

ÇOCUKLARDA BENLİK SAYGISINI GELİŞTİRMEK İÇİN

● Güven Ortamı Sağlanmalıdır

Çocuğun kendini değerli hissetmesi, özgürce ifade etmesi için güvenli bir ortam gereklidir.

● Aidiyet Hissi Geliştirilmelidir

Çocuk ait olduğu ortam içerisinde kabul edildiğini, sevildiğini ve değerli olduğunu hisseder. Başarısız olmaktan hata yapmaktan çekinmez.

● Başarı Değil Çaba Taktir Edilmelidir

Çabası taktir edilen çocuk sonuç kadar süreçten de keyif almayı öğrenir.



ÇOCUKLARDA BENLİK SAYGISINI GELİŞTİRMEK İÇİN

● Sorumluluk Alma ve Karar Verme Becerileri Desteklenmelidir

Üstesinden gelemediği sorumluluklarda motivasyonunu kırmadan daha küçük görevler verilmeli ve neden zorlanmış olabileceği çocuğa anlatılmalıdır.

● Benlik Gelişimi Sağlıklı Rol Modellerle Desteklenmelidir

İçe kapanık, kendini ifade edemeyen, sorumluluk bilinci gelişmemiş rol modellerle yetişen çocukların benlik değeri profesyonel kaynaklarla desteklenebilir.

ÇOCUKLARDA BENLİK SAYGISI

BEYKOZ RAM
PDR BÖLÜMÜ



BEYKOZ RAM
ARALIK, 2022

Benlik Saygısı

Benlik doğumla beraber başlar ve kişinin kendi hakkında görüşlerin tamamını içerir.

Düşük benlik saygısı belirtileri gösteren çocuklarda,



Sorumluluk almaktan kaçınma

Sınav kaygısı

Performans kaygısı

Kolayca küsme

Başarısızlıklarında başkalarını suçlama

Özgüven eksikliği

Yetersizlik duygu ve düşünceleri

Başarısızlıkta pes etme

Pasif agresif davranışlar sıkça görülür.

İdeal benlikle benlik algısı arasındaki fark açıldıkça benlik saygısı düşer

Benlik saygısı yüksek olan çocuklar



Başarılarının veya başarısızlıklarının kaynağı olarak kendilerini görür

Başarısızlıklarından veya yanlışlarından ders çıkarır

Yeniden denemek ve daha iyisini yapmak için iç motivasyon geliştirirler

Otokontrol sahibidirler

Duygu ve düşüncelerinin farkındadırlar

Yapıcı ve pozitif bir dil kullanırlar

Sosyal becerileri daha gelişmiştir

Kendilerini iyi ifade edebilirler

