

ÇOCUKLA KALİTELİ ZAMAN GEÇİRME VE OYUN

Yalnızbağ İbni-Sina
İlkokulu



Çocukların
anne babalarıyla vakit geçirmeye,
oynamaya ihtiyaçları vardır Bir
çocuğun doğumundan itibaren
yanında
olmasını istediği kişi öncelikle annesi
ve babasıdır İlk aylarda temel
ihtiyaçların giderilmesi, anneden
görülen
şefkat, dokunsal beraberlik çok
önemlidir Zaman ilerledikçe, bebek
büyüdükçe annenin yanında zaman
geçirmek
istediği ikinci kişi de babasıdır
Çocuk, her iki ebeveyynden de sevgi
ve ilgi bekler Sevgi ve ilgi
sözcüğünün içinde
çocuğunuzla yaşamı paylaşmak vardır
Onunla ortak paylaşımlar,
aktivitelerde bulunmak gerekir

ÇOCUKLA KALİTELİ ZAMAN GEÇİRMEK NE DEMEKTİR?

Birlikte geçirilen her saniyenin dolu dolu olması, birlikte eğlenmek ve çocuğun zihinsel, fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimine destek olmak anlamına gelir. Yani vakit geçirmek ayrı, nitelikli vakit geçirmek ise apayrı şeylerdir.

Ebeveyn olarak gerek iş hayatı gerekse de ev hayatı ne kadar yoğun olursa olsun çocuğunuza vakit ayırmayı ihmal etmemelisiniz. Çünkü çocuğunuza ayırdığınız her dakika, onun dünyayı deneyimlemesine ve anlamasına yardımcı olur. Çocuklar yaşı kaç olursa olsun anne-babalarından ilgi ve sevgi bekler. Her yaştaki çocuk için ilgi ve geçirilen zaman onun için önemli bir ihtiyaçtır. Bu süreçte birlikte neler yapılabileceği, yaşla birlikte değişse de, onunla gerçek bir kaliteli zaman için dikkat edilecek en önemli husus duygusal olarak birlikte olduğunuzu ona hissettirmek olmalı.



ÇOCUKLA KALİTELİ ZAMAN NASIL GEÇİRİLİR?

Çocuğunuzun gözlerinin içine bakarak onu gerçekten dikkatle dinlediğiniz tek bir dakika, onu dinlermiş gibi yaptığınız 10 dakikadan çok daha değerlidir. Çocukla birlikte kaliteli zaman geçirmek demek, beden ve ruhen orada olmak demektir. Çocuğunuzla geçirdiğiniz bir saatin elli dakikasında elinizdeki cep telefonu ile ilgilenmemelisiniz. Çocuğunuzla geçirdiğiniz kısıtlı süre içinde TV'yi kapatın ve cep telefonunu ulaşamayacağınız bir yere kaldırın.



Çocukla birlikte yapılabilecek aktiviteler olarak, çocuğun ilgi duyduğu şeyler yapılabilir. Örneğin, beraber yürüyüşe gitmek, piknik yapmak, oyun oynamak (kutu oyunları, evcilik vs.), birlikte spor yapmak (basketbol, voleybol vs.) olabilir. Böylelikle çocuk, ilgi alanlarının önemsendiğini, dolayısıyla kendisinin de önemsendiğinin farkına varır ve kendine olan güveni gelişir. Sevildiğini ve önemsendiğini hisseden çocuk kendine değer verir, dolayısıyla başkalarına da değer vermesi için ilk adım atılmış olur.



İşten eve geldiğinizde çok yorgun hissediyor olabilirsiniz. Ancak koltuğa uzanıp keyif yapmadan önce çocuğunuza sarılıp onu öpmek ve ona gününün nasıl geçtiğini sormak çok vaktinizi almaz. Üstelik sarılmak fiziksel stresinizi de azaltır.

Birlikte kitap okumak çocukla nitelikli zaman geçirmenin en etkili yollarından biri. Özellikle uyku öncesi bunun için iyi bir zaman olabilir. Kitap okurken çocuğunuza kahraman hakkındaki düşüncelerini ve o benzer durumlarla karşılaşsaydı nasıl bir yol izlerdi, gibi konulardaki görüşlerini sorabilirsiniz.

Yemek yaparken, kırılan bir şeyi onarırken veya eve yeni bir eşya alınacakken çocuğunuzdan yardım alın. Çocuğunuzu bu tarz minik işlere dahil ederek birlikte geçirdiğiniz kaliteli zaman içerisinde ona yeni bir şey öğretip küçük yaştan sorumluluk kazandırabilirsiniz. Çocuklar genellikle bu tarz şeyleri çok eğlenceli bulur ve yetişkilerin yaptıkları işlere yardım edince özgüvenleri yükselir.



Zaman ayırıp
okuduğunuz
için teşekkür
ederiz..

