

چگونه به کودکان خود اعتماد به نفس دهیم؟

مرحله آموزش مقدماتی، یکی از پایه‌هایی است که کودک را تربیت می‌کند، توانایی‌های او را اصلاح می‌کند و شخصیت او را شکل می‌دهد.

به گزارش سایت خبری پرسون، فردی که عزت نفس بالایی دارد در مدرسه به موفقیت می‌رسد؛ در حالی که کودکی که عزت نفس پایینی دارد، احتمالاً چنین دستاوردی را نخواهد داشت. او تمایل دارد احساس اضطراب و ناامیدی کند، خود را کنار بکشد، و با دانش آموزان اطراف خود و مدرسه به طور کلی تعاملی ندارد. بنابراین باید اعتماد به نفس کودک را در طول ترم مدرسه تقویت کرد تا شخصیت کودک به ویژه در دوره ابتدایی رشد کند.

عزت نفس کودک، باورهای شخصی او را تحت تاثیر قرار می‌دهد. موارد ساده‌ای وجود دارد که باعث افزایش اعتماد به نفس کودک در مرحله اولیه می‌شود:

تشویق مثبت

بهترین راه برای تقویت عزت نفس کودک، تشویق مثبت در زمانی است که کودک برتری می‌یابد یا کاری انجام می‌دهد. کودک بسیار حساس است و هر نظری را می‌پذیرد، بنابراین وقتی تلاش خوبی می‌کند باید از او تمجید شود و والدین باید در عین حال تلاش کنند که با تشویق و اعتماد به نفس بیشتر، نظرات صادقانه‌ای را به کودک بدهند.

آموزش مرزها و درس‌ها به کودک

قبل از انجام هر فعالیت جدیدی برای کودک، باید جزئیات رفتار خوب را برای کودک توضیح داد؛ مانند زمانی که کودک برای اولین بار برای شرکت در جشن تولد به ملاقات دوستش می‌رود. همچنین والدین باید رفتار مناسب را مودبانه به کودک آموزش دهند.

ارائه بازخورد و اصلاحات

زمانی که کودک مشغول فعالیت خاصی است، باید در مورد کارهایی که انجام داده به او بازخورد داده شود. اگر خوب باشد، پدرش او را تحسین می‌کند و اگر رفتارش خوب نیست، می‌توان موضوع را برای کودک توضیح داد و در عین حال او را بهبود بخشید تا به جای اینکه احساس ناامیدی کند، احساس اعتماد به خودش بیشتر شود.

اصلاح باورهای نادرست

کودک ممکن است برخی باورهای نادرست را در مورد توانایی‌های خود بیان کند و والدین باید این باورها را اصلاح کنند و او را در مسیر درست هدایت کنند تا کودک در ارزیابی خود واقع‌بینانه‌تر عمل کند و اعتماد به نفس خود را افزایش دهد.

ارائه عشق و حمایت مستمر

کودکی که حمایت و محبت زیادی دریافت می‌کند، تمایل دارد مفاهیم خود را با ارزش‌گذاری بسازد و والدین باید زمانی را با کودک برای گپ زدن و بازی با او بگذرانند.