

ÇOCUKLARDA SORUMLULUK VE ÖZGÜVEN: AİLELERE ÖNERİLER



Çocuklarda sorumluluk ve özgüven birlikte gelişen davranışlardır. Aileler olarak bizler çocuklarımıza sorumluluk kazandırmada ve özgüveni olan çocuklar yetiştirmekte zorlanmaktayız. Özellikle son yıllarda modern çağın getirdiği yeni aile tipleri ve teknolojik gelişmeler çocuklarda sorumluluk ve özgüven düzeylerini düşürmektedir.

Özgüven; çocukların yeni şeyleri deneme konusunda kendine güvenmelerini, engeller karşısında çaba göstermeye devam etmelerini, başkaları ile sağlıklı etkileşimlerde bulunmalarını, beklenmedik güçlüklerle baş edebilmelerini ve kendi davranışlarını etkin bir şekilde idare edebilmelerini sağlar. Güçlü bir özgüven duygusu, çocuğa sürekli değişen dünya ile baş etmek ve buna uyum sağlamak için gerekli esnekliği ve kaynakları sağlar.

Çocukta Özgüven Eksikliğinin Temel Sinyalleri:

- Kendi başına hiç bir karar alamaz, her şeyi ebeveynlerine sorar ve onay ihtiyacı hisseder. -Hata yapmaktan çok korkar.
- İçer kapalıdır, sessizdir, yaşlıları ile iletişim kurmakta zorlanır.
- Hakkını koruyamaz, kendisini savunamaz.
- Davranışları tutuktur.
- Uyaranlara karşı orantısız ve abartılı tepkiler verebilir.

Özgüven, baskıcı ortamda, uyguladıkları kuralların nedenlerini çocuklarına açıklama gereği duymayan ailelerde, yeterince gelişmez. Özgür ve demokratik aile ortamlarında, olayların nedenlerini açıklayan, çocuğun ihtiyaçlarını göz önünde bulunduran anne ve baba yaklaşımıyla gelişebilir.

Sorumluluk ise başkalarının haklarına saygı göstermek ve kendi davranışlarının sonuçlarını kabul etmektir. Çocuğa sorumluluk vermek, kişilik gelişimine pozitif yönde etkileyen ve hızlandıran bir unsurdur. Uygun dozda (yaşına, cinsiyetine, fizik gücüne uygun) yüklenen sorumluluk; çocuğun kendine güvenini artırır, paylaşma ve başarıya duygularını tatmin eder, inisiyatif koyma, çevresini ve kendini organize ve kontrol etme becerilerini geliştirir. Sorumlu çocuklar; kendi kaynaklarını kullanan, kendine güvenen, kendi kararlarını kendisi veren, bağımsız hareket eden, davranışlarının haklarını çiğnemenen, kendini ihtiyaçlarını karşılayabilen çocuklardır. Sorumluluk ile kişilik bir birbirini tamamlayan iki özelliştir, kişilik sahibi olunmadan sorumluluk kazanılmaz. Çocukta kişilik gelişimi doğumdan itibaren başlar ve 6 yaşlarında büyük çapta tamamlanmış olur. Sorumluluk duygusu kişilik gelişimiyle doğrudan orantılıdır. Duygularını, tepkilerini rahatça ifade etmesine, gerektiğinde "Hayır" demesine izin verilmeyen çocuklarda bağımsız bir kişilik gelişmediği için sorumluluk duygusu da kazanamazlar. Aşırı korumacı ve müdahaleci anne babalar çocuklarında köle bir kişilik geliştirdiklerini farkında değillerdir.

AİLELERE ÖNERİLER

ÇOCUKLARIN ÖZGÜVENLERİNİ GELİŞTİRMEK İÇİN YAPILMASI GEREKENLER



- Çocuklarla konuşurken; kendilerine güvendiğimizi, onların seçiminin bizim için değerli olduğunu vurgulamamız gerekir. * Senin de fikrini almak istedik.
- * Buna sen karar ver.
- * Bu senin seçimine bağlı...
- * Sence nasıl olur?
- Var olmalarının sizin için ne kadar önemli olduğunu onlara gösterin. * İyi ki varsın..
- * Seni çok seviyorum.
- * Benim için değerlisin.
- Kendilerine olan özgüvenlerinde sarsıntı gördüğünüz an harekete geçin.
- * Ben senin bunu yapabileceğine inanıyorum.
- * Sen istediğin her şeyi başarısın. gibi...
- Çocuğunuza kendisine has yeteneklerini ortaya çıkartmasında yardımcı olun.
- Çeşitli aktivitelere katılmasına, değişik ortamlara girmesine yeni arkadaşlıklar kurmasına fırsat yaratın.
- Yaptıkları ve ilgilendikleri şeylerin sizin için ne kadar önemli ve değerli olduğunu gösterin.
- Ne kadar yaratıcı bir gücün var, şu yaptığın harika şeye bak.....
- Mükemmel bir ödev hazırlamışsın...
- Tabloda kullandığın renkler ne kadar uyumlu....
- Çocuğunuza güvenmeyi öğrenin ve bunu sergileyin ki o da kendisine güvensin.
- Ben senin bunu yapabileceğine inanıyorum.
- Sana güvenim sonsuz.
- İstediginde yapamayacağın hiçbir şey yok...
- Birlikte vakit geçirin.
- Beklentileriniz çocuğunuzun seviyesine uygun olsun, onu aşacak beklentilerden kaçının.
- Kendi ideal ve standartlarınızı çocuğunuza dayatmayın. O sizin yapamadıklarınızı başarmakla görevli değildir. Sizin beklentileriniz onun beklentileri OLMAYABİLİR. -Yapması gereken şeyleri onu yerine siz yapmayın.
- Sadece çok özel yetenek ya da başarılarına değil, her şeyine değer verdiğinizi ve takdir ettiğinizi belirtin.
- Çocuğunuzla ilgili problemleri onu suçlamadan ya da onun karakterini eleştirmeden tartışın.
- Davranışı zorlama ile değiştirebilirsiniz ama kişiliğini değiştiremezsiniz. Yani yapılan iş ile kişiyi ayırın.
- Onların özgüvenlerini yükseltmek için olumlu ve sevgi dolu bir dil kullanın:

- Seninle gurur duyuyorum.
- Seni görünce çok mutlu oldum
- Seni çok özledim.
- Seninle oyun oynamaya bayılıyorum.

Çocuğa kendine yetmeyi ve kendi kendini yönetmeyi öğretin. Öyle bir özgür ortam hazırlayın ki, ayakları üzerinde durmayı, kendi kanatlarıyla uçmayı öğrenebilsin. Çocuğa yaşına ve gelişim düzeyine uygun görev ve sorumluluklar verin.

