

ÇOCUKLARINIZIN BENLİK SAYGISINI KAZANMALARI ICIN NE YAPABİLİRSİNİZ?

- Çocuklarınıza onları ne kadar sevdiğinizi söyleyin
- Onu neden sevdiğiniz açıklayın.
- Onu koşulsuz sevdiğinizi vurgulayın
- Çocukların,yaşamınızdaki olumlu etkilerini onlarla paylaşın.
- Onların hem fiziksel hem zihinsel düzeyine inmeyi bilin.
- Kendilerine dikkat etme ya da kendilerini besleme konusunda onları teşvik edin.
- Kendilerini aşağılamalarını engelleyin.
- Bırakın güçlü oldukları konularda çocuklarınız size yardım etsinler
- Yaptığı işe karışmayarak duyduğunuz güveni belli edebilirsiniz.
- Çok değerli zamanınızdan biraz cömertlik yaparak onu önemsedığınızı kanıtlayın.
- Her bir çocuğun gereksinimine göre zaman ayırın.
- Haksızlıkla karşılaştığında onun tarafını tutun ve onu koruyun,kendilerini savunma ve koruma yollarını öğretin.
- Benlik saygısını azaltacak dil kullanmayın, sözcüklerinizi dikkatli seçin; olumlu duygularınızı paylaşın,çaba ve başarıları takdir ettiğinizi belirtin,onu koşulsuz kabul ettiğinizi gösterin,güven duyduğunuzu belirtin.

Kaynak:Gael Lindenfield-Kendine Güvenen Çocuk Yetiştirme.

Av. Dilek Yumrutaş