

### **10 tips! voor meer zelfvertrouwen**

Heeft je kind weinig zelfvertrouwen? Dan kun je hem helpen om meer zelfvertrouwen te krijgen. Maar dat gaat langzaam. En het is ook best moeilijk. Met deze 10 tips help je je kind om meer zelfvertrouwen te krijgen.

1. Liefde: geef je kind zo veel mogelijk liefde door je kind te steunen en te helpen als hij je nodig heeft.
2. Luisteren: geef aandacht aan je kind. Luister naar zijn verhalen en toon interesse in de dingen die hij doet.
3. Humor: leer je kind dat hij ook om zichzelf mag lachen. Lach samen met elkaar en om elkaar als er iets fout gaat. Bijvoorbeeld als je melk over de rand van je kopje schenkt.
4. Begrip: praat met je kind. Zo weet je kind dat jij begrijpt waar hij mee bezig is. En wat hij belangrijk vindt.
5. Vertrouwen: laat je kind merken dat je kind dingen kan. Verwacht niet te weinig en niet te veel van je kind.
6. Respect: beloon je kind voor moeilijke dingen, die hij toch doet. Als hij bijvoorbeeld naar de tandarts gaat, terwijl hij daar erg bang voor is.
7. Complimenten: geef je kind complimenten als je kind iets moeilijks probeert, ook al mislukt het. En geef je kind een compliment als hij een moeilijke taak afmaakt.
8. Reageer positief op wat je kind doet: "Goed je best gedaan!" En niet op je kind als persoon: "Je bent de nieuwe Picasso."
9. Kijk niet naar falen: let niet te veel op wat niet goed gaat. Alleen als het echt nodig is, vertel je hem wat hij niet goed doet. En waarom hij het niet goed doet.
10. Help je kind om iets wel te kunnen. Deel een taakje zo nodig in overzichtelijke stapjes in. Reageer positief bij ieder stapje.

Heeft u meer vragen over dit thema, of bent u op zoek naar andere opvoedtips, kom dan langs op een van onze locaties. Voor openingstijden kijk op onze website: [www.cjgarnhem.nl](http://www.cjgarnhem.nl)



[www.cjgarnhem.nl](http://www.cjgarnhem.nl)

088 3 555 000 (lokaal tarief)