



کودکان روزانه به سه ساعت بازی با والدین نیاز دارند

یک روان‌شناس کودک گفت: بازی با کودکان در رشد آن‌ها بسیار مهم است.

یک روان‌شناس کودک گفت: بازی با کودکان در رشد آن‌ها بسیار مهم است. علی‌رآکی در گفت‌وگو با خبرنگار خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، منطقه اصفهان، در خصوص لزوم بازی کودکان و والدین اظهار کرد: برخی والدین شاغل به دلیل مشغله کاری زمان لازم را برای بازی با کودکانشان اختصاص نمی‌دهند و بسیاری از والدین غیر شاغل نیز وقت کافی برای بازی با کودک در نظر نمی‌گیرند. وی با اشاره به اینکه شاغل بودن به عنوان یک بهانه برای انجام ندادن وظایف در قبال فرزندان نیست، افزود: والدین در قبال کودک سه وظیفه برعهده دارند؛ دسته نخست وظیفه رشدی والدین است که برای رشد فرزندان باید وظایفی را انجام دهند، دسته دوم وظایف پیشگیری از مشکلات و وظیفه سوم درمان و حل مشکلات کودکان است. این روان‌شناس کودک با بیان اینکه یکی از ابزارهایی که در سه حیطه وظیفه نقش مهمی دارد ابزار بازی است، گفت: والدین به راحتی و با کمترین هزینه می‌توانند از طریق بازی وظایف خود را انجام دهند. راکی ادامه داد: معمولاً تا قبل از سه سالگی والدین وظیفه انجام بازی با کودک را بر عهده می‌گیرند و بعد از این سن به دلیل ورود کودکان به اجتماع از طریق مهدکودک و مراکز پرورش خلاقیت تا حدودی نیاز بازی در کودکان تأمین می‌شود.

والدین نوع بازی کودک را تعیین کنند

وی با بیان اینکه بهترین مکان برای بازی کودکان، مهدهای کودک و مراکز خلاقیت است، گفت: کودکان در این مکان‌ها فرآیندهای اجتماعی کسب می‌کنند و در کنار آن بازی‌های مختلفی را هم انجام می‌دهند، اما تمام این امکانات باعث نمی‌شود که وظیفه والدین در قبال انجام بازی با کودکان کم‌رنگ شود. این روان‌شناس کودک با بیان اینکه تحقیقات مختلف نشان داده است که کودکان حداقل به سه ساعت بازی با والدین در روز نیاز دارند، افزود: تحقیقات دیگری نشان می‌دهد اگر والدین به صورت گروهی با کودک بازی کنند، ساعت کمتر هم برای کودک کافی است.

راکی خاطرنشان کرد: کودکان هر چه قدر از سن نوزادی به سمت بالاتر می‌روند بازی‌های کودکانه جای خود را به بازی‌های فکری و رشدی‌تر می‌دهد و کودکان در سن کم‌تر بازی‌های جسمانی بیشتری انجام می‌دهند. وی با اشاره به اینکه این اشتباه در بسیاری از والدین وجود دارد که آن‌ها فکر می‌کنند کودک خود به تنهایی باید بازی کند، تصریح کرد: حتی زمان‌هایی که کودک به تنهایی مشغول بازی است باید تحت نظارت و والدین باید نوع بازی کودک را تعیین کنند.

اهمیت بازی و رشد کودک

این روان‌شناس کودک ادامه داد: زمانی که کودکان خود بازی می‌کنند ممکن است این بازی‌ها جای خود را به بازی‌های مخرب بدهد همچنین ممکن است آسیب‌های روحی، روانی و حتی جسمانی در کودک ایجاد شود، بنابراین در وهله اول باید کمیت و سپس کیفیت بازی در کودکان در نظر گرفته شود.

راکی با بیان اینکه نظارت والدین در تمام زمان‌هایی که کودکان به تنهایی بازی می‌کنند، لازم است، افزود: مهم‌ترین تأثیر بازی به اعتقاد من در کودکان اثرات ارتباطی بازی است و باید توجه داشت هدف اصلی بازی رشد اجتماعی و پیشگیری از افسردگی کودک است.

وی با بیان اینکه متأسفانه کودکان به جای لذت از بازی‌های جسمانی به سمت بازی‌های آموزشی سوق داده می‌شوند، اضافه کرد: بازی با کودکان در رشد آن‌ها بسیار مهم است، اما امروزه فاصله زیاد کودکان و والدین بسیار است، بنابراین والدین توجه کنند یک هدف بسیار بزرگ این است که می‌خواهیم کودکانی داشته باشیم که در آینده باهم ارتباط سالم و با آرامش داشته باشند.

این روان‌شناس کودک خاطرنشان کرد: بازی ممتد ایجاد آرامش، ایجاد لذت و دوری جستن از روش‌های پرفشار که معمولاً از طریق بازی صورت می‌گیرد در ایجاد آرامش کودک مفید است.