



**OKAN EĞİTİM KURUMLARI**  
**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİRİMİ**  
**EKİM AYI BÜLTENİ**

**Çocukta ÖZ SAYGI Gelişimi**





## Çocukta ÖZ SAYGI Gelişimi

Çocuğun doğduğu andan itibaren ilk sosyal ilişkiler kurduğu birim ailesidir. Aile ilk aylardan itibaren sadece temel gereksinimlerin karşılandığı değil, çocuğun kişilik gelişiminin ve davranışlarının yönlendirildiği yer olarak düşünülebilir. Çocuk kendisini ifade etmeyi, kendi kendini yönetebilen bir birey olmayı ailesinden öğrenir. Kısacası aile, çocuğun kişilik ve benlik oluşumunda en temel role sahiptir. Model aldığı anne ve babasına göre olumlu ya da olumsuz kişilik özelliği geliştirebilecek olan çocuk sağlıklı aile ortamında sevgi ve anlayış içerisinde büyüyorsa gelişimi için gerekli olan deneyimleri elde edebilecektir. Öz saygısını kazanarak hoşgörülü olabilmeyi, sevmeyi, bencil olmaktan uzak paylaşabilmeyi öğrenebilecektir.

**Öz saygı bir gereksinim olarak düşünülmelidir. Kişinin kendisine ilişkin yapmış olduğu ve alışkanlık haline getirdiği değerlendirmesi "özsaygı" olarak tanımlanmaktadır.**

Öz saygı genel çerçevede kişinin kendisine, özüne göstermiş olduğu saygıdır. Çocukların öz saygı ve kişilik gelişimi için gerekli davranış ve sosyal becerilerini kazanabilmesi için en etkili yol onlara örnek olabilmektir.



Çocuğa öz saygı kazandırmak, onun öğrenme, sevme ve yaratıcılığını güçlendirecektir. Kendi kendisiyle gurur duymayı öğrenen çocuk hem sevgi dolu hem de yetenekli olabilecektir. Çocuk öncelikle değerli olduğuna inanmalı aynı zamanda kendisi ve çevresi ile barışık olmalıdır. Ailesinde değer gören,

örnek alabileceği iyi modellerle karşılaşan çocuğun benliği olumlu yönde gelişecektir. Bu durumda başarılı anne-baba-çocuk ilişkisinin temelini etkili iletişim ve empatik yaklaşımın oluşturmaktadır. Yapılan araştırmalarda öz saygının gelişiminde aile ortamı ve anne babanın rolünün diğer faktörlerden çok daha fazla etkili olduğu bulunmuştur.

**Anne-babalar, çocuğun öz saygısının ilk temellerini oluştururlar. Öz saygıyı geliştirmek için ailelere önerilebilecek bir takım yollar:**

1- Koşulsuz şartsız sevgi göstermelisiniz. Sevginizi fiziksel olarak da göstermelisiniz.

2- Sinirlendiğiniz durumun onun kişiliği ya da dünyasına ilişkin değil sadece o davranışına yönelik olduğunu açıklamalısınız. Konuşurken daima onlarla aynı göz hizasında olmaya özen göstermelisiniz.

3-İsteklerinizi açıkça ifade etmelisiniz. Koşullar sunarak isteklerinizi yaptırmaya çalışmamalısınız.

4-Çocuğunuzu aktif dinlemeli, duruma onun bakış açısıyla bakmaya çalışmalısınız.

5- Çocuğunuzun duygularını ciddiye almalısınız.

6-Kendisini değerli hissettirecek vakit geçirmelisiniz.

7-Bazı şeyleri kendisinin yapmasına izin vermelisiniz. Başarısızlığı karşısında eleştirmeden onu motive etmeli, başarısı karşısında ise gururunuzu ve mutluluğunuzun belli etmelisiniz.

8-Çocuğunuzun düşüncelerine ve tercihlerine saygı göstermelisiniz ve onun da bir birey olduğunu unutmamalısınız



Geleceğimizi oluşturacak olan çocukların sağlıklı kişilik yapısına sahip olabilmeleri için anne ve babaların onlarla empati kurmaları dolayısı ile sağlıklı iletişime geçmeleri çok önemli rol oynamaktadır.

Kiřiliđin temellerinin atıldığı okul öncesi dönemde aile içi ilişkilerde doyum sağlayan, etkili iletişim ortamında olan bir ocuk önünde var olan örnek modellerin de yardımı ile uyumlu bir kişilik ve benlik geliştirecektir. Bunun sonucunda da öz saygısı yüksek bir birey olarak toplumda istediği ve kendisine mutluluk veren bir yer kazanabilecektir.

Nuray ÖZBEN AVŐAR

Okan Eğitim Kurumları PDR Bl. BŐk.

**Kaynaklar:**

Navaro, L. Beni Duyuyor musun? 1987

Gordon, T. Parent Effectiveness Training. 1975

