

4 Aktivitas untuk Melatih Keberanian Anak



Bu, melatih keberanian anak adalah bagian dari proses perkembangan kemampuan sosial emosional anak, lho. Anak berani bukan semata-mata anak yang berani dalam gelap atau berani memanjat dengan tinggi. Keberanian dibutuhkan si Kecil sepanjang hidupnya untuk menghadapi tantangan dan hambatan sehingga ia kemudian dapat mencapai tujuan akhir yang ia inginkan.

Untuk bisa jadi anak berani si Kecil juga perlu percaya terhadap kemampuan yang ia miliki. Nah, melatih keberanian anak sebaiknya dilakukan melalui kegiatan yang dilakukan langsung oleh anak. Baik itu aktivitas fisik maupun diskusi dan interaksi langsung dengan anak. Berikut ini adalah beberapa aktivitas yang bisa Ibu lakukan untuk membantu si Kecil menjadi anak berani.

1. Mencoba hal baru

Anak-anak biasanya takut terhadap apa yang belum ia ketahui, karenanya seringkali mereka takut ketika diminta melakukan hal yang baru. Misalnya saat pertama kali berenang, pertama kali mencoba bermain *flying fox*, masuk ke kelas baru, dan lain sebagainya. Dorong si Kecil untuk mencoba berbagai hal baru dengan cara yang positif. Diskusikan mengenai hal baru tersebut, dan bahkan diskusikan mengenai apa yang

membuatnya takut. Ibu juga bisa melakukan hal tersebut bersamanya agar si Kecil lebih bersemangat. Jangan lupa untuk tetap mengawasi si Kecil ya, Bu.

2. Berdiskusi dengan si Kecil

Diskusi penting dilakukan dalam proses . Melalui diskusi Ibu dapat mengetahui apa hal yang ia takuti dan si Kecil bisa mendapat penjelasan mengenai mengapa hal tersebut tak perlu ia takuti. Diskusi juga dapat membantu si Kecil mencari solusi dari berbagai masalah sehingga ia nantinya bisa tetap berani ketika dihadapi dengan masalah. Berikan alasan rasional mengapa hal-hal tersebut tidak perlu menjadi momok bagi mereka. Salah satu sasar yang bisa ibu lakukan adalah membaca buku mengenai keberanian bersama si Kecil sebagai pengantar sebelum berdiskusi.

3. Role play tentang keberanian

Setelah berdiskusi, Ibu dan si Kecil bisa melakukan dramatisasi (*role play*) mengenai berbagai situasi yang membutuhkan keberanian si Kecil. Misalnya, ketika si Kecil bertemu anjing yang menggonggong, berhadapan dengan teman yang menggangukannya, dan lain sebagainya. Dorong si Kecil untuk mendramatisasikan apa yang akan ia lakukan dalam situasi-situasi tersebut. Arahkan untuk memberikan respon positif terhadap berbagai situasi tersebut.

4. Membuat poster keberanian

Ajak si Kecil membuat poster yang kemudian bisa ia tempeli tulisan berbagai sikap yang berkaitan dengan keberanian. Misalnya, jika si Kecil suka cerita *superhero*, buatlah poster gambar kota dan tempel di dinding kamarnya. Kemudian buat beberapa gambar *superhero* yang ditambahi tulisan seperti 'berani tidur sendiri', 'berani mengakui kesalahan', 'berani menjawab pertanyaan di kelas', dan sebagainya. Tempelkan gambar *superhero* di poster setiap kali si Kecil berani melakukan hal yang tertulis di situ.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/4-aktivitas-untuk-melatih-keberanian-anak.html>