

# ÇOCUKLARDA ÖZGÜVEN GELİŞİMİ

EYÜPSULTAN RAM

KASIM 2021

Özgüven;

basitçe, kişinin kendi yapabileceklerine duyduğu güven ve kendini sevme kapasitesidir.

Özgüven nedir ne değildir?

Özgüven dışadönük olmak değildir. Bazı çocuklar dışadönük oldukları halde özgüvensiz olabilirler. Güven ihtiyaçlarını fazla atılgan davranarak telafi ediyor olabilirler. Dışadönük olmayan çocuklar da eğer bunu kendileri tercih ediyorsa özgüvenli olabilirler. Benzer şekilde, kalabalık arkadaş gruplarına dahil olmayan, kendine yakın bulduğu birkaç arkadaşıyla vakit geçirmeyi tercih eden çocuklar da özgüvensiz değildir.



Özgüveni yüksek olan bir çocuk;

- kendisini sevebilen, kendisine saygı duyabilen, yaptıklarının arkasında durabilen
- kendi yeteneklerinin farkında
- kendi kararlarını verebilen
- stresle başa çıkma becerileri gelişmiş
- uyum gücü yüksek
- zorluklardan kaçmak yerine onlarla mücadele edebilen bir çocuktur

# ÇOCUKLARDA ÖZGÜVEN GELİŞİMİ

EYÜPSULTAN RAM

KASIM 2021

Özgüveni eksik olan çocuklar kendilerini iki şekilde belli eder

1

- sosyal ortamlara girmekte zorlanır
- yapılan eleştirilere karşı hassas davranır
- yeni durumlar karşısında uyum sağlayamaz
- yanlış yapmaktan ve başarısızlıktan korkar
- kendisini değersiz görür ve reddedilme korkusu yaşar
- utangaç ve içine kapanık olur

2

- öfkeli ve kızgın olabilir
- sorumluluklarının bilincinde olmaz
- yalan söyler
- saldırgan ve zorba olabilir
- hataları için başkalarını suçlar
- iş birliğine yanaşmaz



Çocuklarda Özgüven Gelişimi

Özgüven hayat boyu gelişmekte olan bir duygudur. Hayatın ilk yıllarında aile içi etkileşimle gelişmeye başlar daha sonra çocukların okula başlamasıyla öğretmen ve arkadaşlarından da etkilenmeye başlar. Bu nedenle ebeveynlerin ve öğretmenlerin çocuklara karşı tutumları çocukların özgüvenlerinin gelişiminde önemli rol oynar.

# ÇOCUKLARDA ÖZGÜVEN GELİŞİMİ

EYÜPSULTAN RAM

KASIM 2021

Hangi davranışlar çocuklarda özgüven gelişimine yardımcı olur?

- Çocuklar oldukları gibi kabul edilmeli ve sevimlidir sadece başarılarında değil hata yaptıkları zamanda sevildiği hissettirilmelidir.
- Çocuklar kendilerini ifade etmeleri için cesaretlendirilmeli ve desteklenmelidir.
- Özgüvenli olma konusunda çocuğa model olunmalıdır.
- Diğerleriyle kıyaslanmamalıdır.
- Gelişimleri için yapıcı eleştiriler yapılmalı, olumlu yanları desteklenmelidir.
- Çocuklardan her zaman en iyisini yapması beklenmemelidir.
- Çocuklara ihtiyaçları olan destek sağlanmalıdır.
- Çocuklara bazı sorumluluklar vererek onlara güvenildiği gösterilmelidir.
- Evde ve okulda herkesin birbirine güvendiği bir ortam oluşturulmalıdır.
- Çocuklara aşırı korumacı bir tutumla yaklaşım onun yapabileceği şeyler çocuğun yerine yapılmamalıdır.
- Aşırı baskıcı ve otoriter bir tutum sergilenmemelidir, baskı altında kalıp korkan bir çocuk özgüveni düşük ve hassas yapıda olabilir.
- Çocukların yetişmesinde demokratik bir tutum sergilenmelidir.
- Çocukların uygun durumlarda seçim yapmalarına izin verilmelidir.