## Ebeveynler ve bakıcılar için kısa bir rehber

**Watch Me Play!**, bir ebeveynin veya bakıcının sekiz yaşına kadar olan bebeğine veya çocuğuna yardım etmesinin basit bir yoludur. Bebeğinizi veya çocuğunuzu tanımanıza ve birlikte olmaktan keyif almanıza yardımcı olabilir.

Bebekler ve küçük çocuklar kendilerini geliştirmek için ilgiye ihtiyaç duyarlar; tıpkı bitkilerin güneşe ihtiyaç duyması gibi. Kısa bir süre için bile olsa tüm dikkatinizi vermeniz çocuğunuzun kendini rahat hissetmesine yardımcı olur.

Oyun, çocuğunuzun size yakın hissetmesine ve öğrenmesine ve gelişmesine yardımcı olabilir. Sadece çocuğunuzun oyununu izleyerek, çocuğunuzun şu anda neyi sevdiğini ve neyle ilgilendiğini öğrenebilirsiniz. Çocuğunuzla oyunu hakkında konuşmak, dünyayı anlamalarına yardımcı olur ve düşüncelerinin ve fikirlerinin sizin için önemli olduğunu söyler.

İhtiyacınız olan tek şey birkaç basit oyuncak veya malzeme, zamanınız ve çocuğunuzun oyunu hakkında konuşabileceğiniz biri. Bu beş adım, sizin ve çocuğunuzun birlikte vakit geçirmekten keyif almanıza yardımcı olmayı amaçlamaktadır:

### 1 Başlangıç

### 2 Çocuğunuzun oyunda liderlik etmesine izin verin

### 3 Çocuğunuzu oynarken izleyin

### 4 Çocuğunuzla oyunu hakkında konuşun

### 5 Çocuğunuzun oyunu hakkında başka bir yetişkinle konuşun

## 1 Başlangıç

Bebeğinize veya çocuğunuza 5, 10 veya 20 dakika boyunca tüm dikkatinizi verebileceğiniz bir zaman bulun. Başlangıçta kısa bir süreyi deneyin. Beş dakika bile yardımcı olabilir. 5 veya 6 oyuncak, kitap veya malzeme seçin. Çocuğunuz kırılabilecek veya incitebilecek şeyler fırlatırsa, yumuşak oyuncakları çıkarın.

Watch Me Play! zamanı boyunca televizyonları, bilgisayarları ve telefonları kapatın ve pille çalışan veya elektronik oyuncakları kaldırın. Çocuğunuzun hayal gücünü kullanmasına izin veren basit oyuncakları deneyin:

- Kutular, kaplar, plastik veya tahta kaşıklar
- Oyuncak bebekler, oyuncak ayılar, yumuşak oyuncaklar, küçük tahta bebekler
- Oyuncak hayvanlar, trenler, arabalar veya tekneler
- Bir battaniye ve bir yastık
- Yumuşak toplar
- Plastisin veya oyun hamuru
- Oyuncak telefon, plastik çay seti
- Düz kağıt, boya kalemleri veya keçeli kalemler,
- Parmak boyaları veya boya ve fırçalar
- Resimli kitaplar veya bez kitaplar

Çocuğunuz için yaşa uygun veya güvenli olanın ne olduğundan emin değilseniz, çocuğunuzu tanıyan bir sağlık görevlisi, kreş görevlisi veya başka bir profesyonelle görüşün. Bebeğinizle rahatça outrun, yere veya çocuğunuzun yanına oturun. Çocuğunuza onu ne kadar süre oynarken izleyeceğinizi söyleyin.

Çocuğunuzun Watch Me Play! zamanının sonuna hazır olmasına yardımcı olun; çocuğunuzun yeni bir aktiviteye geçmesine yardımcı olmak için birlikte bir şarkı söyleyin veya bundan sonra ne yapacağınızı konuşun. Ona oyuncaklarını bir dahaki sefere nasıl sakladığınızı gösterin.

## 2 Çocuğunuzun oyunda liderlik etmesine izin verin

Bebeğinizin veya çocuğunuzun özgürce oynamasına ve kendi seçimlerini yapmasına izin verin. Güvenli olduğu sürece, istedikleri şekilde kullanarak oyuncakları keşfetmelerine izin verin.

Bebeğinizin yorgun veya aç olduğunu veya mola vermesi gerektiğini görmek için onu takip edin. Çocuğunuza etrafına bakması ve size bakması için zaman verin.

Watch Me Play! zamanı sırasında çocuğunuza bir şey öğretmemeye veya onu düzeltmemeye çalışın. Çocuğunuzun sizden oyununa katılmanızı istemesini bekleyin. Çocuğunuz sizden katılmanızı isterse, kendi fikirlerinizi uygulamak yerine onun liderliğini takip etmeye çalışın. Odayı toparlamayı Watch Me Play! zamanının sonuna bırakın.

## 3 Çocuğunuzun oynamasını izleyin

Watch Me Play! zamanı boyunca bebeğinize veya çocuğunuza tüm dikkatinizi verin. Bebeğinizin gözlerinin nereye baktığını görmek için bekleyerek ne istediğine dair bir fikir edinin. Bebeğinizin neye baktığını görmek, şu anda neyle ilgilendiğini size anlatabilir. Bebeğiniz bakışlarını kaçırdığında veya ağlamaya başladığında, yorgun olabilir veya bir molaya ihtiyacı olabilir.

Çocuğunuzun yapmayı seçtiği her şeye ilgi gösterin. Yüzünüze bakmak veya size dokunmak, oyuncakları hareket ettirmek veya saklamak, bebeğiniz veya çocuğunuzla konuşabileceğiniz oyunlardır. Çocuklar oyun sırasında genellikle aynı şeyleri tekrar tekrar yapar;çocuğunuzun ne yaptığını görün.

Çocuğunuzu bölmemeye veya telefonunuzu kullanmamaya çalışın. Çocuğunuz oynarken neler olduğunu görmek için izleyin. Size nasıl tepki verdiğine dikkat edin.

## 4 Çocuğunuzla oyunu hakkında konuşun

Çocuğunuzla ne yaptığı hakkında konuşun. Bebeğinizin çıkardığı sesleri yankılayın, zaman zaman yeni sesler ekleyin. Bebeğinizin gülümsemesine gülümseyerek veya keyif aldığınızı veya şaşkınlık göstererek karşılık verin. Bebeğinizin baktığı şey hakkında bir şeyler söyleyin: 'Dışarıya bakmak ister misin?'

Gülümseyerek ve bebeğinizle veya çocuğunuzla ne yaptığı hakkında konuşarak ilginizi gösterin. Çocuğunuza düşünmesi için zaman vermek veya sadece bir sonraki fikri beklemek için biraz sessizlik bırakın.

## 5 Çocuğunuzun oyunu hakkında başka bir yetişkinle konuşun

Çocukların oyunları eğlenceli olabilir, ancak bazen izlemek zor olabilir. Bebeğiniz veya çocuğunuzun oyunu hakkında başka bir yetişkinle konuşmak, çocuğunuzun oyunundan daha fazla keyif almanıza ve ayrıca endişelerinizi veya kaygılarınızı paylaşmanıza yardımcı olabilir. Bu, bir aile üyesi veya bir arkadaş veya çocuğunuzu tanıyan bir sağlık görevlisi, pratisyen hekim, kreş görevlisi veya başka bir profesyonel olabilir.

Çocuğunuz hakkında endişeleriniz varsa, oynadıklarında ne olduğunu ve ilgi gösterdiğinizde nasıl tepki verdiğini görmeye çalışın. Fark ettiğiniz şey, çocuğunuzun biraz ekstra desteğe ihtiyacı olup olmadığını anlamanıza yardımcı olabilir. Çocuğunuzun oyununu izlerken sizin için nasıl hissettiğini konuşmak ve düşünmek, çocuğunuzla ilgili neler olup bittiğini anlamanıza da yardımcı olabilir.

## ÖNEMLİ NOKTALAR

- **Çocuğunuzun oynamasını izlemek bağ kurmaya yardımcı olabilir**
- **Özgürce oynamak çocuğunuzun gelişimine ve öğrenmesine yardımcı olur**
- **İlgi duyduğunuzu göstermek bebeğinizin veya çocuğunuzun odaklanmasına yardımcı olur**
- **Birlikte düşünen yetişkinler çocuğun kendini güvende hissetmesine yardımcı olur**

## EBEVEYNLER VE BAKICILAR NE DİYOR:

'My daughter is smiling more.'

'Eve gidip bugün yapabilirim.'

'Fark yaratması biraz zaman aldı ama şimdi birçok değişiklik görüyorum.'

'Bebeğimin oynamaya hazır olduğu zamanı ve ne zaman bir molaya veya kucaklanmaya ihtiyacı olduğunu anlayabiliyorum.'

'Böyle oynadığımızda daha sakin oluyor.'

'Daha fazla bakıyor ve daha fazla ses çıkarıyor.'

'Onunla birlikte olmanın tam olarak neden önemli olduğunu anlıyorum.'

'Kendime daha fazla güveniyorum.'

'Kızım daha fazla gülümsüyor.'

**Bu kaynak ebeveynler ve uygulayıcılar tarafından kendi kullanımları için saklanabilir ve paylaşılabilir.**

©Jenifer Wakelyn 2022. watchmeplay.info