

چگونه با کودک خجالتی برخورد کنیم

تهران (پانا) - کودک خجالتی کودک مضطربی است که باور دارد «من بدهستم، همه بد هستند و این افراد بد، اگر از بدی من آگاه شوند به من آسیب می زنند». خجالت به معنی عدم حرمت نفس همراه با اضطراب است.

به گزارش ایرنا، این صحنه حتما برای ZWNJ&TAN آشناست کودکی که در احوالپرسی ZWNJ&HAY معمول روزانه با دیگران، پشت والدینش پنهان می ZWNJ&SHOD و در جواب احوالپرسی آن ZWNJ&HA ساکت می ZWNJ&AIYSTD. این قبیل بچه ZWNJ&HA را به ZWNJ&VSLAH اصطلاح XJALTY&LAQUO خجالتی XJALTY&LAQUO می ZWNJ&GOYND، مشکلی که اغلب کودکان و حتی نوجوانان و بزرگسالان ممکن است با آن روبه ZWNJ&RO باشند.

در اصل این یک ویژگی شخصیتی است که نباید باعث شرمندگی شود چون نیمی از بزرگسالان فکر می ZWNJ&KNND خجالتی هستند و بیش از نیمی از آن ZWNJ&HA هم اذعان می ZWNJ&KNND که در کودکی خجالتی بوده ZWNJ&AND. این مشکلی است که با تشویق و حمایت قابل اصلاح است. خبر خوب این ZWNJ&KE کودکان خجالتی می ZWNJ&TAVANND کم ZWNJ&ROYI و ZWNJ&SHAN را مدیریت کنند. آن ZWNJ&HA فقط کمی به حمایت نیاز دارند. پس بهتر است راه ZWNJ&HA کمک به آنها را پیدا کنید.

کودکان خجالتی در برابر حرف دیگران حساس و بیشتر از قضاوت ZWNJ&HA منفی، به قضاوت ZWNJ&HA مثبت محتاج هستند برای کاهش این احساس آنان باید به این موارد توجه شود:

- همیشه احساس کودک را تایید کنید. مثلا وقتی ترسیده است، نگوئید این که ترس ندارد یا نترس. باید گفت XJALTY&LAQUO می ZWNJ&DANM می ZWNJ&TRSY&LAQUO. در صورت رد احساس کودک، او به این نتیجه می ZWNJ&RSD که من هیچی نمی ZWNJ&FHM، هر چه احساس می ZWNJ&KNM اشتباه است و شروع به نفی احساس خود و شخصیت خود می ZWNJ&KND.

- هرگز او را به صورت مستقیم، جلوی دوستانش یا در مقابل جمع یا حتی جلوی خواهر و برادرش اصلاح نکنید. اگر کلمه ZWNJ&AI گفت که اشتباه بود، در جمله ZWNJ&AI به ZWNJ&VTRH صحیح از آن کلمه استفاده کنید و اگر کار اشتباهی کرد، در اتاقش به تنهایی درباره کار اشتباهش صحبت کنید.

- وقتی با شما صحبت می ZWNJ&KND، کارتان را متوقف کنید و با نگاه کردن به چشمانش و توجه خاص به او، به صحبت ZWNJ&HAYSH گوش دهید.

- از او بخواهید برایتان کتاب بخواند، آواز بخواند یا فیلمی را تعریف کند. شما هم نشان دهید که مشتاق شنیدن هستید.

- هرگز به او یا کارهایش حتی به کارهای بامزه ZWNJ&ASH نخندید، به ZWNJ&VYZE در حضور دیگران؛ مگر آنکه خودش این انتظار را داشته باشد.

- بعد از ۶ سالگی (در صورت امکان با کمک مربی خصوصی) او را در زمینه یک ورزش گروهی مثل فوتبال یا بسکتبال بسازید تا در جمع دیگران، بدرخشد.

- هرگز با فرزندتان درد دل نکنید و بدی دیگران مخصوصا همسر خود را به او نگوئید.

- از ظاهر او ایراد نگیرید و او را با کسی مقایسه نکنید.

- اجازه دهید اشتباهات بی ZWNJ&XTRH کند و در صورت نیاز بدون منت کمکش کنید. او را به ZWNJ&XATR اشتباهش تنبیه نکنید.

- به او احساس گناه ندهید مثلا نگوئید خسته شدم از دستت، پیرم کردی، کاش بمیرم راحت بشوم، به ZWNJ&XATR تو تو ای خراب شده مانده ZWNJ&AM، تو هم لنگه فلانی هستی و غیره، از کودک به ZWNJ&ENWAN جاسوس استفاده نکرده و با او قهر نکنید.

- روزی پنجاه بار به جا و به موقع، به او بگوئید XJALTY&LAQUO تو خوبی XJALTY&LAQUO. (متشکرم پسر خوبم، ممنونم دختر خوبم و غیره)

- از خجالتی بودن او در جمع حرفی نزنید. کودکان خجالتی در برابر حرف دیگران حساس و بیشتر از قضاوت ZWNJ&HA

منفی، به قضاوت&ZWNJ;های مثبت محتاج هستند.
- بعد از هر پیشرفت کوچکی او را تحسین کنید.