83.33% of sixth-grade students reported being left with lingering questions and a sense of unfamiliar inner disturbance after reading.

Conclusion: The poem *Sakriveni bol* has been useful as a valuable bibliotherapeutic text capable of stimulating emotional responses among primary school pupils. Through engagement with the poem, the students demonstrated an ability to recognize and differentiate emotions, which is an important step in their emotional development.

Keywords: bibliotherapy; children's poetry; emotional literacy; pain; primary school age