

Çocuk Bakımı

ve Çocuk Sağlığı

ANNE BABALAR İÇİN BİLGİ NOTU



Çocuğunuzun direncini artırmak

Ebeveyn olarak, elbette çocuğunuzun zorluklara karşı korumayı istersiniz, ancak bütün çocuklar zorluklarla ve aksamalarla karşılaşacaktır. Türlü çeşitli deneyimler – ailelerin dağılması, hastalık, yeni bir şehre taşınmak, yeni bir erken eğitime başlamak veya travmalı bir olay – çocuğunuzun direncini sınavabilir.

Direnç, olumsuz veya zorlu deneyimlerden sonra kendini toparlama yeteneğidir. Genelde çocukların kendiliklerinden kendilerini toparladıklarını düşünürüz ancak bu doğru değildir. Ve çocukları her zaman zorluklara karşı koruyamasak da, dirençlerini artırmalarına yardımcı olabiliriz ve olayların üstesinden gelebilmeleri ve gerektiği gibi adapte olabilmeleri için becerileri ve destekleri olduğundan emin olabiliriz.

Ebeveynler çocuklarının direncini nasıl artırabilir?

Direnç artırmak, çocuğunuzun büyüüp, gelişmesine yardımcı olmak için, güvenli ve sevgi dolu ilişkiler ve destekleyici, olumlu deneyimler benimsemektir.

Çocuğunuzla güçlü bir ilişki kurmanın yanı sıra, çocuğunuzun direncini artırmaya yardımcı olmak için şunları yapabilirsiniz:

- Çocuğunuza kendisini sevdiğinizi ve ihtiyaçlarını karşılayacağınızı göstererek.
- Çocuğunuzun duygularını ve yeteneklerini takdir ederek; bebeğinizin ihtiyaçlarını karşılayarak ve ağlamalarına ve çıkardığı seslere yanıt vererek.
- Çocuğunuz bağımsız olarak birşeyler yaptığında gülümseyerek ve överek.
- Yeni şeyler yapmaya çalıştığında ve denediğinde, kendisini onaylayarak ve teşvik ederek.
- Çocuğunuza anlaşılması kolay kurallar ve sonuçlar vererek ve kuralların ardındaki gerekçeyi açıklayarak.
- Fikirlerini sorarak ve fikirlerine saygı göstererek.
- İyi olduğu şeyleri yapması için çocuğunuza bol zaman vererek.
- Çocuğunuza evde sorumluluklar vererek.

Siz ve aileniz stres altında olsanız bile, çocuğunuzla olumlu olmanız çok önemlidir. Bu çocuğunuza kendisini sevdiğinizden ve kendisi ile ilgilendiğinizden emin olmasını sağlar.

Çocuğunuzun yaşamında olan bitenleri, çocuğunuzun erken eğitim eğitmenleri ile konuşmayı unutmayın. Bu, eğitmenlerin çocuğunuzun ihtiyaçlarına, özellikle stresli zamanlarda daha bilinçli olmalarına yardımcı olur. Ebeveynler, aileler ve toplum hep birlikte çocuklarınızın direncini artırabilir ve mutlu, sağlıklı ve hayatın zorluklarının üstesinden gelebilecek kişiler olarak büyümelerine yardımcı olabilir.

Bu Ebeveyn Bilgi Sayfası değişik toplum dillerinde mevcuttur ve www.rch.org.au/ccch adresinden referansla birlikte indirilebilir.

HAZIRLAYAN

The **Royal Children's**
Hospital Melbourne
Centre for Community Child Health

MADDİ DESTEK SAĞLAYAN

Johnson's
baby

NATIONAL CHILDCARE
ACCREDITATION COUNCIL
DESTEKLEMEDİĞİDİR

Quality Standard
Level
NCAC
National Childcare
Accreditation Council Inc.

AVUSTRALYA FEDERAL HÜKÜMETİ
AİLE, KONUT, TOPLUMHİZMETLERİ VE
YERLİ İŞLERİ BAKANLIĞI TARAFINDAN
DESTEKLENMEKTEDİR