

Ayna ayna söyle bana...



Geçen hafta köklerden ve kanatlardan söz etmiş, çocuklarımızın bağımsızlaşabilmesi için önce bağlanmaları gerektiğini belirtmişim. Bu hafta da buradan devam edelim, çocukların güçlü kanatlar geliştirmek için sağlam köklerden başka nelere ihtiyaçları olduğuna bakalım istedim. Benim aklıma gelen ilk cevaplardan biri, yeterlilik ve kendine güven duygusu. Peki bu duygu nasıl gelişiyor? Anne babalar bu konuda neler yapabilir?

Çocuğun benlik algısı, doğumdan itibaren oluşmaya başlıyor. Bebek, huzursuzluğunu ve yardım isteğini ağlayarak ifade ediyor. Anne, bebeğin bu çağrısına kısa sürede yanıt verdikçe temel güven ve değerlilik duygusunun oluşumuna katkıda bulunuyor. Çağrılarını uzun süre yanıtsız kalan bebek içinse dünya güvenilmez bir yer, kendisinin de bir değeri yok. Charles Horton Cooley'nun geliştirdiği ayna benlik kuramına göre, anne-baba çocukluk dönemi boyunca çocuğa bir tür "sosyal ayna" işlevi oluşturuyor. Çocuk, bu aynada kendisinin nasıl bir insan olduğunu ve anne babasının kendisini nasıl değerlendirdiğini görüyor. Aynada gördükleri ve gördüklerinin kendisinde oluşturduğu gurur, mutluluk, utanç ve suçluluk gibi duygular, çocuğun inşa ettiği benlik algısının yapı taşlarını oluşturuyor. Çocuk, aynada gördükleriyle kendisinin nasıl bir insan olduğuna karar veriyor. Çocuğun değerlilik ve yeterlilik duygularının gelişimi de, anne babasının sunduğu aynadan gördüklerinden etkileniyor.

Bir çok gelişim psikolojisi uzmanına göre, anne babasının oluşturduğu sosyal aynadan kabul edilmediğini, kendisine yöneltilen istekleri yerine getirme koşuluyla kabul edildiğini gören çocuk, ergenlik döneminde bocalıyor. Bu ergenler daha çok destek ihtiyacı duyuyor, yeterli desteği alamadıklarını düşündüklerinde ise kendilerini daha az değerli hissediyorlar. Anne babasının sunduğu aynada istikrarlı bir şekilde kabul edildiğini gören çocuk kendini güvende hissediyor. Anne-babanın çocuktan beklediği davranış standartları da makul ve ulaşılabilir düzeydeyse, çocukta bunları yerine getirebileceğine ilişkin bir inanç gelişiyor ve bu standartlar içselleşiyor. Çocuk, bu standartları ne kadar benimser ve bunlara uygun davrandığını düşünürse, kendini o kadar yeterli





hissediyor.

Elbette çocuğun benlik algısını oluşturan yalnızca ve yalnızca anne babası değil. Sosyalleşmeye başladıkça hayatına farklı destek grupları ve bu destek gruplarının oluşturduğu “sosyal aynalar” giriyor. Çocuğun benlik algısının oluşumunda hayatına sonradan giren bu grupların da etkisi oluyor. Susan Harter, *The Construction of the Self: A Developmental Perspective* (1999) adlı kitabında ergenlerle yaptıkları araştırmalarda ergenin kendisini ne kadar değerli gördüğünü belirleyen dört gruptan söz ediyor.

Araştırmaların sonuçlarına göre, anne baba, öğretmenler, yakın arkadaşlar ve sınıf arkadaşlarından oluşan bu gruplar içinde en etkili iki grup, sınıf arkadaşları ve anne babalarmış.

Genel inanın aksine, anne babaların ergenlik döneminde de en etkili gruplardan biri olması, çocuklarımızın kanatlarının güçlenmesine bu dönemde de destek olmayı sürdürebilecek olmamız anlamına geliyor. Yeter ki ilişkimizi güçlü tutalım, onlara sunduğumuz aynalardan gördükleriyle mutlu olmalarını ve gurur duymalarını sağlayalım.

