



आपके बच्चे का पहला नाम

का आत्मसम्मान कैलेंडर

आपके बच्चे का स्वाभिमान प्रतिदिन आकार लेता है।
यहां 30 सरल संकेत दिए गए हैं जिनका उपयोग किया जा सकता है, और जो उसे उसकी कीमत का एहसास कराने और खुद के बारे में एक सकारात्मक दृष्टिकोण बनाने में मदद करेगा।



11 ऐसी किसी परिस्थिति से बचें जो आपको दुखी करती हो।



19 अपने बच्चे को उनकी ताकत पहचानने में मदद करें।



25 उसके गुणों की सूची बनाएं।



12 अपने बच्चे की सफलताओं को हाइलाइट करें।



20 उसे अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के लिए प्रोत्साहित करें।



26 उसके साथ दयालु व धैर्यवान बनें।



13 उसे बताएं कि उसके माता-पिता बन कर आपको कितनी खुशी मिली है।



21 अपने बच्चे के प्रयासों की सराहना करें।



27 अपने बच्चे को बताएं कि आपको उस पर गर्व है।



01 अपने बच्चे को बताएं कि आपको उससे प्यार है।



06 उसे छोटी, वास्तविक चुनौतियां दें।



14 दूसरों की मदद करने के महत्व को समझाएं।



22 उनकी रचनात्मकता को प्रोत्साहित करें।



26 अपने बच्चे के साथ कोई पसंदीदा किताब देखें या पढ़ें।



02 उसे कुछ नया करने के लिए प्रोत्साहित करें।



07 उसे सुरक्षित रूप से अपने पर्यावरण का पता लगाने दें।



15 उसके कठिन समय पर उसके साथ बने रहें।



23 अपने बच्चे के साथ खेलें।



29 उनके सीखने की गति का सम्मान करें।



03 उसे निर्णय लेने दें।



08 अपने दैनिक कार्यों में बच्चे को शामिल करें।



16 स्वीकार करें कि आपका बच्चा खास है।



24 वह जो शुरू करता है उसे पूरा करने के लिए उसे प्रोत्साहित करें।



30 अपने बच्चे को ध्यान से सुनें जब वह आपसे कुछ कहता है।



04 अपने बच्चे को इस बारे में बात करने के लिए कहें कि उनको किस बात पर गर्व और खुशी होती है।



09 अपने बच्चे को दूसरों के बच्चे के साथ बातचीत करने और दोस्ती विकसित के अवसर प्रदान करें।



17 अपने बच्चों की पहलों को सपोर्ट करें।



05 बिस्तर पर लिटाते समय उसे बताएं वो आपके लिए कितना महत्वपूर्ण है।



10 उनके चित्र और शिल्प प्रदर्शित करें।



18 अपने बच्चे के साथ उसकी तस्वीरें और यादें देखें।



L'estime de



Le prénom de votre enfant

au fil des jours

L'estime de soi de votre enfant se construit au quotidien. Voici 30 gestes simples, à utiliser au fil des jours, qui l'aideront à prendre conscience de sa valeur et à avoir une vision positive de lui-même.

01 Dites à votre enfant que vous l'aimez.

06 Lancez à votre enfant de petits défis à sa mesure.

14 Encouragez les gestes d'entraide.

22 Encouragez sa créativité.

26 Regardez ou lisez avec votre enfant un livre qu'il aime.

02 Encouragez-le à essayer quelque chose de nouveau.

07 Laissez-le explorer son environnement de façon sécuritaire.

15 Soutenez votre enfant lorsqu'il vit une difficulté.

23 Jouez avec votre enfant.

29 Respectez son rythme d'apprentissage.

03 Permettez-lui de faire des choix.

08 Impliquez votre enfant dans les tâches quotidiennes.

16 Reconnaissez que votre enfant est unique.

24 Encouragez-le à terminer ce qu'il entreprend.

30 Écoutez votre enfant avec attention lorsqu'il vous raconte quelque chose.

04 Faites parler votre enfant de ce qui le rend fier et heureux.

09 Offrez l'occasion à votre enfant d'interagir avec d'autres enfants et de développer des liens d'amitié.

17 Valorisez les initiatives de votre enfant.

05 Bordez-le en lui disant à quel point il est important pour vous.

10 Affichez ses dessins et ses bricolages.

18 Regardez avec votre enfant des photos et des souvenirs de lui.

11 Déramatisez une situation qui le rend triste.

19 Aidez votre enfant à reconnaître ses forces.

25 Nommez les qualités de votre enfant.

12 Soulignez les succès de votre enfant.

20 Encouragez-le à exprimer ses sentiments.

26 Ayez une attitude chaleureuse avec lui.

13 Dites-lui combien vous êtes heureux d'être son parent.

21 Valorisez les efforts de votre enfant.

27 Dites à votre enfant que vous êtes fier de lui.

