



ÇOCUKLARDA ÖZGÜVEN GELİŞİMİ

Özgüven; kişinin kendisine yönelik iyi duygular geliştirmesidir. Bir diğer ifadeyle kendisi olmaktan memnun olması ve bunun sonucunda kendisi ve çevresiyle barışık olmasıdır.



Çocuğun özgüveni; anne babanın birbirleriyle olan ilişkilerinden, ailenin sevgi gösterme biçiminden, anne babanın özgüven düzeyinden, sosyal çevresindeki önemli yetişkinlerle arasındaki ilişkiden beslenerek gelişir.

ÖZGÜVENİ GELİŞTİRMEDE AİLELERE TAVSİYELER

- ☺ Ona sık sık söz hakkı verin.
- ☺ Çocuğunuzun duygu ve düşüncelerini; "Nasıl hissediyorsun? Ne düşünüyorsun?" gibi sorularla anlamaya çalışın.
- ☺ Çocuğunuzla konuşurken gözlerinin içine bakarak, onu ciddiye aldığınızı hissettirin.
- ☺ Yaşına uygun görevler verin.
- ☺ Korku ve endişelerine saygı duyun.
- ☺ Aşırı eleştirici ve yargılayıcı olmaktan kaçının.
- ☺ Sosyal ortamlarda bulunmaya cesaretlendirin.
- ☺ Çocuğunuza onu sık sık sevdiğinizi söyleyin.
- ☺ Yapması gerekenleri çocuğunuz yerine siz yapmayın.
- ☺ Sadece çocuğunuz için ayırdığınız zamanlar olsun.



ÖZGÜVEN GELİŞİMİNDE ANNE BABA TUTUMLARI

Ailede özgüven gelişiminin önemini daha iyi anlayabilmek için çeşitli anne baba tutumlarını açıklamak doğru olacaktır.



1. Baskıcı-Otoriter Tutum: Bu tutuma sahip aileler çocuklarının fikirlerini almaktan çok kendi kararlarını uygularlar. Çocuklarının bütün kurallara eksiksiz itaat etmesini beklerler. Çocuklarının sorunlarını çocuk açısından değil kendi açılarından değerlendirirler. Çocuğun ihtiyaçlarını dikkate almaz, ilgilerini ve beğenilerini önemsemezler. Bu tutum içinde olan anne-babalar çocuklarının kusursuz olmasını ve okul hayatında üstün bir başarı sağlamasını beklerler. Bu tutuma sahip ailelerin çocukları belirli bir başarıya sahip olsa bile anne ve babalarının beklentisi çok yüksek olduğundan kendilerini yeterli görmemeye başlarlar. Bundan dolayı da kendilerine olan özgüvenleri azalmaya başlar. Ayrıca bu tutuma sahip anne- babalar katı bir eğitim uyguladığı için çocuk her kurala uymak zorundadır. Bu da çocuğun silik, küskün, çekingen, başkalarının etkisinde kolay kalabilen, hassas olmasına sebep olabilir.

2. Gevşek Tutum (Çocuk Merkezli Tutum): Bu tutuma sahip aileler ya ihmalkar bir tutum içerisinde olurlar, ya da aşırı hoşgörülü davranırlar. İhmalkar olan ailelerin kendi sosyal yaşantıları çocuklarınıninkinden daha önemlidir. Çocukları soru sorduğunda dinlemez, duygularını paylaşmasına fırsat vermezler. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocukları anne-babalarının kendileriyle ilgilenmesini beklediği için sosyal yönü zayıf, otokontrolü olmayan, bağımsızlığını elde edemeyen bireyler olarak yetişir. Aşırı hoşgörülü bir tutuma sahip olan aileler ise çocuklarının bütün isteklerini yerine getirir, onlara fazlasıyla özgürlük hakkı tanır. Bu yaklaşıma sahip aileler aslında çocuklarıyla ilgileniyor gibi görünseler de kontrolü sağlayamamışlardır. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocukları kendilerine sınır koyulmadığı için kendi davranışlarını kontrol edemez. Sosyal ilişkilerinde hep kendisinin dediği olsun ister,

başkalarının fikirlerini önemsemez. İhmalkar ve aşırı hoşgörölü tutuma sahip ailelerin çocuklarında özgüven duygusu gelişmez, kendini diğerlerinden ya daha aşağıda ya da daha üst seviyede görür.

3. Dengesiz-Kararsız Tutum: Bu tutuma sahip olan ailelerde anne-baba, ya görüş ayrılığı yaşıyordur ya da davranış biçimlerini sürekli değiştiriyordur. Bu aileler disiplini sağlamak isterler, ancak nerede ve nasıl sağlayacaklarını bilmezler. Yanlış yapılan bir davranışı cezalandırıp diğer bir gün görmezden gelebilirler. Ayrıca çocuklarının isteklerini yaptırmak konusunda önce yumuşak bir ses tonu kullanıp daha sonra çocuklarını azarlayıp, sonrasında özür dileyebilirler. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocukları kendilerine güvenmezler, kararsız, çekingen olabilecekleri gibi asi ve başkaldıran tavırlar sergileyebilirler. Kendi benliklerinin farkına varamaz, özgüveni düşük bireyler olarak yetişirler.



4. Aşırı Koruyucu Tutum: Bu tutuma sahip olan aileler çocuklarına gereğinden fazla kontrollü ve korumacı davranırlar. Çocuklarının her ihtiyaçlarını kendileri karşırlar, çocuğunun sorumluluklarını kendileri yaparlar, çocukları büyümelerine rağmen kendileri giydirir, yemek yedirirler. Olabilecek bir tehlike karşısında aşırı derecede endişelenirler. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocukları kendileri tek başına bir işi yapmakta zorlanırlar, hep başkalarından yardım beklerler. Kendini korumayı öğrenemedikleri için savunmasız, utangaç, çekingen bir kişilik geliştirirler. Bu durumun aksine bazen de aşırı otoriter, etrafındaki insanları kullanan, sorumsuz bir kişilik geliştirebilirler. Okul başarıları düşük olabildiği gibi, yeni arkadaş edinmekte zorlanırlar. Sorumluluk duygusu gelişmemiş, özerklik kazanamayan bu çocukların yüksek bir özgüvene sahip olmaları beklenemez.

5. İlgisiz-Kayıtsız Tutum: Bu tutuma sahip olan aileler çocuklarının söylediklerini dikkate almazlar, kural koymazlar, hatalarını sürekli yüzlerine vurarak onları eleştirirler. Kısacası çocuklarıyla ilgilenmezler. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocukları başkalarının gözünde hep başarısız olduğunu düşünür. Sevgi ve ilgi görmediği için insanları sevmekte zorlanır. Kendilerini sürekli koruma ihtiyacı

hissederler. Sevgisini açık bir şekilde ifade edemediğinden, başkalarından onay beklediğinden sağlıklı bir özgüven gelişimine sahip olmadıkları söylenebilir.



6. Demokratik Tutum (Güven verici,

hoşgörülü tutum): Bu tutuma sahip olan aileler çocuklarını destekler. Aynı zamanda çocuklarına kurallar da koyarlar. Çocuklarını aktif bir şekilde dinler, çocuk kendi istek ve görüşlerini açık ve

anlaşılır bir biçimde dile getirir. Hoşgörülü, güven verici ve destekleyici oldukları gibi çocuklarına söz ve tercih hakkı verirler. Çocuklarına koşulsuz sevgi verirler, empatik bir anlayış içerisindedirler. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocuklarının sorumluluk duygusu gelişmiştir. Kendi kendine karar verebilir, kendini kontrol edebilir. Otokontrolü olan, duygularını ifade eden, kararlı, girişimci olan bu çocuklar sağlıklı bir özgüven anlayışına sahip çocuklardır.



ÖZGÜVENİNİ PEKİŞTİREN SÖZLER

- ☺ Seninle gurur duyuyorum.
- ☺ Gerçekten çok çalıştın. (özel olarak hangi konuda çalıştığını ve başarılı olduğunu belirtin.)
- ☺ Herkes hata yapabilir.
- ☺ Yardımlarından dolayı teşekkür ederim.
- ☺ Senin bunu yapabileceğine inanıyorum.
- ☺ Çok iyi bir çalışma.
- ☺ Ne kadar düşüncelisin.
- ☺ Sana güveniyorum.
- ☺ Seninle vakit geçirmek hoşuma gidiyor.
- ☺ Dürüst davrandığın için teşekkür ederim.