

## بچه‌گی کردن، مهم‌ترین نیاز کودکی

این روزها پای صحبت هر پدر و مادری که می‌نشینی صحبت از کلاس‌های متنوعی می‌کند که برای فرزندش در نظر گرفته است. کلاس موسیقی، کلاس شنا، کلاس تقویتی، کلاس زبان و ...



این روزها پای صحبت هر پدر و مادری که می‌نشینی صحبت از کلاس‌های متنوعی می‌کند که برای فرزندش در نظر گرفته است. کلاس موسیقی، کلاس شنا، کلاس تقویتی، کلاس زبان و ... آن قدر کلاس و کلاس که این کودک دیگر فرصتی برای بچه‌گی کردن برایش باقی نمی‌ماند. فرصت یگانه‌ای که حق او است. فرصت یگانه‌ای که هرگز برای او تکرار نمی‌شود.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از روزنامه قانون، جالب است بدانید که دنیای آنها بدون بچه‌گی 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 آنها باشیم درست است که فردایشان را باید همین امروز بسازند اما باور داشته باشید که باید در میان این کلاس‌ها و آموزش‌ها زمانی هم برای مهم‌ترین حق دوران بچه‌گی آنها در نظر بگیریم. وقتی که ما تمام فرصت آنان را با این کلاس‌های گوناگون پر می‌کنیم آنها به محض رسیدن به خانه تنها باید استراحت کنند. این باعث تلبار شدن خستگی‌هایشان می‌شود 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 رقابت‌های دنیای ما آدم بزرگ‌ها بگذرد. بگذارید تنفس کند. بگذارید شادی را تجربه کند و اطمینان داشته باشید که موفقیت در کنار شادی و سلامت روح اتفاق می‌افتد.

این «کودکی کردن» یا همان «شادی و بازی کردن» همان است که فردا قرار است شخصیت کودک درونش را رقم بزند. خیلی از ما با بی توجهی والدین یا حتی خودمان، اجازه بالندگی به این کودک همراه را نداده‌ایم.

والدین محترم! پرداختن به این نیاز در بچه‌ها شاید در ابتدا باعث عقب افتادن آنان شود اما بعد از مدتی آنها را به چنان آرامش ژرف و پایداری می‌رساند که موجب شکوفا شدن همه استعدادهای خفته و پنهان در وجودشان می‌شود. به این ترتیب بازدهی آموزش افزایش می‌یابد و با صرف وقت و انرژی کمتر به نتایج عالی و دلخواه خود دست پیدا می‌کنند.

این کودکی کردن یا کودک درون فردا، بخش عاطفی وجود ماست. هر زمان احساس شادی، اندوه، خشم، ترس یا علاقه داریم، این کودک درون ما است که خود را نمایان ساخته است. وقتی احساس‌هایمان را به طور عمیق و آزادانه حس می‌کنیم و به عبارتی بازیگوش و خلاق هستیم، در واقع به کودک درونمان اجازه می‌دهیم 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 پی‌نبریم چه بسا نیازش به محبت و توجه، مورد سوءتفاهم قرار بگیرد. به این معنی که به جای گوش سپردن به احساس‌هایش، 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، بچه‌گی کند، می‌تواند زندگی ما را دگرگون و به ما کمک کند تا شاداب و بانشاط به سوی کمال حقیقی و هدف الهی آفریده شدنمان، حرکت کنیم.