

ÇOCUĞA, KENDİNE GÜVEN DUYGUSU KAZANDIRILMALIDIR¹

Prof.Dr.Mehmet Zeki AYDIN²

Hayatta başarının birçok şartı vardır. Bence, başarının temelinde bir hedef sahibi olmak ve kendine güven gelmektedir. Kendine güvenen çocuk yetiştirmenin temeli çocuğun doğum anında başlar. Başka bir yazıda bu konuyu açıklayabilirim. Bu yazıda, çocuğa güven duygusu kazandırmak için dikkat edilmesi gerekli hususlar üzerinde duracağım.

İnsanın hayatı, ancak kendisine inandıktan sonra değişmeye başlar. Kendine inanan ve güvenen bir çocuk, bizzat kendini geliştirmeye uğraşır. Çünkü inanç ve güven, çocuğu harekete geçirir. Böyle bir çocuk, soru sormaktan, denemekten, araştırmaktan çekinmez, ayağına gelen fırsatları değil, onu bekleyen fırsatları kollar. Hayatı tanımakta, onun içinde dolaşmakta cesur davranır. Artık çocuk, kendi gelişme şartları üzerinde etkili bir rol oynamaktadır.

Düşüncelerine ve kararlarına hiç değer verilmeyen, şiddet gören, şakaları alaya alınan, her mazereti yalan, her girişimi ukalâlık, her sevinci şımarıklık kabul edilen bir çocuk, artık kendisine saygı duymaz. Çocuklarınızın önemsenmesini istiyorsanız, önce siz onları önemsemelisiniz.

Unutmamanız gereken bir nokta da çocuğun kendi istediği şeylere zaman ayırmak ihtiyacında olduğudur. Çocuğun bütün gün ne yapacağına anne babası karar verir, çocuk okuldan kursa, kurstan müzik dersine, oradan ailenin düşündüğü bir spora sürüklenip durursa bu ihtiyacı karşılanamaz.

Anne babasından duygusal yakınlık ve destek gören çocuklar, yetersizlik duygularını aşar ve güçlü bir kişilik kavramı oluştururlar. Çocuklar, küçük olmaları ve hayatta tecrübesiz bulunmaları nedeniyle, yetersizlik duygusuna kapılırlar. Anne babalar çocuğun duygusunu ve bu duyguya yol açan nedenleri değerlendirmedikleri için, ortaya birtakım çözümsüzlükler çıkar. Çocuklar çevrelerine ayak uydurabilmek, olayların üstesinden gelebilmek için büyüklere oranla çok güçsüz ve yetersizdirler. Buna inanmıyorsanız, şunu deneyin. Bir süre dizleriniz üzerinde yürüyün. Büyükler dünyasının koca devleri yanında kendinizi nasıl bulduğunuzu düşünün. Bu duyguyu bütün çocuklar yaşar. İşte bu nedenle, yetersizlik duygularını aşmak için bütün çocuklar anne babalarından, duygusal destek beklerler, onların kendilerini yüreklendirmesine ihtiyaç duyarlar. Çocuğun bu yetersizlik duygusundan sıyrılması için ona yapacağımız en büyük yardım, onun duygularını çok iyi anladığımızı kendisine aktarmaktır. Büyükler, çocuğun

¹ Bu yazı, Yeni Dünya dergisi eki, **Hanımefendi**, Mart 2007, İstanbul sayı: 6, ss.4-5'de yayımlanmıştır.

² www.mehmetzekiaydin.com EMAIL:kitap@mehmetzekiaydin.com

güvensizlik duygusunu çok iyi kavradıklarını ona anlattıkları ölçüde, çocuk bu güvensizlikten kurtulacaktır.

Çocuk, yeni bir sorun karşısında kendisini yetersiz bulduğu zaman önce bu güvensizlik duygusunu anladığınızı belirtin. Sonra da ona, bu işin üstesinden geleceğine inandığınızı ve onun yanında olduğunuzu anlatarak ona yardımcı olun. Bunu yapmanın çeşitli yolları vardır. Genellikle bunu, çocuğa yalnız olmadığı inancını vererek sağlayabilirsiniz. Size ne zaman ihtiyaç duysa, başını çevirip sizi yanında görebilmelidir. Ne var ki, sizi “yanında bulmak” kavramı, sizin fizik varlığınızı orada bulundurmaktan ibaret kalmamalıdır. Çocuk kendine güvenmediği bir konuda bir işe girişirken, siz yanında durabilirsiniz, ama kendinizi gerçekten bu konuya vermemişseniz, gerçekten ilgi göstermiyorsanız, çocuk bu uzaklığı algılayacak ve yalnızlık duyacaktır. Çocuk bu yakınlığı sadece hissetmemeli aynı zamanda görmelidir.

Anne babalar, çocuklarına somut sevgi gösterilerinde bulunarak da bu psikolojik desteği sağlayabilirler. Çocuğunuza sarılmanız, onu öpmeniz, kolunuzu boynuna dolamanız, “Korkma, ben yanıdayım” fikrini, sözlerden çok daha etkili kılacaktır. Psikolojik destekleme konusunda anne babaların önemsemedikleri bir başka şey de şu iki sihirli kelimedir: “Seni seviyorum.” Kimi zaman anne baba, “Onu sevdiğimi davranışlarımla gösteriyorum, söze ne gerek var?” diye düşünebilir. O zaman kendimize şunu soralım: Eşimiz, davranışlarındaki yakınlıkla bize sevdiğini gösterse bununla yetinir miyiz acaba? Genellikle hayır. Çocuğumuz da aynı duyguları yaşar. O da bu iki kelimeyi duyma ihtiyacı içindedir. Yalnız burada dikkat etmemiz gereken önemli bir nokta var. Çocuğumuza karşı gerçekten, içten yakınlık duymadığımız anlarda, sakın ona sarılmaya ya da “Seni çok seviyorum.” demeye kalkışmamalıyız. Çocuğa iyilik olsun diye ona sevgi göstermek zorunluluğunu duyarsak, çocuk bu davranışın sahteliğini derhal sezecektir. Bu da onu altüst eder. Çünkü davranışlarımız ve sözlerimizle ona, “Seni seviyorum” derken, içten içe, “Seni sevmiyorum.” demekte olduğumuzu algılayacaktır. Bu nedenle, çocuğumuza karşı gerçekten sıcak duygular içinde bulunmadığımız anlarda, ona sahte sevgi gösterilerinde bulunmayalım.