

# “ÇOCUKLARDA VE GENÇLERDE ÖZGÜVEN”

01



Özgüven;  
aslında bir  
ayakkabı  
meselesidir.

02



Çocuk ayakkabısının  
içinde rahat değilse  
kendisini iyi  
hissedemez.

03



Çocuğa yardım etmeye,  
güven pompalamaya  
çalışırız.

05



Her zaman  
değişmesi  
gereken çocuk  
değildir!

04

Oysaki  
sadece  
giydiği  
ayakkabılar  
ona küçük  
gelmektedir



Bazen çocuğun geliştiği ortam, okulu, aile dinamikleri ve arkadaş çevresinin değiştirilmesi gerekmektedir.



# Empatik Ebeveynlik, Üretken Şüphencilik ve Güvenli bir Bağlanma :)

Çocuklarımızın her zaman özgüvenli olmalarını isteriz. Onların hiçbir şeyden korkmamalarını, kendilerini ifade edebilmelerini , başkalarına rahatça yaklaşabilmelerini ve popüler olmalarını bekleriz.

Peki ya bu karışım her derde deva değilse?  
Ya kaygılı, utangaç ve içe dönük olmanın da faydaları varsa?

Ressamlar, yazarlar, şairler... vb.  
Bu kişilerin çoğu iç dünyaları zengin, içe dönük insanlar.

Ne kadar bilinçliysek o kadar güvensiziz!  
Önümüzde sadece tek bir yol duruyorsa nereden gideceğimizden net bir şekilde emin oluruz. Ancak yüzlerce yol varsa kararsızlık yaşarız, doğru seçim yaptığımızdan emin olamayız ve kaygı duyarız. Peki ya ebeveyn olarak rolümüz, çocuğumuza güven pompalamayı denemek yerine onlarda kararsızlık, şüphe ve hatta sağlıklı bir kaygı hali oluşturmak ise?

Bunun elbette bir ölçüsü var. Bazen çocuk kaygıdan donup kalabilir, hatta felç olabilir. Yine de her soruna "Bu özgüven eksikliği" demek doğru mu?

**Bir tanı koymak soruna çözüm getirmez. Tanı sadece bir sonuçtur.**

Çocuğunuza daha spesifik sorular sorarak yardımcı olabilirsiniz:

- Kaygıların neler?
- Neye ihtiyaç duyuyorsun?
- Seni en çok korkutan şey ne?

Bu tür sorularla çocuk ve gençlerin yaşadığı ve hissettiği durumları düşünmesi değerlendirmesi, farkındalık kazanması ve çözüm için harekete geçmesine yoldaşlık edebiliriz.

