



## ÖZEL GAZİANTEP KOLEJ VAKFI ORTAOKULU

### BENLİK KAVRAMI



Benlik; bireyin sahip olduğu bütün özelliklere ilişkin kendini değerlendirmesi olarak tanımlanabilir. Çocukların özgüvenli ve yeterli bir birey olmalarında anne-baba davranışlarının büyük payı vardır.

Çocuğun özgüvenli bir benlik geliştirebilmesi için özellikle ailede sağlıklı, huzurlu, birbirine saygı-sevgi duyulan ve tutarlı bir ortamın oluşturulması gerekir.

Ebeveynler çocuklarına olan sevgilerini söz ve davranışlar ile ortaya koymalı, kendileri için çocuklarının büyük bir mutluluk kaynağı ve onlar için önemli olduklarını çocuklarına hissettirmelidirler.

Aile içi iletişim, çocuğun dünyanın güvenli ya da güvensiz bir yer olduğu konusundaki algısında önemli rol oynamaktadır. Aile içinde çocuğun anne-baba arasındaki ilişkiyi tehdit eden herhangi bir şey hissetmesi, çocuğun kendi ihtiyaçlarının karşılanması konusunda onu kuşkuya düşürür ve güvenini sarsar.

Her çocuğun kendince gösterdiği gelişme başarı olarak kabul edilmelidir ve başka hedefler gösterilerek çocuğun kapasitesini aşan beklentiler oluşturulmamalıdır. Çocuklara kendilerini ve yeteneklerini deneyecekleri sosyal ortam konusunda destek verilmelidir. Bu ortamlarda başarılı veya başarısız olduklarına dair dürüst davranılmalıdır. Bu şekilde çocuklar kendilerini tanıyarak hedeflerini daha gerçekçi belirlerler ve geleceğe yönelik daha emin adımlarla ilerlerler.



Ebeveynler çocuktaki iç denetim mekanizmasının gelişimine destek vermelidir. Aşırı baskı ya da otoriter tavırlar ilerleyen zamanlarda çocuğun kendi



kararlarını tek başına alamamasına ve buna bağlı olarak kendini değersiz hissetmesine neden olabilmektedir. Benlik algısı olumlu yönde gelişen çocuklarda:

\*huzur ve güven duymak

\*kendi olmak

\*sorumluluk duygusu

\*fikrine önem verilmek

\*kendini değerli görmek

\*bir gruba ait olmak

\*güvenilmek

\*başarılı hissetmek

kabul edilmek

Gibi duygular ağır basmaktadır.

Olumlu benlik algısı geliştiren birey kendi değerlerini oluşturur. Kendi değerlerini oluşturmayı başaran birey ise her türlü ortamda isteklerini, olumlu-olumsuz düşüncelerini açıkça ortaya koyabilir.

**ÇOCUKLARIMIZIN BAĞIMSIZ BİR KİŞİLİK OLUŞTURABİLMELERİ İÇİN ONLARIN KENDİLERİNİ KEŞFETMELERİNE İZİN VERİN :)**



**Psikolojik Danışmanlık  
ve Rehberlik Birimi**