

ÇEKİNGEN ÇOCUK



Çekingen çocuklara özgüven kazandırmanın yolları

1 Çocuğunuzun gelişimine göre ihtiyaçlarını karşılayın.

Çocuğunuzun endişelerini anlamaya çalışın, ayıplamayın ve yargılamayın.

2

3 Çocuğunuzun empati geliştirmesine yardımcı olun.

Çocuğunuza sosyal beceriler konusunda model olun, örnek davranışlar gösterin.

4

5

Çocuğunuza, çocuklar ve yetişkinlerle kullanabileceği sosyal becerileri öğretin. (Göz teması kurmak, gülümsemek, el sıkışmak gibi)

Çocuğunuzun yeni arkadaşlıklar kurmasına yardımcı olun.

6

7

Diđer çocuklarla nasıl iletişime geçebileceğini oyunlarla anlatın, rol oyunları oynayın.

Çocuğunuza sosyal beceriler ve arkadaşlıklarla ilgili hikayeler okuyun.

8

9

Çocuğunuzu "Biraz Utangaçtır" diyerek etiketlemeyin.

Çocuğunuza, kendi ihtiyaçlarını ifade etmesi ve sosyal ortamlarda sağlam durabilmesi için fırsat sağlayın ve cesaretlendirin.

10

11

Korkularına başa çıkabileceğini hissettirin.

Çocuğunuza, kendi ihtiyaçlarını ifade etmesi ve sosyal ortamlarda sağlam durabilmesi için fırsat sağlayın ve cesaretlendirin.

12**13**

Herkesin içinde konuşması ya da iletişimi başlatması için zorlamayın. Bunları yapmadan da değerli olduğunu hissettirin.

Çocuğunuza, kendi ihtiyaçlarını ifade etmesi ve sosyal ortamlarda sağlam durabilmesi için fırsat sağlayın ve cesaretlendirin.

14

Çocuğunuzun sosyal becerilerini geliştirmek ve çekingenliğini en aza indirmek için en güzel yollardan birisi de farklı oyunlar oynamaktır. Ailesiyle, akranlarıyla ya da kendi başına oynayacağı oyunlar, çocuğunuzu şu konularda geliştirir:

Bağımsızlık

İletişim ve empati becerileri

Arkadaşlık kurma becerileri

Takım çalışması

Analitik düşünme

Özgüven