

ÖZGÜVEN GELİŞTİRME

ÖZGÜVEN

Özgüven bireyin kendisine inanması ve kendisini kabul edebilmesidir. Özgüven gelişimi küçük yaşlarda başlar ve anne babanın çocuğu koşulsuz sevmesi, yeni şeyler denemesi için desteklemesi ile gelişir.

ÖZGÜVENİ YÜKSEK BİREYLERİN ÖZELLİKLERİ

- Kendini başkalarıyla kıyaslamaz.
- Kendi düşüncelerine daha çok önem verir.
- Kendisini ifade edebilir ve arkadaşlık kurabilir.
- Hedeflerine ulaşmak için pes etmeden çabalar.
- Benlik saygıları yüksektir.

ÖZGÜVEN GELİŞTİRMEDE EBEVEYNİN KATKISI

- Çocuklarımızın güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmelerini sağlamaya çalışabiliriz.
- Çocuklarımızı başkalarıyla kıyaslamamak için özen gösterebiliriz.
- Kendilerini ifade edebilme fırsatı tanıyabiliriz.
- Atılganlık becerilerini geliştirmek için örnek olabiliriz.
- Hedef belirleyip çaba göstermesi konusunda teşvik edebilir ve çabasını övebiliriz.
- Aile içi iletişimi güçlendirmek için demokratik ebeveyn tutumunu sergileyebiliriz.
- Koşulsuz sevgimizi hissettirebilmek için çaba gösterebiliriz.



kaynak: