Mutluluk Evinizde Mutluluk İçinizde

Değerli Anne Babalar; Öncelikle aile içinde her zamankinden daha fazla duyarlılık anlayış empati sorumluluk ve sabır gereklidir.

Evde kalma süresince neler yapabiliriz?

1-Neden evde kalmamız gerektiğini çocukların seviyelerine uygun cümlelerle anlatınız. “Hastalığın yayılmasını önlemek için evde kaldığımızı ayrıca bilim insanları ve hekimler bu salgına çözüm bulmak için sürekli çalıştığını ve ” Geçmişte buna benzer salgınlar olduğunu ve bilim insanlarının buna çözüm bulduğunu anlatınız.

2-Şuanda sağlıklıyız ve sağlıklı kalmak için önlemlere uyuyoruz ve belli bir süre daha evde kalmamız gerekiyor. Yatma, kalkma, yemek yeme zamanları belli olmalıdır. Uyku düzeninin bozulması, çocukların geç yatması ve özellikle az uyumanın bağışıklık düzenini zayıflatacağını unutmayalım.

3-Ev işlerinde seviyelerine uygun sorumluluklar verelim.

4-Eğitim etkinliklerini takip ederek çocuklarımızın bu uygulamaları yapmalarını sağlayalım.

5-Haber kanallarını çocuklarınız yattıktan sonra veya onların olmadığı ortamda izleyerek onları bu tür haberlerle meşgul etmeyelim

6-Uygun ev içi egzersizleri kaygı stres ve benzeri durumlarında etkileyici olduğunu unutmayalım.

7-İmkanlar dahilinde aile büyükleri, akrabaları ve arkadaşlarıyla görüntülü görüşmek çocuklarımızı rahatlatacaktır.

9- Özellikle çalışan anne babalar evde kalmayı bir fırsata çevirerek çocuklarımızın size olan özlemini azaltarak birlikte zaman geçirmek onun sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimine fayda sağlayacaktır.

Yaşadığımız birkaç örnek verelim:

-Bana bak bana ben büyüyünce senin gibi işe giden kadın almayacağım.

–Peki sen neden Ev Hanımı mesleğini seçmedin?

Kekeme olan çocuğun babasıyla oyun oynamaya başladıktan sonra kekemeliğin geçtiği yaşanmış örneklerden sadece birkaçı.

Çalışan anne babalarda en büyük sıkıntı zaman değil mi? İşte size bol zaman...

10-Uyku öncesi çocuğunuzla mutlaka sohbet ederek, rahatlatarak uyumasını sağlayalım.

11-Tekerleme, fıkra, masal anlatarak onların da öğrenmelerini ve anlatmalarını sağlayalım.

Unutmayınız ki evde çocuklarla geçireceğimiz zamanla onlara ileriki yaşlarında anlatabileceği güzel anılar bırakacaksınız.

Gevher Hatun Anaokulu Rehberlik Servisi