

BENİ ÖVGÜYLE UTANDIRMA

Çocukların yargıca değil rehberine ihtiyacı vardır



—
Çocuk
Eğitimi
—

Bildikleriniz değişecek

DR. ÖZGÜR BOLAT



Yazar hakkında

Parentwiser Ebeveynlik Uygulaması'nın kurucusu, eğitim bilimci, akademisyen **Doç. Dr. Özgür Bolat**, Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Fakültesinden mezun oldu. Fulbright ve Türk Eğitim Vakfı bursuyla Harvard Üniversitesi Eğitim Fakültesinde yüksek lisans yaptı. Türkiye'ye dönüşünde Boğaziçi Üniversitesinde iki yıl öğretim görevlisi olarak çalıştı. Doktora derecesini Cambridge Üniversitesi Eğitim Fakültesinden aldı. 2007-2008 yılını Massachusetts Institute of Technology (MIT) Sloan School of Management'ta liderlik alanında doktora dersleri alarak ve araştırma yaparak geçirdi. 2007 yılında Yeni Zelanda'da yapılan uluslararası bir konferansta "En İyi Genç Araştırmacı" ödülünü aldı.

Özgür Bolat, şu anda NTV'de Anne-Baba Okulu programını sunuyor. Aynı zamanda Anne-Baba Okulu'nda ve ÖğretmeM Akademisi'nde ebeveyn eğitimleri ve öğretmen eğitimleri veriyor. Parentwiser mobil uygulamasıyla da ülkemize kişiye özgü Çocuk Yetiştirme Rehberi'ni kazandırmıştır. Geliştirmiş olduğu Yetenek Yönetimi Envanteri ile çocukların ve yetişkinlerin kişisel eğilimlerini keşfediyor. Envanteri bugüne kadar 25.000 kişi doldurmuştur. www.bilgeagaci.com ve parentwiser.com.tr adreslerinde yazılar yazıyor.

Beni Ödülle Cezalandırma ve *Sorularla Büyüyoruz* adlı iki kitabı bulunuyor. Türk Eğitim Vakfında, TEMA'da ve Boğaziçi Mezunlar Derneğinde yönetim kurulu üyesidir. Özgür Bolat, şu anda NTV'de Anne-Baba Okulu programını hazırlayıp sunmaktadır.

DOĞAN KİTAP TARAFINDAN YAYIMLANAN DİĞER KİTAPLARI

Beni Ödülle Cezalandırma
Sorularla Büyüyoruz

BENİ ÖVGÜYLE UTANDIRMA

Yazan: Doç. Dr. Özgür Bolat

Editör: Sema Çubukçu

Katkıda bulunanlar: Kasım Kiroğlu, Serdar Küçük

Yayın hakları: © 2024 Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Ticaret A.Ş.

Bu eserin bütün hakları saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

Bu kitapta yazım kuralları konusunda yazarın isteklerine bağlı kalınmıştır.

1. baskı / Kasım 2024 / ISBN 978-625-6162-50-1

Sertifika no: 44919

Kapak tasarımı: Gökçen Yanlı

Sayfa uygulama: Yeşim Ercan Aydın

Baskı: Mega Basım Yayın San. ve Tic. A.Ş.

Cihangir Mah. Güvercin Cad. No: 3/1

Baha İş Merkezi. A Blok Kat: 2

34310 Haramidere-İstanbul

Tel. (212) 412 17 00

Sertifika no: 44452

Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Ticaret A.Ş.

19 Mayıs Cad. Golden Plaza No. 3, Kat 10, 34360 Şişli - İSTANBUL

Tel. (212) 373 77 00 / Faks (212) 355 83 16

www.dogankitap.com.tr / editor@dogankitap.com.tr / satis@dogankitap.com.tr

Beni Övgüyle Utandırma

Doç. Dr. Özgür Bolat

DOĞAN KİTAP
ÖRNEKTİR

Canım Annem,
Bu kitap, bize olan sonsuz sevgine ve
bizleri yetiştirmek uğruna gösterdiğin
insanüstü fedakârlığa duyduğum
derin minnetin küçük bir ifadesidir.

DOĞAN KİTAP
ÖRNEKTİR

İçindekiler

1. Kısım / Övgü Çocukları Nasıl Etkiler? 13

1. Bölüm / Beni Övgüyle Utandırma 15
2. Bölüm / Kişiliği Övmek Ne Zaman İşe Yarar? 19
3. Bölüm / Kişiliği Övmek Ne Zaman İşe Yaramaz? 25
4. Bölüm / Çocuklara Neden “Zekisin” Dememeliyiz? 31
5. Bölüm / Çocuklarımızla Neden Gurur Duymamalıyız? 39
6. Bölüm / Zeki Çocuklar Neden Çalışmaz? 45
7. Bölüm / Zekâyı Övmek, Etik Dışı Davranışlara
Yol Açar mı? 51
8. Bölüm / Başarı Neye Bağlıdır? 57
9. Bölüm / Çalışkanlar, Zeki Değil midir? 63
10. Bölüm / Gelişim-Odaklı Zihin Nedir? 69
11. Bölüm / Gelişim-Odaklı Zihin Nasıl Kazandırılır? 77
12. Bölüm / Başarıda En Etkili Faktör Nedir? 87
13. Bölüm / Çocuklara Neden “Çalışkansın” Dememeliyiz? .. 93
14. Bölüm / Övgü, Çocuklarda Yetersizlik Yaratır mı? 101
15. Bölüm / Övgü, Öz Güveni Nasıl Etkiler? 111
16. Bölüm / Övgü, Çocukları Neden Utandırır? 119
17. Bölüm / Övgü, Çocukları Narsist Yapar mı? 127
18. Bölüm / Neden Bazı Çocuklar
Övgüden Rahatsız Olur? 133
19. Bölüm / Övgü, Onaylanma İhtiyacı Yaratır mı? 141
20. Bölüm / Övgü, Koşullu Sevgi midir? 151
21. Bölüm / Övgü, Öğrenmeyi Nasıl Etkiler? 161
22. Bölüm / Hangi Aileler Çocuklarını Daha Çok Över? 169

2. Kısım / Övgü Yerine Ne Yapmalı?	177
1. Bölüm / Övgüsüz, Çocukların Öz Güveni Nasıl Artırılır?	179
2. Bölüm / Övgüsüz, Çocukların Motivasyonu Nasıl Artırılır? (I)	193
3. Bölüm / Övgüsüz, Çocukların Motivasyonu Nasıl Artırılır? (II)	201
4. Bölüm / Motivasyon, Etkili Geri Bildirimle Nasıl Artırılır?	207
Son Söz	215
Notlar	217

DOĞAN KİTAP
ÖRNEKTİR

“Herkesin övgüsüne ihtiyaç duyarsanız
insanları yargıcınız yaparsınız.”*

– Fritz Perls, Gestalt Terapi'nin Kurucularından

DOĞAN KİTAP
ÖRNEKTİR

* Bu sözün İngilizce versiyonu şu şekilde: “If you need encouragement, praise, pats on the back from everybody, then you make everybody your judge.” Türkçesi de “Herkesin cesaretlendirmesine, övgüsüne ve sırt sıvazlamasına ihtiyaç duyuyorsanız, insanları yargıcınız yaparsınız.” Ben bu sözü kısaltarak kullandım.

1. Kısım

Övgü Çocukları
Nasıl Etkiler?

DOĞAN KİTAP
ÖRNEKTİR

Beni Övgüyle Utandırma

Altı yaşında ve 14 yaşında iki çocuk düşünün. Altı yaşındaki çocuk oldukça zeki ama oyunlarda kaybetmeyi göze alamıyor. Son derece hırslı davranıyor ve bir oyunu kaybettiğinde ağlamaya başlıyor hatta agresifleşiyor. Ailesi de onu üzmemek için çoğu zaman yenilmiş gibi yapıyor. Hatta bazen kazanması için ona gizlice yardım bile ediyor. Oyun oynayacağı zaman ise hep kolay oyunları seçiyor. Zor oyunları bırakın oynamayı, denemek bile istemiyor. Peki, bu davranış nasıl gelişti? Bu riskli tutum ailesinin sürekli, “Sen çok zekisin!” diyerek onu zekâsıyla övmesinden kaynaklanıyor olabilir mi? Bir de 14 yaşındaki çocuğu düşünün. Bu çocuk, hep çok çalışkan ve derslerinde başarılı bir öğrenci olmuş. Ailesi de onun bu çalışkanlığıyla her zaman gurur duymuş. Ancak 14 yaşından sonra bir şey değişmiş; çocuk çalışmayı bırakmış ve kendini bilgisayar oyunlarına kaptırmış. Eskiden çalışkan olan bu çocuk, şimdi neden birden çalışmayı bıraktı? Bunun nedeni, ailesinin ona sürekli, “Sen çok çalışkansın!” diyerek çabasını övmesi olabilir mi? Her iki durum için de yanıt: “Evet, olabilir!” Ama neden?

* * *

Bir gün, okul müdürü bir grup öğrencinin kütüphanede kitap okuduğunu görür. Bu öğrencilerin tabletle oyun oynamak yerine, kitap okumayı seçmesi müdürün çok hoşuna gider. Çocukların motivasyonlarını öğrenmek için yanlarına gider, “Merhaba çocuklar!” der. “Bu çocukların motivasyonunu öğrenirsem, belki benzer motivasyonu diğer çocuklarda da oluşturabilirim.” diye düşünür. Çocuklara sorar: “Boş vaktinizde başka işler yapabilecekken siz kitap

okumayı tercih etmişsiniz. Bu seçiminizin altında yatan nedenleri, benimle paylaşır mısınız?”

Öğrenciler sırasıyla şu yanıtları verir:

Hasan: “Okumayı gerçekten seviyorum çünkü kitap okumak çok zevkli ve keyif verici bir etkinlik. Kitap okuyunca çok mutlu oluyorum.”

Taylan: “Bence öğrenciler derslerinin yanı sıra kitap da okumalı. Benim gibi bir öğrenci kitap okur.”

Aynur: “Kitap okumak, sınavdaki paragraf sorularını çözmemde çok yardımcı oluyor. Bir de daha yüksek not alıyorum.”

Bülent: “Eğer okumazsam, sanki kötü bir öğrenciymişim gibi hissediyor, suçluluk ve kaygı duyuyorum. Okuyunca kendimle gurur duyuyorum.”

Fatma: “Öğretmenimiz bize okumamız gerektiğini söyledi ve okuduğumuz her sayfa için bize ödül verecek.”

Şimdi size soruyorum: Çocuğunuzun hangi öğrenci olmasını istersiniz? Hangi motivasyonla kitap okumasını dilersiniz? Eğer onu sürekli överseniz, sizce çocuğunuzda hangi motivasyon gelişir?

16

* * *

Diyelim ki 13 yaşındaki çocuğunuzun akademik bir konferansa götürüyorsunuz. Çocuğunuz, bu deneyim için oldukça heyecanlı ve mutlu. Üç gün boyunca birlikte farklı konuşmacıları dinliyorsunuz, bilim insanlarıyla sohbet ediyorsunuz ve alandaki yeni gelişmeleri öğreniyorsunuz. Konferans sonunda eve döndüğünüzde, çocuğunuzun yanınıza çağırıp şöyle diyorsunuz: “Seninle konferansa gitmek harikaydı. İnsanlarla nasıl iletişim kurduğunu ve güzel sorular sorduğunu gördüm, aferin sana! Seninle gurur duydum!” Babasından bu övgüyü alan çocuk ne hisseder? Bundan sonraki hayatı nasıl şekillenir?

Sosyal Ödül, Övgü

Beni Ödülle Cezalandırma kitabımda, ödülün zararlarını ve risklerini kapsamlı bir şekilde ele aldım. Davranışsal ekolün bir ürünü olan ödül, davranışları pekiştirmediği gibi, aksine mevcut iç motivasyonu da çoğu zaman öldürür. Örneğin kitap okumayı seven çocuğa okulda ödül verirsek, çocuk çoğu zaman kitap okumaktan

soğur. Övgü de “sosyal ödül” olarak adlandırılır ve aynı ödül gibi içinde birçok riskler barındırır. Bazı koşullarda motivasyonu artırmaz hatta aynı ödül gibi mevcut motivasyonu düşürür. Eskiden aileler çocuklarını sürekli eleştiriyordu ve bu çocuklarda büyük sorunlar yaratıyordu. Ama günümüzde eleştirinin yerini övgü aldı. Övgünün de zararları ve riskleri var. Nedir bu riskler? Peki, övgünün işe yaradığı durumlar yok mu? Övgü bazı koşullarda tabii ki işe yarar. Peki, hangi koşullarda? Bu koşulları nasıl bileceğiz? İşte bu kitapta ilk olarak övgünün risklerini, daha sonra da hangi koşullarda işe yaradığını detaylı olarak ele alacağız.

Övgü Nedir?

Övgü; bir kişi, eylem veya ürün hakkında kişisel ölçütlerimize göre olumlu bir yargıda bulunmaktır.¹ Sadece tanıma baktığımızda bile birçok riski görebiliriz. Dikkat ederseniz, övgü olumlu da olsa özünde bir “yargıdır.” Bir kişiyi övdüğümüz zaman, onu yargılamış oluruz. Bunu sürekli yaparsak, o zaman onun “yargııcı” oluruz. Çocukların yargıca değil, rehber ihtiyacı vardır. Rehberin görevi çocukları yargılamak değil, onların doğruyu ve yanlış ayırt edebilmeleri için kendi içgörülerini geliştirmelerine yardımcı olmaktır.

Övgü hem bir pekiştirici (“Çok güzel bir resim olmuş!”) hem de sosyal bir etkileşim aracı (“Ceketin çok yakışmış!”) olarak kullanılır. İki yöntem kendi içinde sorunlar barındırır da bu kitapta pekiştirici olarak kullanılan övgüyü ele alacağız.

Övgünün türleri kendi içinde farklılaşır. Övgü türlerini ve derecelerini baştan öğrenmeniz çok önemli çünkü övgünün zararları ve riskleri, türüne ve derecesine göre değişmektedir. İleriki bölümlerde bu risklerden bahsederken, övgünün türlerini ve derecelerini şimdiden bilmeniz çok kritik.

Odağı açısından övgüyü dörde ayırabiliriz.

1. Kişi-odaklı övgü (“Resimde çok yeteneklisin!”)
2. Süreç-odaklı övgü (“Çok güzel çizdin!”)
3. Ürün-odaklı övgü (“Çok güzel resim!”)
4. Genel övgü (“Aferin!”)

Derece açısından da üçe ayırabiliriz.

1. Çok abartılı övgü (“Resimde inanılmaz yeteneklisin! Resim mükemmel olmuş!”)
2. Abartılı övgü (“Resimde çok yeteneklisin! Resim çok güzel olmuş!”)
3. Abartısız övgü (“Resimde yeteneklisin! Resim güzel olmuş!”)

Her övgü türünün, çocuk üzerindeki etkisi farklıdır. Kişi-odaklı övgüyle başlayalım. Bir çocuğun kişiliğini veya kişiliğiyle ilgili bir özelliğini (“Zekisin! Akıllısın! Güzelsin! Yeteneklisin!”) övmek, onu nasıl etkiler?

Başlamadan önce önemli bir hatırlatma yapmak istiyorum. Kitabın ilk bölümlerinde bazı kavramları olumlu yönleriyle ele alacağım ancak sonraki bölümlerde bu kavramların risklerine değineceğim ve nasıl doğru bir denge kurabileceğimizi anlatacağım. Şöyle düşünün: İlk bölümlerde etkili bir ilacın faydalarından bahsederken sonraki bölümlerde olası yan etkilerine değineceğim. En sonunda ise ilacı en verimli şekilde risksiz nasıl kullanabileceğinizi göstereceğim.

Bu kitapta faydalandığım kaynaklar dünyanın en saygın dergilerinde yayımlanmış geniş kapsamlı araştırmalara dayanıyor. Kitabın sonunda tüm kaynakların yer aldığı bir referans bölümü bulacaksınız; dilerseniz bu araştırmaları oradan daha ayrıntılı inceleyebilirsiniz. Ayrıca konuyla ilgili yeni çalışmaları ve kitaba eklenen yeni bölümleri düzenli olarak parentwiser.com.tr ve bilgeagaci.com sitelerinde paylaşmaya devam edeceğim. Bu sitelere üye olarak son gelişmeleri de kolayca takip edebilirsiniz. Hadi başlayalım!

Kişiliği Övmek Ne Zaman İşe Yarar?

Bir matematik öğretmenin sınıfına giriyorsunuz ve ona soruyorsunuz: “Öğretmenim, ne yapıyorsunuz?” Öğretmen de “Çocuklara matematik öğretiyorum.” diyor. Diğer sınıftaki başka bir matematik öğretmenin sınıfına giriyorsunuz ve ona da aynı soruyu soruyorsunuz. O da “Matematikçi yetiştiriyorum.” diyor. Acaba hangi öğretmenin mesleğine daha bağlı olduğunu, mesleğini daha çok benimsediğini ve hatta daha iyi bir matematik öğretmeni olduğunu düşünürsünüz? Benzer şekilde bir kongrede iki kişiyle tanıştığınızı düşünün. Biri, “Ben kitap yazıyorum.” derken, diğeri “Ben yazarım.” diyor. Bu durumda hangisinin daha çok kitap yazdığını ve yazarlığı daha çok benimsediğini düşünürsünüz?

19

Olumlu Etiketleme

Stanford ve Harvard üniversitelerinden araştırmacılar, Amerika'daki genel seçimlerden önce 34 kişiyi iki gruba ayırıyor ve her gruba on soruluk bir anket uyguluyorlar.² Her iki gruba da sorulan sorular tamamen aynı: Tek fark, sadece bir kelimenin değiştirilmiş olması. Örneğin ilk gruba şu tür sorular soruyorlar.

- Önümüzdeki seçimlerde *oy kullanmak* sizin için ne kadar önemli?
- Önümüzdeki seçimlerde *oy kullanmaya* ne kadar isteklisiniz?

İkinci gruba sorulan sorularda “oy kullanmak” yerine “seçmen olmak” ifadesi kullanılıyor.

- Önümüzdeki seçimlerde *seçmen olmak* sizin için ne kadar önemli?
- Önümüzdeki seçimlerde *seçmen olmaya* ne kadar isteklisiniz?

İkisi arasındaki fark ne? “Oy kullanmak” bir *eylemi*, “seçmen olmak” ise bir *kimliği* ifade ediyor. Denekler soruları yanıtlayıp anketi bitirdikten sonra onlara şu soru soruluyor: Şimdi hemen seçimlerde oy kullanmak için kayıt olmak istiyor musunuz? Kimlik-odaklı soruları yanıtlayan grup arasında daha çok kişi hemen kayıt olmak istediğini söylüyor. Seçimde hangi grup daha çok oy kullanmış diye bakıyorlar. Kimlik-odaklı soruları yanıtlayan grupta oy kullananların sayısı çok daha fazla. Peki, neden davranış değişikliği için “kimliği” ön plana çıkarmak, “eylemi” ön plana çıkarmaktan daha önemli? Ama ondan önce şu soruyu yanıtlayalım: Aynı süreç çocuklar için de geçerli mi?

20

Araştırmacılar 4 ile 5 yaş aralığındaki çocukları iki gruba ayırıyor ve tek tek bir odaya alıyorlar.³ İlk gruba şöyle diyorlar: “Bazı çocuklar *yardım etmeyi* seçer. Bir kişi yardıma ihtiyaç duyarsa sen de *yardım edebilirsin*.” Diğer gruba da aynı şeyi söylüyorlar ama bir farkla: “yardım etmek” eylemini “yardımsever” kelimesiyle değiştiriyorlar. Yani *eylemden* ziyade *kimliği* ön plana çıkarıyorlar. “Bazı çocuklar *yardımsever* olmayı seçer. Bir kişi yardıma ihtiyaç duyarsa, sen de *yardımsever* olabilirsin.” Daha sonra çocuklara oynamaları için oyuncak veriyorlar. Çocuklar oyuncaklarla oynarken, araştırmacı odada birtakım işlerle meşgulumuş numarası yapıyor. Örneğin yerden kalemleri toplamaya veya kutunun kapağını açmaya çalışıyor. Ama bunları yaparken zorlanıyormuş gibi görünüyor. Yani araştırmacı çocukların yardım etmesini gerektirecek bir ortam hazırlıyor. Bakalım hangi gruptaki çocuklar araştırmacıya daha çok yardım edecek? Sonuçlar çok net. “Yardımsever olabilirsin.” denilen grup, araştırmacıya daha çok yardım ediyor. Yani kimlik ön plana çıkartıldığında, insanların bu kimlikle tutarlı davranışlar sergileme olasılığı artıyor. Peki, neden?

Bilişsel Çelişki

Her iki araştırmanın da altında yatan temel ilkeyi Bilişsel Çelişki Kuramı'yla açıklayabiliriz.⁴ “Seçmen olmak” ve “yardımsever olmak” kimlikle ilgilidir ama “oy kullanmak” ve “yardım etmek” davranışla/eylemle ilgilidir. Kişi-odaklı tanımlama veya etiketleme kullandığımızda, doğrudan kişinin kimliğini harekete geçiriyor ve istenilen eylemi gerçekleştirmek için bu kimliği devreye sokuyoruz. Kimlik devreye girdiğinde, istenen davranış, “Artık ne yaptığını değil, kim olduğunu gösterir.” İnsanlar da kimlikleriyle ilgili tutarlı ve uyumlu davranmak isterler. O davranışı gösterip bu tutarlılığı sağlayamazlarsa kimlikleriyle çelişkiye düşerler. İnsanlar kimlikleriyle çatıştıklarında yani kimliklerini yaşayamadıklarında, kaygı, utanç ve reddedilmiş hissederler. Dolayısıyla “yardımsever” diye etiketlenen bir kişi, bu etiketin gereğini yerine getirmek ve bu etiketle tutarlı davranmak için daha çok yardım eder.

Dahası kişi-odaklı bir etiketleme, o etiketin daha uzun süreli ve daha kalıcı olduğunu gösterir. Örneğin, “Ahmet yalan söyledi.” dersek, Ahmet’in her zaman yalancı bir kişilik özelliğine sahip olduğunu düşünmeyiz. Hemen genelleme yapmayız. (Bu arada bazı insanlar bu genellemeyi hemen yapar. “Tek bir durumdan yola çıkarak, kimler hemen genelleme yapar?” sorusunu daha sonraki bölümlerde detaylı ele alacağız.) Ama “Ahmet yalancı.” dersek, Ahmet’in sık sık yalan söylediğini ve yalancı bir kişiliğe sahip olduğunu ima etmiş oluruz. Yani kişi-odaklı etiketlemeler kişi hakkında daha kalıcı bilgi verir.

Bir araştırmada, 5 ile 7 yaş arasındaki çocuklara iki cümle veriliyor: “Ahmet havuç yer.” ve “Mehmet tam bir havuç canavarıdır.”⁵ Daha sonra çocuklara soruluyor: “Sizce hangisi geçmişte daha çok havuç yemiştir ve gelecekte daha çok havuç yiyecektir?” Çocukların çoğu, “Mehmet” yanıtını veriyor. Yani 5 yaşındaki çocuklar da kişi-odaklı etiketlemelerin daha kalıcı olduğunu biliyor. Bu mantıkla hemen aklınıza şu soru gelebilir: O zaman çocuklar için daha çok kişi-odaklı etiketleme/övgü kullanarak onlara olumlu ve kalıcı davranışlar kazandırabilir miyiz? Kişi-odaklı övgü, olumlu bir eğitim ve değer kazandırma aracı olarak kullanılabilir mi?

Tam olarak bu soruyu yanıtlamak için Northwestern Üniversitesinden bir grup araştırmacı, beşinci sınıf öğrencileriyle bir deney yapıyorlar. Deneyde üç farklı sınıfı inceliyorlar.⁶ Sekiz gün boyunca ilk sınıftaki öğrenciler için, “Bu sınıf çöp konusunda hassas bir sınıftır.” veya “Bu sınıftan temiz/düzenli sınıf diye bahsediyorlar.” gibi cümleler kuruyorlar. İkinci sınıftaki öğrencilere temiz/düzenli sınıf olmanın önemini anlatarak bu konuda eğitim veriyorlar. Üçüncü sınıf da kontrol grubu; onlara hiçbir şey yapılmıyor. Araştırmanın sonunda çocukları tek tek bir odaya alıyor ve birer çikolata veriyorlar. Hangi sınıftaki çocukların çikolatanın ambalajını yere, hangi sınıftaki çocukların çöp kutusuna atacağını izliyorlar. Beklenildiği üzere, “temiz/düzenli” olarak etiketlenen çocuklar, yere daha az çöp atıyor. İşin ilginç yanı, eğitim alan sınıf ile kontrol sınıfı aynı derecede yere çöp atıyor. Yani temiz ve düzenli olma konusunda eğitim işe yaramıyor ama kişi-odaklı etiketleme/övgü daha çok işe yarıyor. Bireyler için çocuk veya yetişkin olsun, kişi-odaklı etiketleme/övgü kullandığımız zaman, olumlu davranışı gösterme ihtimali artıyor. Peki aynı mantıkla olumsuz davranışları da olumsuz olarak etiketlersek insanlar olumsuz etiketleri üzerlerine almamak için olumlu davranır mı?

Olumsuz Etiketleme

Bir araştırmada Stanford Üniversitesi öğrencileri iki gruba ayrılıyor.⁷ Bir gruba şöyle diyorlar: “İnsanların ne derece *yalan söylediğini* tespit etmeye çalışıyoruz.” Diğer gruba ise şöyle diyorlar: “İnsanların ne kadar *yalancı olduğunu* tespit etmeye çalışıyoruz.” (Bu arada “araştırmacılar grubun yalan söyleyip söylemediğini nasıl anlayacaklar” merak ettiniz değil mi? Bekleyelim.) Şimdi düşünün. Siz bir kez yalan söylediğinizde, sizin için “O yalan söyledi!” denilmesinden mi korkarsınız yoksa “O bir yalancı!” denilmesinden mi? Tabii ki ikincisi. “Yalancı” etiketini kimse istemez. Araştırma aslında bunu ölçüyor.

Birinci gruba, “Sen şimdi bu araştırmada yalan söylersen bir defa yalan söylemiş olacaksın.” mesajı veriliyor ama ikinci gruba,

“Sen şimdi bu araştırmada yalan söylersen, yalancı olacaksın.” mesajı veriliyor. Daha sonra her iki gruba da, “1 ile 10 arasında bir sayı tutun, bunu bize söyleyin ve tuttuğunuz sayı çift sayıysa beş dolar kazanacaksınız.” diyorlar. Denekler tuttuğu sayıyı söylüyor. İlk gruptaki deneklerin %50’si, diğer gruptaki deneklerin sadece %20,8’i “Çift sayı tuttum.” diyor. Peki, hangi grup daha çok yalan söyledi? Ve yalan söyleyip söylemediklerini nasıl anlayacağız?

İşte burada araştırmacıların keskin zekâsı devreye giriyor. Araştırmacılar farklı gruplarla bu araştırmayı yaptıklarında genelde insanların %80’i tek sayı tutuyormuş. Ben de seminerlerimde ve Anne-Baba Okulu’nda bunu denedim ve gerçekten Türkiye’de de ortalama olarak insanların %80’i tek, %20’si çift sayı tutuyor. Yani birinci grubun yarısı (%50) “Çift sayı tuttum.” diyor ve aslında yalan söylüyor. Peki, neden ilk grup daha çok yalan söylüyor da ikinci grup yalan söylemiyor? Çünkü ilk grup yalan söylese, sadece “yalan söylemiş” olacak. İnsanlar beş dolarlık ödül için bunu rasyonalize edebilir ama ikinci grup yalan söylese “yalancı” kimliğiyle etiketlenecek. Beş dolar için taşınması çok ağır bir kimlik ve etiket. Kimse, “yalancı” olarak algılanmak istemez.

Özetle araştırma sonuçları açık ve net: Bir kişiyi tanımlarken, kişi-odaklı etiketleme/övgü kullanırsak, o davranışın o kişinin kalıcı bir özelliği olduğunu ve kalıcı olmaya devam edeceğini ima etmiş oluruz. Kişi-odaklı övgü, bir tutkal gibi kişinin kimliğini bir imaja bağlar ve kişi de o imajla tutarlı davranmak zorunda kalır. Başa dönersek kendini “yazar” olarak tanımlayan kişinin, yazarlık kimliğini daha çok benimsediğini ve daha çok kitap yazdığını düşünürüz. Matematik öğreten değil de “matematikçi” yetiştiren öğretmenin mesleğini daha çok benimsediğini ve mesleğini bir misyonla yaptığını düşünürüz. O zaman çocuklara olumlu kimlik kazandırmak istiyorsak mantıklı olan, onları tanımlarken kimlik-odaklı etiketler kullanmak, değil mi? Ama durun, hemen acele etmeyin. Tamam, kişi-odaklı etiketlemeler, davranış kazandırıyor ama bunun riskleri yok mu? Riskleri varsa bu riskler neler? Riskleri varsa ne yapacağız? Hem çocuklara davranış kazandırıp hem de onları bu risklerden kurtarabilir miyiz?

BENİ ÖVGÜYLE UTANDIRMA

Övgü Hakkında Doğru Bildiğimiz Yanlışlar

Acaba övgüyle ilgili tüm bildiklerimiz yanlış mı?

Eğitim bilimci ve Parentwiser uygulamasının kurucusu Doç. Dr. Özgür Bolat, övgü hakkında doğru bilinen yanlışları sorguluyor ve son 50 yılın bilimsel araştırmalarından yararlanarak doğruları gözler önüne seriyor.

- Övgü neden öz güveni düşürür?
- Övgü neden çocukları utandırır?
- Övgü neden motivasyonu olumsuz etkiler?
- Övgü neden koşullu sevginin ürünüdür?
- Zeki çocuklar neden çalışmaz?
- Çocuklara neden “zekisin” dememeliyiz?
- Çocuklara neden “çalışkansın” da dememeliyiz?
- Çocuğumuzla neden gurur duymamalıyız?
- Övgü neden utangaçlığa yol açar?
- Övgü narsisizme sebep olur mu?

Rehber niteliğindeki bu kitap, övgünün ardındaki gizli dinamikleri ve bilinmeyen yönleri gün yüzüne çıkarıyor.

Bilimsel bulguları akıcı bir dille sunan bu kitap, aynı zamanda ebeveynlere ve öğretmenlere pratik ve kalıcı çözümler sunuyor.

Bu kitabı elinize aldığınızda, bilimle desteklenmiş doğru adımlarla daha mutlu, öz güvenli çocuklar yetiştirmek için yeni ufuklar keşfedeceksiniz.

DOÇ. DR. ÖZGÜR BOLAT

Eğitim Bilimci / Akademisyen

© www.instagram.com/dr.ozgurbolat

© www.twitter.com/ozgurbolat

www.parentwiser.com
www.ozgurbolat.com.tr

