

فرصت بازی را از کودکان نگیریم



این روزها پای صحبت هر پدر و مادری که می نشینی صحبت از کلاس های متنوعی می کند که برای فرزندش در نظر گرفته است.

این روزها پای صحبت هر پدر و مادری که می نشینی صحبت از کلاس های متنوعی می کند که برای فرزندش در نظر گرفته است. کلاس موسیقی، کلاس شنا، کلاس تقویت، کلاس زبان و ... آن قدر کلاس و کلاس که این کودک دیگر فرصتی برای بچگی کردن برایش باقی نمی ماند. فرصت یگانه ای که حق او است. فرصت یگانه ای که هرگز برای او تکرار نمی شود. جالب است بدانید که دنیای آن ها بدون بچگی چیز اعظمی کم دارد. درست مثل یک شکل هندسی تعریف شده که قسمت بزرگی از آن را مثل سیبی گاز زده باشند. درست است که ما باید به فکر آینده آن ها باشیم. درست است که فردایشان را باید همین امروز بسازند، اما باور داشته باشید که باید در میان این کلاس ها و آموزش ها زمانی هم برای مهم ترین حق دوران بچگی آن ها در نظر بگیریم.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه قانون، وقتی که ما تمام فرصت آنان را با این کلاس های گوناگون پر می کنیم آن ها به محض رسیدن به خانه تنها باید استراحت کنند. این باعث تلنبار شدن خستگی هایشان می شود تا جایی که به صورت یک ناهنجاری بروز کند. باور کنید لازم نیست او حتما بهترین باشد. باور کنید لازم نیست زندگی او، در کشاکش اعداد و ارقام، در کشاکش رقابت های دنیای ما آدم بزرگ ها بگذرد. بگذارید تنفس کند. بگذارید شادی را تجربه کند و اطمینان داشته باشید که موفقیت در کنار شادی و سلامت روح اتفاق می افتد. این «کودکی کردن» یا همان «شادی و بازی کردن» همان است که فردا قرار است شخصیت کودک درونش رقم بزند. خیلی از ما با بی توجهی والدین یا حتی خودمان، اجازه بالندگی به این کودک همراه را نداده ایم. والدین محترم! پرداختن به این نیاز در بچه ها شاید در ابتدا باعث عقب افتادن آنان شود اما بعد از مدتی آن ها را به چنان آرامش ژرف و پایداری می رساند که موجب شکوفا شدن همه استعدادهای خفته و پنهان در وجودشان می شود.

به این ترتیب بازدهی امورشان افزایش می یابد و با صرف وقت و انرژی کمتر به نتایج عالی و دلخواه خود دست پیدا می کنند. این کودکی کردن یا کودک درون فردا، بخش عاطفی وجود ما است. هر زمان احساس شادی، اندوه، خشم، ترس یا علاقه داریم، این کودک درون ما است که خود را نمایان ساخته است. وقتی احساس هایمان را به طور عمیق و آزادانه حس می کنیم و به عبارتی بازیگوش و خلاق هستیم، در واقع به کودک درونمان اجازه می دهیم سالم و فعال حضور داشته باشد.

توجه داشته باشید که این کودک به خواب و استراحت بیشتر، فشار کمتر، فرصت بیشتر برای بازی و فراغت و زمانی برای خلوت و تنهایی نیاز دارد. اگر به درستی به نیازهای کودک درونمان پی نبریم، چه بسا نیازش به محبت و توجه، مورد سوءتفاهم قرار بگیرد. به این معنی که به جای گوش سپردن به احساس هایش، بگذاریم پرخوری کند یا به جای ایجاد فرصتی برای بازی و تفریح به او اجازه استفاده از مواد مخدر را بدهیم یا به جای خویشتن دوستی بگذاریم با فردی نامناسب رابطه داشته باشد. در حالی که داشتن کودک درون سالم و فعال، بهترین راه برای پیشگیری از انواع فرسایش، بیماری و مشکل است. اگر به کودک درون اجازه داده شود که خودش باشد و به معنای ساده، بچگی کند، می تواند زندگی ما را دگرگون نماید و به ما کمک کند تا شاداب و بانشاط به سوی کمال حقیقی و هدف الهی آفریده شدنمان، حرکت کنیم.