



ÖZGÜVEN NEDİR?

Özgüven, çocuğun kendisinden memnun olması, kendisi ve çevresiyle barışık yaşamasıdır. Bir başka deyişle, çocuğun kendisine yönelik iyi duygular geliştirmesi sonucu kendisini iyi hissetmesi, genel anlamda kendi değerinin farkına varmasıdır.



ÖZGÜVEN NASIL GELİŞİR?

Özgüven bir anda şekillenen bir şey değildir. Gelişimsel olarak bakıldığında bir bebeğin 0-12 ay sonuna kadar olan dönem içinde güven ya da güvensizlik diye adlandırılan bir evreden geçtiği bilinir. Bu dönemdeki en önemli şey çocuklarla kurulan duygusal bağdır. Onunla yeterince ilgilenmek, temel bakım ihtiyaçlarını zamanında giderilmesi, tutarlı davranmak ve bakım veren kişinin sürekliliği çocukta güven ya da güvensizlik duygularının oluşumuna etki eder. Çevresindeki yetişkinlerden sevgi gören, ihtiyaç duyduğunda beklediği ilgi ve yakınlığı bulan, düşüncelerine değer verilen ve önemsenen, güven duyulan ve sorumluluk verilen iyi yaptığı şeyler için övülen, gurur duyulan hataya yer verilen ve olduğu gibi kabul edilen çocuğun özgüveni gelişir.

Daha sonraki 6-11 yaş evresi çocuğun okula başladığı, anneden ayrılarak yalnız kalmayı becermesinin gerektiği bir dönemdir. Bu evrede çocuğun bilişsel becerileri yaşamında yeni ve önemli bir yetişkin figürü olan öğretmeni tarafından değerlendirilir. Bu dönemde çocuk sosyal başarı ve başarısızlıklarla karşılaşabilir. Akranları tarafından kabul edilmek, bir gruba ait olmak, akademik alanda iyi performans göstermek ve yeteneklerini geliştirebileceği fırsatlarla karşılaşması önemlidir. Belli bir yaşa kadar hep evde oturan her şeyi annesiyle yapmış olan çocuğun dış dünyayı bir tehdit olarak algılaması çok normaldir. Anne genellikle endişeli ve kaygılı bir annedir. Bu duygu durumunun çocuğa yansması olasıdır.





ÇOCUKTA ÖZGÜVENİ GELİŞTİRMEK İÇİN ANNE BABAYA DÜŞEN GÖREVLER NELERDİR?

- Öncelikle çocuğa sınırların belli olduğu ve sevginin açıkça ifade edildiği olumlu bir yaşam alanı sağlanmalıdır.
- Anne babanın çocuğundan beklentileri onun yetenekleri ve yapabilirliği ile oranlandığında gerçekçi olmalıdır.
- Okulla ilgili yetersizliklerinden çok başarılarının ve yapabilirliğinin üzerinde durulmalıdır. Bir dersteki başarısızlığı diğer derslerdeki çalışma ve başarısını gölgelememelidir.
- Başarıyla sonuçlanmasa bile çabaları takdir edilmelidir. Çocuğun anne babası tarafından olumlu söylemlerle yaptıklarının dile getirilmesi onu motive edecek ve mücadele gücünü geliştirecektir. ("Öğrenmek için çabalamandan dolayı gurur duyuyorum" "Düzenli çalışman beni mutlu ediyor"...vb)
- Çocuğa kendi işini yapması için fırsat tanınmalı, kendi başına yapabileceği işler bir yetişkin tarafından yapılmamalıdır.
- Çocuk haklı olduğunda haklılığı vurgulanmalı, haksız olduğunda hataları ve nasıl düzeltebileceği konuşulmalıdır.
- Kendi kararlarını verebilmesi için uygun ortam yaratılmalı ve tercihlerinin sonuçlarına katlanması sağlanmalıdır.
- Evde düzenli olarak sorumluluk alması sağlanmalı(yaşına göre)ve aldığı sorumlulukları yerine getirip getirmediği izlenmelidir.
- Duyularını ifade etmesi,yaşadıklarını paylaşması konusunda ona model olunmalıdır. Konuşmaya başladığında onu sonuna kadar dinlemek, motivasyonunu artırarak kendini ifade etmesini kolaylaştıracaktır.





ANNE BABALARIN UZAK DURMASI GEREKEN DAVRANIŞLAR



Anne babaların çoğu çocuklarına okulda başarılı olmaları için konuşarak baskı yapmadıklarını söyler. Bu doğru olabilir ancak hareketler sözlerden daha baskındır. Anne babanın yaşam biçimi çocukları sözlerden daha çok etkiler. Çocuklar anne babalarının her zaman doğru yaptıklarına inanırlar. Bu yüzden ayırım yapmaksızın onları taklit ederler. Anne babalar okul performansı konusunda baskı yapmaktan kaçınmalıdır. Zira bu durum farkında olmadan çocuğun özgüvenini zedeler ve çocuk daha fazla incinmemek için kaçma veya telafiye sığınma davranışı gösterebilir.

Aynı şekilde çocuğu için her şeyi yapan, ancak ondan hiçbir talepte bulunmayan anne baba da çocuğu bağımlı ve çaresiz kılar. Bu çocuklar sevildiklerini hissetmelerine rağmen kendilerini hiçbir şekilde yeterli hissetmeyeceklerdir.

Davranışı yönlendirirken hatayı görmezden gelmemek, açıklayıcı ve net olmak faydalı olacaktır.



Kaynakça

Yavuzer.,Prof.Dr.Haluk,Çocuk Eğitimi El Kitabı-28.Basım,Remzi Kitabevi,2012

Solter.,Aletha J.,Anne Babanın Çocuk Yetiştirme Rehberi-Kuzey Yayınları

Gordon.,Dr.Thomas,Çocukta İç Disiplin mi?Dış Disiplin mi?-Sistem Yayıncılık