**PANDEMİ DÖNEMİNDE EVDE OKUL ÖNCESİ EĞİTİM**

Koronavirüs Pandemisi dolayısıyla**“evde kal”**çağrılarına uyarak hayatımızı evde idame etmeye çalışıyoruz. Herkes bu süreçte belli şekilde etkileniyor. En çok da çocuklar etkileniyor. Televizyonlarda ve sosyal paylaşım sitelerinde birçok uzman bugünler de neler yapmamız gerektiği ile ilgili bilgi veriyor.

Ben bugün ki yazımda**okul öncesi dönem çocukları olan ebeveynlere önerilerde bulunmak istiyorum**. Daha önceki yazılarımda okul öncesi dönem çocuklarının en büyük ihtiyacının oyun olduğunu belirterek çocuklarınızla oyun oynamanızı önermiştim. Bu önerime lütfen sıkı sıkıya bağlanın. Aileler genellikle bu noktada oyun kurmakta zorlandıklarını ya da oyun bilmediklerini söylüyorlar. Ben de burada**ilk öneri**olarak**“kendinizi çocuğun oyun kurma kontrolüne bırakın”**diyorum. Çünkü çocuklar biz yetişkinlere göre daha kolay oyun kurabiliyorlar. Oyun oynama heyecanlarını desteklemek ve motive etmek için de oyuna dahil olun. Çocukken benim en iyi oyun arkadaşım babaannemdi. Kurduğum oyunları bozmaz ve bana eşlik ederdi. Oyunda kimi zaman benim arkadaşım, yolcum, patronum veya öğretmenim olurdu. Zaman zaman öğrencim olur, anlattığım dersi dinlerdi. Sanırım babaannem bana çok şey öğretti. Ama benden ondan ve çocuk bilimcilerden öğrendiğimi size aktarmak istiyorum. Çocuğunuzun oyunlarına dahil olun. Oyunu siz kurup çocuğu dahil etmeye çalışmaktan daha kolay olacaktır.

Çocuk bu kadar oyun içinde sıkılabilir mi? Evet, sıkılabilir. Sıkılması da normal gelmeli. Çocuğun zamanını nasıl kullanması gerektiği konusunda bu sıkılma anı ona destek olacaktır. Bir**ikinci mesele**de şu ki**sıkılan çocukların daha yaratıcı olabileceği**dir. Yapılan araştırmalar gösteriyor ki sınırlanan çocuklar daha yaratıcı fikirler ortaya koyabiliyorlar.

David Burkus yaptığı çalışmada yaratıcılığın sıkılma anlarının sonunda ortaya çıktığını söylüyor. Yine Sarah Green’in “Dahilerin Günlük Rutinler”i adlı makalesinde söylediği gibi “günlük rutinler” kişilerin yaratıcılığını tetiklemektedir. Sıkılmak da iyidir.**Çocuklarınız sıkılıyor diye onları sürekli meşgul etme gayretinden vazgeçmeniz doğru olacaktır.**

**Önerilerimden biri de kitap okumak olacak**. Muhakkak her gün anne-baba olarak siz ve çocuğunuz okuma eylemi gerçekleştirin. Çocuğunuz çocuk kitapları okurken siz de kitap, dergi, gazete ve bunlarla aynı işlevi gösteren dijital makaleler okumaları gerçekleştirin. Çocuğunuz okunanı anlama, anladığını ifade etme gibi becerilerini destekleyin.**Çocuğunuzla kitap hakkında sohbet edin.**

Bununla birlikte çocuğunuzun sanat yönünü de desteklemek faydalı olacaktır. Sanat denildiğinde aklınıza sadece resim gelmemesi gerekir. Çocukların birçok sanat dalına yetenekleri var. Bu sanat dallarının ilkel davranışları ile işe başlayabilirsiniz.

**Lorri Bauer ve Natalie Elms Koronavirüs**pandemisinde çocuklarla nasıl konuşmamız gerektiği ile ilgili bir makale yayınladı. Yazımı o makalenin bir kısmını sizinle paylaşmak istiyorum.

**-**Yaşa uygun gerçekler ve bilgiler verin. Çocuğunuzun virüs veya neler olduğuna dair soruları cevaplayarak başlayabilirsiniz (örneğin, okulun neden iptal edildiği veya neden parka, kütüphaneye veya hayvanat bahçesine gidemediğimiz). Mikroplar gibi kavramlar ve bunların bedenlerimize nasıl girdiği hakkında konuşmanız gerekebilir. Çocukların tekrar tekrar aynı soruyu ve birkaç yetişkine sorulabileceğini düşünün. Çocuğunuzla virüs hakkında nasıl konuştuğunuzu, çocuğunuzun hayatındaki diğer güvenilir yetişkinlerle paylaşmak yararlı olabilir. Aynı cevabı her seferinde duyduklarında çocukların kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olur. Çocuğunuzun sorularına açık olun ve iletişimi açık tutun. Çocuğunuzun ihtiyaç duyabileceği ekstra teşvik ve fiziksel destek sağlayın (Örneğin: Sarılmalar, film izlerken veya film izlerken yakın oturmak).

**-**Evin güvenli bir yer olduğunu ve ailenizin evde ihtiyaç duyduğunuz kaynaklara sahip olduğunu ve hepinizin birlikte olacağınızı vurgulayın. Çocuğunuzla, ailenizin güvende olmasına ve sağlıklı kalmasına yardımcı olacak her şey hakkında konuşun (Örneğin: İyi yemek, temiz su, sıcak battaniyeler, rahat kıyafetler ve oynamak için oyuncaklar ve oyunlar).

**-**Çocukların duygularımızı, stres düzeylerimizi ve endişemizi aldıklarına dikkat edin. Yetişkinlerin kendi kendine bakım yapması, çocuklar odada veya yanındayken haber programlamayı izlemeyi sınırlamaları ve çocuklar bulunmadığında yetişkin sohbetleri yapmaları gerekir.

**-**Sağlıklı kalmak için çocuğunuzun ve ailenizin yapabilecekleri hakkında konuşun. Elleri yıkamak, dirseklerinde veya dokularında öksürük ve hapşırmalara (ve dokuyu doğrudan çöp kutusuna atmaya!).

**-**Yeterince dinlenmeye, sağlıklı yiyecekler yemeye ve bol su içmeye ve fiziksel olarak aktif kalmaya odaklanın. Bu davranışları modelleyin ve öğretin ve onu açık yürekli tutun. (Örneğin, ellerinizi yıkarken çocuğunuzla bir şarkı söyleyebilir, çocuklara sağlıklı yemekler ve atıştırmalıklar hazırlamanıza yardımcı olabilir ve birlikte oynamak için engel kursları ve diğer aktif oyunlar oluşturabilirsiniz.)

Biliyoruz ki bugünler geçecek. Devletimiz ve milletimiz bu süreci en sağlıklı şekilde atlatacak.**Anne ve babalar olarak bizlerin kaygıları çocuklara da sirayet etmekte. Lütfen kaygılarınızı ve korkularınızı çocuğunuzla paylaşmayın. Bunun yerine virüsten nasıl korunmamız gerektiği ve nasıl yenebileceğimiz konusunda bilgiler**verin.

**Sağlıklı kalın.**

**#evdeakal  ERDOĞAN ERGİN**