

# Veli Rehberlik Bülteni

*Aralık*  
2020

Ortaokul



# İçindekiler

Rehberlik  
Servisinden

3

4

Benlik Saygısı  
Başarı Algısı

Başarı  
Algısı

5

6

Başarı  
Algısı

Benlik Saygısına  
Sahip Çocuklar

7

8

Aileler İçin  
Öneriler

Kaynakça

9



**Değerli Velilerimiz,**

**Aralık ayı bültenimizde sizlere "Benlik Saygısı ve Başarı Algısı" konu başlığını seçerek evde eğitime devam ettiğimiz bu dönemde çocuklarınızla iletişiminizin kalitesini bozmadan onlarla daha yapıcı bir biçimde iletişim kurmanız için önerilerde bulunduk. Eğitim ve öğretim yolunda en büyük destekçilerimiz olan siz velilerimizin desteğine en çok ihtiyaç duyduğumuz bu dönemde tüm emekleriniz için sizlere bir kez daha teşekkür eder, bültenimizi keyifle okumanızı dileriz.**

**Sevgilerimizle.**



**Fen Bilimleri Okulları  
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi**



# Benlik Saygısı Başarı Algısı

Aile, çocuğun doğduğu andan itibaren ilk sosyal ilişkiler kurduğu birimdir. Aile, çocuğun kişilik gelişiminin temellerinin atıldığı ve davranışlarının şekillendiği ortamdır. Çocuklar ; temel yaşam becerilerini, kendini ifade etmeyi ve birey olmayı aileden öğrenirler. Bireyin kendini, olayları, yaşamı anlamlandırma boyutu ve yönü yine aileden etkilenimleri üzerine inşa olur. Bu çerçevede çocuklarda "benlik saygısı" nın ne anlama geldiği ve nasıl geliştirilmesi gerektiği ayrıca "benlik saygısı ile başarı algısı" arasında nasıl bir ilişki bulunduğunu bu bültenimiz ile sizlere sunmak istedik.



# Başarı Algısı

Benlik, yaşantılar sonucu gelişen edinilmiş bir yapı olarak tanımlanır [1]. Çocuklar kendileri hakkında iyi ya da kötü hissederek doğmazlar, bunu yaşadıklarıyla öğrenirler. Benlik saygısı, bu yaşantılar sonucu bireyin kendisiyle iftihar etmesidir [2].

Gelelim başarı algısına. öncelikle "Başarı nedir?" diye sormakta fayda var. Bu soruya verilebilecek cevaplardan bir kısmı ;

- verilen bir işi halletmek,
- zorluğun üstesinden gelmek,
- problemi çözmek,
- temel gaye, beklenen sonuç, arzulanan ve mutluluk veren bir duygu

Genel anlamda bu tanımlamaların hepsi doğru bir bakış açısı ya da hareket noktasını ifade etmektedir. Eğitimde başarı için de aynı tespit geçerlidir.



# Başarı Algısı

## Başka bir ifade ile eğitimde başarıda;

- Ø Eğitim yoluyla yapılacak bir işi halledebilir hale gelmek,
- Ø Eğitim süreçlerinde karşılaşılan zorlukların üstesinden gelmek,
- Ø Problem olarak algılanmış bir eğitsel bir sorunu çözmek,
- Ø Bireye herhangi bir sorunun üstesinden gelebilmesi için ihtiyaç duyacağı bilgi, duygu ya da becerileri kazandırmış olmak,
- Ø Sorunu çözmüş olmanın hazzını ve onurunu sonuç ile birlikte hissetmek/yaşamak

Çocukların başarı algılarının gelişimlerinde, benlik saygısının kişiliklerinde yerleşmiş olmasının da önemli olduğu unutulmamalıdır. Kendine saygı duyan çocuk, sorumlukları konusunda elinden geleni yapacağından dersler ve okula yönelik görevlerinde de bilinçli ve planlı davranacağı için akademik başarısı da bu doğrultuda olumlu ilerleyecektir. Ancak "Akademik Benlik Saygısı" nın gelişiminde anne-babanın çocuklarından beklentileri ve onları yetiştirme tarzları değişebilmektedir.

Ebeveynler çocukları konusunda gösterdikleri çaba karşılığında onlardan üstün başarı bekleyebilirler ayrıca sosyal çevrede edindikleri konum itibarıyla çocuklarının başarılarını kendileri için gurur kaynağı olarak görebilirler. Bu beklenti ve davranış şekilleri çocuğa başarısızlık yapma ve daha çok deneyerek başarıya ulaşma hakkını tanımayabilir; sürekli eleştirilen çocukta akademik çalışmalara karşı öğrenilmiş çaresizlik, düşük bir öz yeterlilik duygusu ve buna bağlı olarak düşük bir akademik benlik saygısı oluşturabilir.

# Benlik Saygısına Sahip Çocuklar

Başarı algısının gelişimi için çocuklara hayatta sürekli bir şeyleri denemenin vereceği hazzı öğretmek en doğru yöntem olacaktır. Çok başarılı bireylerin, öğrenmedeki başarılarına ilişkin algıları gibi akademik benlik saygılarının da çaba sarf etme, sebat gösterme ve denemeleri örnek alma gibi motive olmuş davranışlarını güçlendirdiği ve böylece akademik başarılarını arttırdığı kanıtlanmıştır [3].

"Benlik Saygısı ve Başarı Algısı"na sahip çocuklardan duymamız gereken cümleler;

Ben saygıdeğer biriyim.

Ben başkaları kadar değerliyim.

İyi yaşamak için gerekli nitelikleri taşıyorum.

Aynada kendime baktığımda, içimi iyi duygular kaplıyor.

Başarısız biri değilim.

Başka biri olmak yerine kendim olmak benim için daha önemlidir.

Kendime gülüp kendimle dalga geçebilirim.

Kendime saygı duyuyorum.

Kendimi geliştirme biçimimden memnunuz.

# Aileler için öneriler

1.Çocuğunuza güvenin.

2. Çocuğunuza hiç kimsenin eksiksiz olmayacağını, önemli olanın eksikliği görüp başarıma becerisinin olduğunu hatırlatın..

3. Çocuğunuza inandığınızı, onu sevip değer verdiğinizi söyleyin ve bunu gösterin.

4. Çocukları okul içindeki çalışmalarını takdir ederek ödüllendirin

5. Ebeveyn olarak onu yönlendirme ve sınır koyma hakkınızın olduğunu ve ondan yapabileceğinin en iyisini beklediğinizi ifade edin.

Bunları yaparken olabildiğince net ve tutarlı olmak çocuğunuzun, sizlerin çabasını daha kolay algılamasına imkan tanıyacaktır. Ebeveynler net ve tutarlı tavırlar ile çocukların görüşlerine ve bireyselliğine değer verildiğini hissettirdiklerinde onların benlik saygısı ve başarı algılarına ciddi katkılar sağlayacaktır ve çok fazla problem yaşamayacaklardır.



# Kaynakça

- [1] Kenç, F. M. ve Oktay, B. (2002). Akademik Benlik Kavramı ve Akademik Başarı Arasındaki İlişki, Eğitim ve Bilim, Cilt 27, Sayı 124.
- [2] Nuttall, P. (2003). Self-Esteem and Children, (<http://www.nccc.org/Guidance/self.esteem.html>).
- [3] Au, C. P. ve Watkins, D. (1997). Towards a Causal Model of Learned Hopelessness for Hong Kong Adolescents, Educational Studies, Dorchester-on-Thames ([www.proquest.umi.com](http://www.proquest.umi.com)).
- <http://haberyorum.ahievran.edu.tr/makale/basari-algisi-ve-egitimsel-donusum>
- <https://toad.halileksi.net/olcek/akademik-benlik-saygisi-olcegi>
- <http://www.antalyapsikiyatri.com/yetiskin-psikolojik-sorunlari/benlik-saygisi>

