



4 เคล็ดลับเปลี่ยนลูกขึ้นอาย ให้กล้าแสดงออก

บทความ

พ.ย. 14, 2024

3นาที

หากลูกน้อยมีนิสัยเขินอาย ไม่กล้าแสดงออก อาจทำให้เขาหลีกเลี่ยงการเข้าสังคม มาดู 4 เคล็ดลับช่วยเสริมความมั่นใจ เพื่อช่วยเพิ่มทักษะในการเข้าสังคมให้ลูกน้อยกัน

ปัญหาลูกน้อยมีนิสัยเขินอาย ไม่กล้าแสดงออกนั้นสังเกตได้ไม่ยาก และไม่ควรปล่อยผ่านไป แต่ก็ไม่ควรเร่งรัดบีบคั้น หรือบล่อยให้ลูกแพชญ์หนักกับความกังวลของเขาแต่เพียงคนเดียว เพราะจะยิ่งทำให้ลูกน้อยหลีกเลี่ยงการเข้าสังคม ไม่กล้าแสดงออก มีอาการตื่นกลัวคนแปลกหน้า เวลาไม่ใครพูดมาพูดคุยด้วยก็จะเดินหนี ไม่กล้าพูดคุยกับใคร สิงเหล่านี้หากปล่อยไป อาจเป็นปัญหาที่ติดตัวจนเป็นนิสัยของลูกไปจนโต ทำให้ลูกไม่กล้าตามคำถามที่ไม่เข้าใจเมื่อเข้าสู่ชั้นเรียน ดังนั้น

เมื่อคันพบว่าลูกเป็นเด็กขี้อาย คุณพ่อคุณแม่ลองใช้ 4 เคล็ดลับเหล่านี้ เพื่อช่วยเสริมความมั่นใจ เพิ่มทักษะทางสังคมให้ลูกลดอาการเขินอาย กล้าคิดกล้าทำมากขึ้นค่ะ



1. แบบอย่างกล้าคิดกล้าทำ เริ่มต้นจากพ่อแม่

ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไรก็ตาม ลูกจะซึมซับบุคลิกและลักษณะนิสัยมาจากพ่อแม่ของตัวเองเสมอ เช่นเดียวกับสาเหตุที่เด็กคนหนึ่งจะมีนิสัยเขินอาย หรือมีความกล้าคิดกล้าทำ จุดเริ่มต้นแรกก็มาจากการครอบครัว หากคุณพ่อคุณแม่ไม่มีเวลา หรือไม่ค่อยควบหาใคร ลูกก็จะมีนิสัยเขินอาย ไม่กล้าแสดงออกเมื่อเจอกับผู้คน ในทางตรงกันข้าม หากคุณพ่อคุณแม่มีความเป็นมิตรยิ้มแย้ม พูดคุยสนุกสนาน ลูกก็จะจดจำพฤติกรรมดังกล่าวไว้ และมีความกล้าแสดงออกเช่นเดียวกัน

2. พาลูกไปเยี่ยมญาติพี่น้องบ่อยๆ

การพาลูกไปพบปะญาติพี่น้องหรือเพื่อนๆของคุณฟ่อกุณแม่ เป็นการส่งเสริมให้ลูกได้เรียนรู้การสร้างมนุษยสัมพันธ์กับผู้อื่นในกลุ่มย่อมๆ ที่นอกจากรครอบครัวตั้งแต่ยังเล็ก โดยจะทำให้ลูกค่อยๆ กล้าคิดกล้าทำมากขึ้น เนื่องจากคุณเคยกับการรู้ทำกิจกรรมร่วมกับญาติๆ วิธีนี้เป็นก้าวแรกๆ ที่จะช่วยให้ลูกลดอาการเขินอายลง เมื่อพบปะคนอื่นๆ นอกจากรครอบครัว

3. สันบสนุนให้ลูกน้ำลาดเข้าสังคมตั้งแต่เด็ก

สังเกตดูว่าลูกชอบทำกิจกรรมอะไร เพื่อที่คุณแม่จะได้ช่วยพาลูกเข้าไปอยู่ในสังคมที่มีความชอบเดียวกัน หากลูกชอบระบายน้ำ กีลองพาลูกไปเข้าค่ายหรือซัมเมอร์คิลป์สำหรับเด็ก หากลูกชอบวิ่งเล่น ลองพาเข้าไปเข้าค่ายกีฬาเยาวชน ทั้งนี้ก็เพื่อให้ลูกได้ทำกิจกรรมคิลป์ไป เน้นกีฬา หรือทำสิ่งที่ลูกชอบร่วมกับเด็กๆ ในวัยเดียวกัน ความชอบของลูกจะเป็นกุญแจที่จะช่วยให้เขากล้าคิดกล้าทำ มุ่นใจในความสามารถตัวเอง และลดความเขินอายในการเข้าสังคม

4. พ่อแม่คือกำลังใจที่สำคัญ เพิ่มความมั่นใจให้ลูก

ความเขินอายของลูกนั้นเกิดจากความไม่กล้าแสดงออก และขาดความมั่นใจในตัวเอง คุณพ่อคุณแม่จึงเป็นกำลังใจที่สำคัญ ที่จะส่งเสริมให้ลูกมีความมั่นใจ กล้าคิดกล้าทำด้วยตัวเอง คุณพ่อคุณแม่ควรไว้สาม และรับฟัง เพื่อให้ลูกได้แสดงความคิดเห็นของตัวเอง โดยเริ่มจากเรื่องเล็กๆ น้อยๆ เช่น ให้ลูกเลือกเมนูอาหารเอง เลือกเสื้อผ้าประจำวันใส่เอง วิธีการง่ายๆ เหล่านี้จะช่วยส่งเสริมให้ลูกกล้าคิดกล้าทำ มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น และลดอาการเขินอาย ไม่กล้าแสดงออกลง

อาการเขินอาย ไม่กล้าแสดงออกของลูกน้อยในวัยไม่เกิน 6 ขวบ นับว่าเป็นเรื่องธรรมดा ไม่ได้ผิดปกติแต่อย่างใด และจะค่อยๆ หายไปเองเมื่อลูกโตขึ้น อาจจะมีติดค้างเป็นนิสัยเขินอาย ไม่กล้าแสดงออกอยู่บ้าง ถ้าหากคุณพ่อคุณแม่ละเลยใน 4 เคล็ดลับข้างต้น ดังนั้น อย่าปล่อยให้ลูกเล่นคนเดียวนานๆ พยายามพาลูกเข้าไปอยู่ในสังคมบ่อยๆ เพื่อที่เขาก็จะได้พัฒนา SQ หรือความฉลาดเข้าสังคมค่ะ