

BÖLÜM 29

Küçük Çocuklarda Özgüven Nasıl Geliştirilir?



Ferhat YAYLACI¹

“Ebeveynler çocuklarına bir hediye vermek isterlerse, yapabilecekleri en iyi şey onlara zorlukları sevmeyi, hatalarla ilgilenmeyi, çabanın tadını çıkarmayı ve öğrenmeye devam etmeyi göstermektir... Çocuklar, özgüvenlerini inşa etmek ve onarmak için ömür boyu sürecek bir yola sahip olacaklar. “

GİRİŞ

Güven, vücudumuza, davranışımıza ve dünyada karşılaştığımız zorluklara hakim olma yeteneğimize olan inançtır. Erik Erikson’un psikososyal gelişim kuramına göre güven duygusunun temellerinin yaşamın daha ilk yıllarında atıldığı görülmektedir. Erikson, insanın ruhsal gelişimini sekiz evreye ayırmış ve ilk evreye temel güven duygusunun kazanımını koymuştur. Yaşamın ilk yıllarında bebek tümünden alıcı bir yapıdadır. Yani, dışarıdan verilecek besinler, uyarılar ve uygun bakım olmasa yaşamını sürdüremez. Bu “alıcı” yapıya karşı annenin “verici” oluşu karşılıklı bir düzen ve denge sağlamaktadır. Bebek ve anne arasındaki ilişkide bir süreklilik vardır, bu sık sık değişmemektedir. Bakım biçimi, toplumun gereklerine, olanaklarına göre bir tutarlılık içindedir. Bebek ve anne arasında alma-verme ilişkisi üzerinde ortaya çıkan bu süreklilik, tutarlılık ve aynılık çocukta temel güven duygusunun kazanımını sağlar. Süreklilik, tutarlılık ve aynılık yaşamın ilk yıllarında güven duygusunun kazanımını sağlayan temel

¹ Uzm. Dr., Bursa Dörtçelik Çocuk Hastanesi, Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Kliniği, drferhatyaylaci@hotmail.com, ORCID iD: 0000-0002-1360-7771

rafı duvara asmak için gerçekten çok uğraştım. Yapması zordu. Düştüğünde kızmıştım. Dinlendim ve tekrar dedim. Şimdi işi bitirdiğim ve pes etmediğim için kendimle gurur duyuyorum” gibi).

Kızgınken çocuğunuza “O topu bana atman hoşuma gitmiyor. Kızgın olduğun biliyorum, bu sorun değil ama topu atman canımı yakıyor. Bana neden kızgın olduğun söyleyebilirsin. Eğer vücudunla bir şeyler yapman gerekiyorsa, bu yastığa vurmaya deneyebilirsin” dediniz. Böyle bir durumda çocuğunuzun davranışına hitap edip alternatifler sunarken, aynı zamanda öfkenizle başa çıkma şekliniz çocuğunuza güçlü duygularla nasıl başa çıkması gerektiği konusunda sağlıklı bir model oluşturur.

Sonuç olarak, çocuklarda ruhsal gelişim bağımlıktan bağımsızlığa, bencil davranıştan işbirliğine doğru giden bir yoldur. Çocuğun bu süreçte “İnsanlar benden hoşlanıyor mu?, Ebeveynlerim beni seviyor mu?, Aile üyeleri beni önemsiyor mu?, Öğretmenler düşüncelerime saygı gösteriyor mu?, Başkaları için önemli olan hangi yeteneklerim ve özelliklerim var?” gibi soruları olumlu bir şekilde yanıtladığında, çocuk güven, güvenlik ve kendine değer verme duygusu geliştirir. Bu da güveni ve değerli olma hissini teşvik eder.

KAYNAKLAR

1. Benabou, R. ve Tirole, J. (2002). Self-Confidence and Personal Motivation. *The Quarterly Journal of Economics*, 117(3), 871-915.
2. Cramer, P. (2018). Change in Children's Self Confidence and the Use of Defense Mechanisms. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 206,593-597
3. Eldeleklioğlu, J. (2004). Çocuklarda Özgüven Gelişimi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi 97 Dergisi*, 2 (24), 111-121.
4. Humphreys, T. (2002). Çocuk Eğitiminin Anahtarı: Özgüven. (T. Anapa, Çev.) İstanbul: Ep-silon Yayıncılık.
5. Karabekiroğlu, K. (2013). Bebeğime Nasıl Davranmalıyım? İstanbul: Say Yayınları.
6. Kasatura, İ. (1998). Kişilik ve Özgüven. İstanbul: Evrim Yayınevi.
7. Kaya, N. ve Taştan, N. (2020). Özgüven üzerine bir derleme. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 297-312.
8. Kleitman, S., Mak, K., Young, S., Lau, P., Livesey, D. (2011). Something about metacognition: Self-confidencefactor(s) in school-aged children. In Boag S, Tiliopoulos N (Eds), *Personality and individual differences: Theory, assessment, and application* (ss 103-115). Hauppauge NY: Nova Science Publishers.
9. Lingren, H.G. (1991). Self-Esteem in Children. 15 Nisan 2021 tarihinde file:///C:/Users/User/Desktop/AKADEM%C4%B0K/0-6%20ya%C5%9F%20kitap/CF-12.pdf adresinden ulaşıldı.
10. Long, N. (2004). e-Parenting. *Handbook of parenting: theory and research for practice içinde*, Hoghugh M, Long N (ed) London: Sage Publications, 369- 379.
11. Özbey, Ç. (2004). Çocuk sorunlarına yapıcı çözümler. İstanbul: İnkılap Kitapevi.
12. Öztürk, M.O. ve Uluşahin, A. (2008). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları (Cilt 1-2). İstanbul: Nobel Tıp Kitapevleri.

13. Saad, N. (2016). Raising Confident Kids. 15 Nisan 2021 tarihinde file:///C:/Users/User/Desktop/AKADEM%C4%B0K/0-6%20ya%C5%9F%20kitap/Raising-Confident-Kids_pdf_040916.pdf adresinden ulaşıldı.
14. Sanders, M.R. (2012). Development, Evaluation, and Multinational Dissemination of the Triple P Positive Parenting Program. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8 (11), 1–35.
15. Utting, D. ve Pugh, G. (2004). The social context of parenting. içinde, Houghugh M, Long N (ed) Handbook of parenting: theory and research for practice. London: Sage Publications, 19–37.
16. Uyar, F.N. (2020). 5-6 yaş grubu çocuklarda bibliyoterapinin özgüven ve kişiler arası problem çözme becerilerine etkisinin incelenmesi. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
17. Yörükoğlu, A. (1996). Çocuk ruh sağlığı. İstanbul: Özgür Yayınları.