

Meydan okumaların hakkında gelme - Bu bir çocuk oyuncağıdır!



Günlük meydan okumaların hakkında gelmek için çocukların sağlıklı beslenmenin yanı sıra, yeterli uykuya ve koruma stratejileri olarak adlandırılan harekete de ihtiyaçları bulunmaktadır. Bunlar yakın şahırlar ve çevre ile birlikte kazanılan tecrübeler ile gelişmektedir.

Çocuklar kendilerini rahat hissetmekte ve kendilerine sevgi dolu ve hassas bir şekilde refakat eden yakınları mevcut ise, fiziki direnç güçleri (psikolojik direnç) kuvvetlenmekte ve zor durumların da hakkında gelebilmektedirler.

Psikolojik dirençli çocuklar...

- ... Kendilerini değerli ve sevilen olarak hissederler
- ... Yeteneklerine güvenirlir
- ... Hislerini ayarlayabilirler
- ... Yakınlarına güvenebilirler
- ... Zor durumlarında hakkında gelebileceklerine inanirlir
- ... Kendi başlarına görevleri yerine getirmek isterler
- ... Severek yeni şeyler öğrenirlir



Çocukların güvenebildikleri, güvenlik hissi aktardıkları ve çocuğa sevildiğini gösteren yakınları çocuğun ruhsal sağlığına önemli bir katkı sağlamaktadırlar.



Çocuğunuzu günlük hayatta şu şekilde güçlendireceksiniz

- 😊 Çocuğunuza zaman ve tam bir dikkat veriniz
- 😊 Net kurallar oryantasyon sağlar - Bu konuda taviz vermeyiniz
- 😊 Çocuğunuza yeterli sükunet ve dinlenme zamanı olanakları tanıyınız
- 😊 Çocuğunuzun bütün duygularını serbest bırakınız
- 😊 Rutin ve düzenli uygulamalar (örneğin akşamları kitap okuma)
Güvenlik ve itimat sağlayınız - ayrıca yakınlık ve şefkat için müşterek zaman sağlayınız
- 😊 Çocuğunuzu cesaretlendiriniz ve zor durumları da başaracağına inanınız - fakat yenilgiler de tamam deyiniz



Yaratıcılık çocuğunuzun psikolojik direncini güçlendirecektir

Çocuklar araştırma yapmak, bir şey meydana getirmek ve kendilerini ifade etmek isterler. Çocuklar kendi yaptıkları ile bir şey başardığını yaşarlar ve bununla kendi başına bir şey yapma yeteneğini, dayanıklılığını, kendine güveni güçlendirirler. Çocuğunuz bu şekilde kendinden emin olacaktır. Çocuğunuzla şarkı söyleyin, müzik yapın, resimler çizin. Yapılan resimleri asınız ve çocuğunuzun sakince kendi kendine oynamaya da bırakınız.