

Kenali apa itu penghargaan sendiri?



BICARA KAMPUS

Oleh ZAITON MOHAMAD
zaiton.mohamad@yahoo.com

17-4-13 94
SETIAP manusia sering merasakan dirinya tidak dipedulikan oleh orang lain. Walaupun selalu berbuat baik kepada rakan-rakan mahupun ahli keluarga namun perasaan kesunyian dan tidak diendahkan sering membelenggu hidupnya. Hidup terasa kosong dan tidak mempunyai makna yang bernilai.

Golongan insan sebegitu akan sering menyalahkan orang lain dalam aspek sosial malah mungkin juga akan menyalahkan takdir hidupnya. Oleh yang demikian sekiranya mempunyai pemikiran yang sebegitu mereka

perlu menyemak semula terhadap penghargaan sendiri yang dimilikinya. Mungkin ramai yang tidak mengetahui apa itu penghargaan sendiri?

Istilah penghargaan sendiri berasal daripada perkataan Yunani yang membawa maksud junjungan diri. Perkataan sendiri dalam penghargaan sendiri membawa maksud nilai, kepercayaan, sikap yang kita percayai tentang diri kita sendiri. Perkataan penghargaan dalam penghargaan sendiri menerangkan nilai dan harga diri yang diberi kepada diri sendiri. Dalam kata lain penghargaan sendiri bermaksud penerimaan individu terhadap dirinya pada sebarang waktu dalam hidupnya.

Menurut Azizi Hj Yahya dan Rakan-rakan (2005) penghargaan

kendiri merupakan orientasi positif atau negatif terhadap individu dan merupakan satu penilaian keseluruhan terhadap taksir dan nilai diri. Individu yang dimotivasikan akan mempunyai penghargaan sendiri yang tinggi. Penghargaan sendiri yang tinggi menandakan anggapan sendiri yang tinggi dan bukan keegoaan. Semakin positif penghargaan sendiri seseorang semakin berjaya menghadapi cabaran dalam hidup. Sehubungan itu amat penting bagi semua guru dan ibu bapa memahami pembentukan, pengekalan dan pengurangan penghargaan sendiri pada kanak-kanak. Perkembangan penghargaan sendiri memainkan peranan penting dalam membantu perubahan penghargaan sendiri

mengikut umur. Tidak kira apa jenis kebolehan kanak-kanak, ibu bapa atau guru harus tahu cara berkomunikasi dan membina penghargaan sendiri pada kanak-kanak. Untuk memandu pemikiran kanak-kanak ke arah yang betul, guru harus melatih mereka menghormati individu lain dan bukan dipengaruhi oleh tekanan rakan sebaya atau media masa.

Perkembangan penghargaan sendiri adalah mustahak memandangkan penghargaan sendiri memainkan peranan perantaraan dalam membantu individu menyesuaikan diri dengan kehendak persekitaran serta memperkembangkan tingkah laku yang diterima masyarakat dan pengaturan diri. Sikap sendiri yang positif

mungkin menggalakkan perkembangan dan penguasaan pelbagai kecekapan. Emosi kesedaran sendiri yang negatif mungkin menghambat tingkah laku positif dan menghalang individu mencapai matlamat hidupnya. Menurut Jerome (2002) suatu pandangan positif sendiri akan mempengaruhi perasaan, tingkah laku dan pemikiran seorang kanak-kanak. Kesan pemahaman kecekapan sendiri mungkin dapat membantu kanak-kanak mengharungi rintangan dan mengaplikasikan peraturan sendiri yang bersesuaian untuk pertumbuhan individu.

Oleh sebab itu keluarga memainkan peranan penting dalam pembinaan sendiri pada penetapan awal. Guru juga berperanan besar dalam

memberikan model yang terbaik kepada pelajar, semakin positif penghargaan sendiri oleh guru, semakin positif pelajar akan dibentuk. Mungkin bersesuaian dengan peribahasa guru kencing berdiri, anak murid kencing berlari. Model tindak balas dan strategi yang positif akan digunakan oleh pelajar untuk menghadapi pengalaman serupa pada masa depannya. Justeru itu guru seharusnya menjadi teladan yang paling baik untuk dicontohi oleh para pelajarnya. Ini disebabkan rosak seorang murid tidak memberi makna yang besar kepada negara namun rosak seorang guru memberi implikasi yang maha hebat kepada ketamadunan sesebuah negara.
* Penulis adalah Pegawai Psikologi HEP UMS