

GÜNÜN SÖZÜ

Geleceği satın alabilecek tek şey, bugündür.
(Samuel Johnson)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Bizler, çocuklarımıza iyi bir gelecek hazırlamak gayesiyle daha çok çalışıp belki farkında olmadan daha yorgun, daha sabırsız ve daha az vakti olan anne ve babalara dönüştük. Oysa çocuklara anne babalarından en çok ne bekledikleri sorulduğunda, birlikte daha çok vakit geçirmek ve onları daha az gergin ve yorgun görmek istediklerini belirtmişlerdir. Bilmeliyiz ki hatıralara ekilen en değerli tohum, birlikte geçirilen keyifli vakittir.

GÜNÜN OYUNU

Çocuğunuza bir saksı çiçeği hediye edin. Çiçeğin bakımını birlikte yaparak onu sevgiyle büyütün. Çiçeğinize bir isim verin ve onunla konuşmayı öğretin. Çocuğunuzun gelişim seviyesine uygun olan sorumluluklar, onun özgüvenini güçlendirecektir. Bunu, hayatın her aşamasında uygulayabilirsiniz.

GÜNÜN SÖZÜ

İnsan ne söylediğini bilmeli fakat her bildiğini söylememelidir.
(Namık Kemal)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Çocuklarınızın yapamadıklarına odaklanmak yerine, yapabileceklerine olan inancınızı onlara gösterin. Örneğin, "Ceketinin düğmelerini düzgün ilikleyemiyorsun!" demek yerine "Düğmelerini iliklemeye çalışmakta oldukça başarılısın, sadece biraz daha denemeye devam etmelisin." diyerek çocuğunuzun çabalarını destekleyebilirsiniz.

GÜNÜN OYUNU

Çocuğunuzla "Nesi var, nesi yok?" oyunu oynayın. Bir nesne belirleyin ve bunu çocuğunuza söylemeyin. Onun, "Nesi var?" sorusuna vereceğiniz cevaplarla, belirlediğiniz nesneyi bulmasına rehberlik edin. Sonra nesne belirleme sırası çocuğunuza geçsin.

GÜNÜN SÖZÜ

Ben matematiğe hayatımı adadım, karşılığında bana hayatımı geri verdi.
(Cahit Arf)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Çocuğunuzun sizi ve ev ortamını nasıl algıladığını öğrenmek için küçük bir test yapın. Şu soruları örnek kabul edebilirsiniz: "Evimizde hangi yemekler pişiyor? Sana değişik gelenler var mı? Evimizde ne tür müzikler dinleniyor? Sen en çok hangisini seviyorsun? Neler olduğunda kutlama yapıyoruz? Ben evde en çok hangi kelimeyi kullanıyorum? Evde en çok hangi saatleri seviyorsun?" gibi sorular sorabilirsiniz. Bu sorularla, doğru yaptıklarımız veya yapamadıklarımızı görebilir ve bir farkındalık oluşturabiliriz. Böylece iletişim dilimizi, evin genel hâlini gözden geçirir belki de değiştirebiliriz.

GÜNÜN OYUNU

Çocuğunuzla "sessiz sinema" oynayın. Nesne, olay ya da eşyayı konuşmadan, el ve kol hareketleriyle anlatmaya çalışın. Doğru cevabı hereni alkışlayarak ödüllendirmeyi unutmayın. Alkış, doğru kullanıldığında iyi bir pekiştiricidir.

GÜNÜN SÖZÜ

Eğitimdir ki bir ulusu ya özgür, bağımsız, büyük, yüksek bir toplum olarak yaşatır ya da köleliğe ve yoksulluğa düşürür.
(Mustafa Kemal Atatürk)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Sağlıklı çocuklar yetiştirmek için bazı kurallara uymak gerekir. Düzenli uyumak ve sağlıklı beslenmek, elleri sık sık sabunla yıkamak ve çocukların bulunduğu ortamları belirli aralıklarla havalandırmak, çocukları hastalıklara karşı korumada önemlidir. Ellerimizi doğru yıkamak için sabunla köpürterek ve avuç içlerini ovarak yıkamalı, parmak aralarımızı da sabunlamalı, parmak sırtlarını diğer elin avucunun içine sürterek temizlemeli, tırnak uçlarımızı da temizlemeliyiz. Ellerimizi bol su ile durulamalı ve temiz bir havlu ile iyice kurulamalıyız.

GÜNÜN OYUNU

Çocuğunuz, marketten aldığınız bir kolinin her tarafını parmak boyası ya da pastel boyayla ile boyasın. Küçük ressam, istediği şekilleri yapmakta özgür olsun. Kapı, pencere, duvar boyamak isteyen çocuklarımız için geniş hacimli boyama alanları farklı ve güzel bir deneyimdir.

GÜNÜN SÖZÜ

Mum olmak kolay değil, ışık saçmak için önce yanmak gerek.
(Mevlâna)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Çocuğunuza “Sana söz!” diyerek sözler verir misiniz? Cevabınız “Evet” ise verdiğiniz sözleri tutma konusunda çok dikkatli olmanız gerektiğini bilmelisiniz. Çocuğunuza verdiğiniz sözleri tutmanız, aranızdaki güvene dayalı ilişkiyi güçlendirecektir. Çocuğun hayat yolculuğunda en önemli pusulası ailesi tarafından öğretilen değerlerdir. Çocuk; görerek, duyarak, model alarak, yaparak değerleri öğrenir. Bu, ailenin çocuğuna bırakacağı en büyük mirastır.

GÜNÜN OYUNU

Yere genişçe bir minder koyun. Orası deniz olsun. Çocuğunuz kurbağa gibi zıplasın. Çocuğunuza “kurbağa sahilde” dediğinizde minderin dışına, “kurbağa denizde” dediğinizde de minderin üzerine zıplamasını söyleyin. Şaşırmadan oyuna devam edebilen kişiyi alkışlayın.

GÜNÜN SÖZÜ

Çocuklar yeryüzünün canlı çiçekleridir.
(Maksim Gorki)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Sosyal ortamlarda çocuğunuz da sizler gibi, diğer insanlarla etkileşime girer. Böyle durumlarda, konuştuğunuz kişiler çocuğunuza sorular sorabilir. Bu soruları onun yerine siz cevaplamayın. Kendisinin cevap vermesine fırsat tanıyın. Örneğin, çocuğunuz hastaysa ve kendisine nasıl olduğu soruluyorsa “Biz iyileştik.” şeklinde çoğul cevap vermemeye dikkat edin. Bırakın, çocuğunuz konuşsun. Kendini ifade etme fırsatı bulan çocukların iletişim becerileri daha güçlü olur.

GÜNÜN OYUNU

Kâğıda bir ağaç gövdesi ve dallarını çizin. Çocuğunuzla birlikte sokaktan topladığınız yaprakları çizdiğiniz dallara yapıştırarak kendi ağacınızı tasarlayın. Farklı mevsimlerde farklı ağaçlarınız olacaktır.

GÜNÜN SÖZÜ

Bir nazlı kuşa benzer çocuk dediğin. Ev ister, ekmek ister, öpülmek, okşanmak ister.
(Cahit Külebi)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Kızgınlık anında ağızımızdan çıkan sözler çok önemlidir. Çocuğunuza kızdığımızda ona asla “Seni artık sevmiyorum!” demeyin. Tüm çocuklar, sonsuz ve koşulsuz sevgiyi hak eder. Böyle anlarda sakin kalmaya çalışarak ona neden kızdığımızı anlatın. O, öfke anında size “Seni artık sevmiyorum!” dese bile siz, “Ama ben seni çok seviyorum ve her zaman seveceğim!” diyerek onu yatıştırın.

GÜNÜN OYUNU

Bir bardak tuz, iki bardak un, bir bardak suyu karıştırıp yoğurun ve çocuğunuzla birlikte tuz seramiği yapın. Hamuru elinizle yassılaştırarak üzerine bir yaprağı bastırın. Yaprığın damarlarını seramik hamurunun üzerinde göreceksiniz. Bu hamuru kurutup boyayabilirsiniz.

GÜNÜN SÖZÜ

Çocukluğunu tam yaşamamış insan, kolay kolay tam bir insan olamaz.
(Friedrich Hölderlin)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Aile içinde esnek ve hoşgörülü bir tavır sergileyen, çocuğun ihtiyaçlarının farkında olan, onu yargılamadan dinleyebilen, ihtiyaçlarına uygun cevaplar veren, gerçekçi kurallarla sınırlarını ona öğretebilen, tutarlı ve ortak faaliyetler yapan anne babalar; çocuklarını, gelecek için girişken, bağımsız, gerçekçi, sınır ve haklarının ayırımını yapabilen öz güvenli bireyler olarak yetiştirirler.

GÜNÜN OYUNU

Evdde fırça avına çıkın. Saç fırçası, diş fırçası, ayakkabı fırçası, yumurta fırçası gibi artık kullanılmayan fırçalar olabilir. Bu fırçaları kullanarak, çocuğunuzla birlikte dilediğiniz herhangi bir resmi yapın.

GÜNÜN SÖZÜ

Aşkla yapılmış ölesiye bir çalışma, işte gerçek mutluluk.
(Dostoyevski)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Çocuk, önce annesi, babası ve kardeşleriyle ilişki kurmayı öğrenir. Çocuklarımızla işe ve okula gitmeden önce ailece yaptığınız kahvaltı; sağlıklı beslenmenizin yanı sıra güne ailece başlamanız, günü planlamanız, iletişim kurarak ve paylaşımda bulunarak ayrılmanız açısından da önemlidir. Sabahları kahvaltıda gece iyi uyuyup uyumadığımızı, gördüğümüz rüyaları, gün içinde ne yapacağımızı, akşam yemeğinde ne pişirileceğini konuşabilirsiniz.

GÜNÜN OYUNU

Büyük boy bir patatesi soyun ve sivri olmayan bir kahvaltılık bıçağıyla heykel yapıyormuş gibi şekil verin. İsterseniz oluşturduğunuz şekli parmak boyasına batırarak boyayabilir, boyadığınız patatesi bir kâğıda basarak patates baskısı yapabilirsiniz.

GÜNÜN SÖZÜ

Ağaçlar, toprağın göğe yazdığı şiirlerdir.
(Halil Cibran)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Çocuğunuza arkadaşça yaklaşın ama onların arkadaşımışsınız gibi davranmayın. Çocuk, hayattaki doğruyu ve yanlışını kendi kendine öğrenemeyeceği için sizin onu büyütüp besleme ve ona rehber olma göreviniz vardır. Çocuğunuzun çok sayıda arkadaşı olabilir ama o öncelikle kendine yol gösterecek bir ebeveyne ihtiyaç duyar.

GÜNÜN OYUNU

Çocuğunuzun oyuncaklarını evin çeşitli yerlerine, görünecek şekilde yerleştirin. Sonra ışıkları kapatın ve birlikte el feneriyle oyuncak avına çıkın. Oyundan önce çevrede kesici, delici bir eşya olmadığını kontrol edin. Tehlike oluşturacak engelleri kaldırın.

GÜNÜN SÖZÜ

Küçük çocukların dardını küçük görmemeli.
(Firdevsi)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Çocuklar, kendilerine söylenen her cümleyi zihinlerine bir tohum gibi ekerler. Çocuğunuzun severken, cesaretlendirirken veya eleştirirken kurulan her cümle, ona hayatı boyunca sizden kalan en büyük miras olacaktır. Bu yüzden onunla konuşurken, ağzınızdan çıkan her kelimeye dikkat edin. Bunun ne kadar etkili olduğunu fark etmek için siz de kendi çocukluğunuzu düşünebilir, geçmişte anne babanızın size söylediklerini zihninizde duymaya çalışabilirsiniz.

GÜNÜN OYUNU

Çocuğunuza; kurbağa gibi zıpla, yılan gibi yerde sürün, bir rulo gibi yuvarlan, ellerini cebine koyarak zıpla, geri geri yürü, tek ayak üstünde zıplayarak yürü, başının üstüne bir kitap koyarak düşürmeden yürü, kendi etrafında dön, penguen gibi yürü gibi komutlar vererek eğlenceli fiziksel aktiviteler yapmasını sağlayabilirsiniz.

GÜNÜN SÖZÜ

Anne kalbi, çocuğun okuludur.
(Henry Ward Beecher)

GÜNÜN ÖNERİSİ

Çocuklar, her zaman anne babalarının dikkatini çekmek isterler. Bunu bazen olumlu bazen de olumsuz davranışlarla yaparlar. Ebeveyn olarak çocuğunuzun olumsuz davranışlarını gündeme getirmek yerine, olumlu davranışlarını fark ettiğinizi belli edecek şekilde onu takdir edin. Arkadaşınızla sohbet ederken çocuğunuzun olumlu bir davranışından gururla bahsetmek gibi dolaylı aktarımlarla da çocuğunuzun takdir edebilirsiniz.

GÜNÜN OYUNU

Siz çocuk olun. Çocuğunuz da anne/baba olsun. Siz onu taklit edin. Onun da sizi taklit etmesini isteyin. Kendinizi çocuğunuzun gözünden görün. Çocuklar en iyi aynadır. Unutmayın, her daim söylediğinizden çok, yaptıklarınızla örnek olursunuz.