

Design

EDUCAȚIONAL



UNIVERSUL PĂRINȚILOR CARE
INSPIRĂ MINȚI ȘI DESCHID INIMI
STRĂNGEREA JUCĂRIILOR

Oana Elena Berariu

Această carte în format digital (e-book) este protejată prin copyright și este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivele personale (telefon, laptop, dispozitive de citire). Oricare altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziție publică, inclusiv prin internet sau prin rețele de calculatoare, revânzarea sau comercializarea sub orice formă, precum și alte fapte similare săvârșite fără permisiunea scrisă a deținătorului copyrightului reprezintă o încălcare a legislației cu privire la protecția proprietății intelectuale și se pedepsește penal și/sau civil în conformitate cu legile în vigoare.



Vreau să îți urez **BUN VENIT** în universul părinților care inspiră minți și deschid inimi! Împreună facem lumea să se simtă un loc mai bun și mai sigur pentru copiii noștri și reușim ca în societate, copiii noștri să fie **REGULA DE AUR** și nu excepția de la regulă.





Responsabilitatea copiilor

Probabil că îți dorești să găsești o soluție ca al tău copil să înțeleagă importanța strângerii jucăriilor sale. Ei bine, mai jos vei găsi câteva perspective prin care, cu ajutorul tău, copilul tău va reuși să se familiarizeze cu termenul de “responsabilitate”, iar strângerea jucăriilor se va transforma în momente de conectare, fără să mai treceți prin lupte de putere.



Starea de calm și ordinea

Ne dorim copii care să poată face deja lucrurile pe care noi le considerăm normale de cele mai multe ori, dar pe care uităm că și noi le-am învățat cu mult timp în urmă. Ca să putem învăța ceva, creierul nostru are nevoie să se afle într-o stare de calm. Iar un copil mic și o casă plină de jucării poate fi chiar amenințător pentru creierul tău de părinte, care are nevoie de ordine ca să se simtă în control și prin urmare, în siguranță.

Așa că te îndemn cu toată empatia, mai ales când jucăriile sunt împrăștiate, să te uiți în ochii copilului tău și să realizezi că el încă învață despre cum funcționează lumea, oamenii și situațiile din jurul lui, iar pentru tine, acele jucării nu îți pun viața în pericol (sper).



Conectarea cu copilul

Ce mai este necesar să știi este că **limbajul de iubire** al copiilor este reprezentat de **conectare** și momentele reale de conexiune fac adevărata diferență atunci când ne dorim **cooperarea** de la copiii noștri.

În același timp, copiii, mai ales cei mici, au un anumit instinct care li se poate declanșa de fiecare dată când se simt controlați sau constrânși și trebuie să recunoaștem că strânsul jucăriilor nu este o prioritate pentru ei.

Ba chiar mai mult, imaginația lor și dorința de a-și crea diverse jocuri intră în conflict cu nevoia noastră, a adulților, de a păstra ordinea.

Provocările copilului

Totodată, atunci când un copil vede o mulțime de jucării pe jos, s-ar putea să nu știe real de unde să se apuce și toată această sarcină poate părea “misiune imposibilă” pentru el.

Cu toate acestea, uităm că de fapt, în această situație, norocoșii suntem noi, pentru că un copil își dorește să afle cum să navigheze în această lume, să se simtă folositor, capabil să facă aceleași lucruri ca și tine și mai ales, să aibă convingerea că orice ar face, tu continui să îl iubești și apreciezi pentru ceea ce el este.



Conectarea prin joacă

Jucăriile pot fi puntea de legătură emoțională dintre voi, pentru că atunci când petreci timpul jucându-te cu al tău copil, îl ajuți deopotrivă să învețe și crezi momente prețioase de conectare emoțională.

Ține minte că și tu ai un copil interior și să fim sinceri, noi ca și copii, nu am avut diversitatea la care suntem expuși cu toții acum.

De aceea, atunci când cumperi o jucărie nouă, gândește-te cum îți poate “servi” și ție, chiar dacă ești mamă și ai un băiat sau un tată care are o fată.



Valorile și responsabilitatea

Știu că îți dorești tot ce este mai bun pentru copilul tău și pentru că ai accesat acest ghid, cred că fiecare decizie pe care o iei este ghidată de valori precum iubire, empatie, răbdare, responsabilitate și bunăstarea psihologică a copilului.

Observi cum suntem azi înconjurați de jucării de toate formele, culorile și mărimile, însă nu a fost mereu așa. Înainte de era industrializării, copiii erau pur și simplu integrați în ceea ce înseamnă viața de zi cu zi și își construiau singuri jocuri, conform materialelor pe care le aveau la îndemână și culturii din care făceau parte. De aceea, numărul jucăriilor nu contează. Ceea ce contează într-adevăr, este conexiunea dintre tine și copilul tău.

Suntem la un click distanță de a cumpăra ce ne dorim atât pentru noi, cât și pentru copiii noștri. Pentru ca al tău copil să învețe responsabilitatea, este nevoie să îi fie modelată.

Așadar, vin cu o întrebare ajutătoare pe care o vei putea folosi de fiecare dată când urmează să cumperi un lucru nou:

„Este acest lucru o nevoie sau o dorință pentru mine?”

Uite ce să mai iei în considerare atunci când te gândești la o nouă jucărie pentru copil:

- Siguranța (fără margini ascuțite sau lucruri care pot fi înghițite)
- Stimularea (gândirii, creativității, rezolvarea problemelor)
- Durabilitatea (rezistența și calitatea superioară)
- Implicarea copilului (copilul se joacă activ sau doar privește)

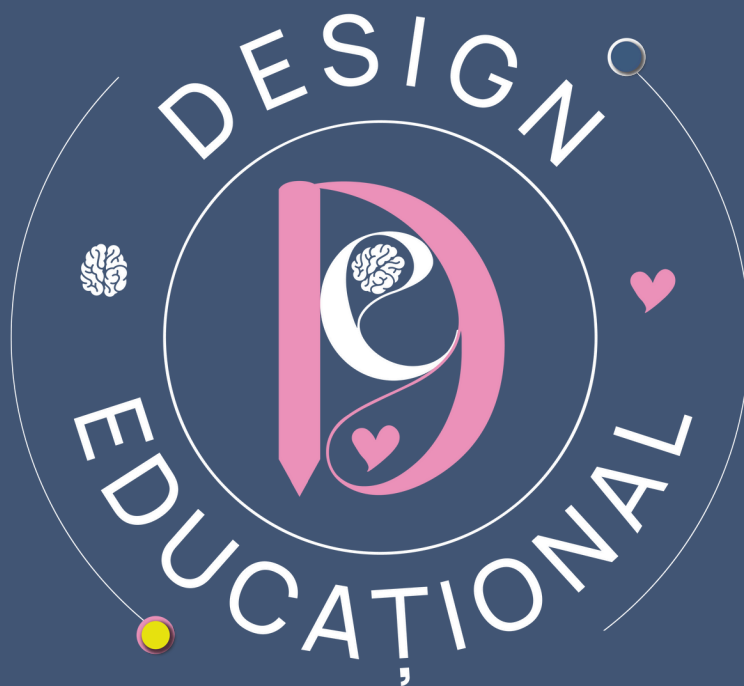
Un alt aspect important legat de jucării este suprastimularea. Ea apare atunci când un copil este expus la mai mulți stimuli simultan, cum ar fi sunete, lumini, mișcări, ceea ce va duce la agitație, dificultăți de adormire sau probleme de concentrare din partea copilului.

Întrebări de reflecție

Mi-aș dori să vezi acest proces ca aparținându-vă amândurora, atât ție, cât și copilului, așa că în cele ce urmează, am câteva întrebări pentru tine.

1. Cum te simți când îi spui copilului să își strângă jucăriile și el nu o face?
2. Ce beneficiu ai tu atunci când el nu își strânge jucăriile?
3. Ce reprezintă pentru tine organizarea / strângerea jucăriilor?
4. Care sunt așteptările tale în ce privește implicarea copilului în strângerea jucăriilor?
5. Cum ți-ai putea comunica nevoile în ce privește ordinea jucăriilor într-un mod accesibil pentru el?





Indiferent de vârsta copilului, cheia este să transformi strângerea jucăriilor într-o activitate plăcută și educativă.

Găsești în următoarele rânduri mai multe perspective de care să ții cont atunci când vine vorba de strângerea jucăriilor copilului tău.





Observarea și diversitatea jucăriilor



Observarea

Ce observi în legătură cu jucăriile copilului tău? Cu care din ele se joacă în fiecare zi? Care din jucării sunt nelipsite din joaca lui? La care jucării se întoarce din nou și din nou?

Această practică te ajută să înțelegi nevoile și preferințele reale ale copilului tău. Stabilește tu o perioadă de timp la care vei schimba jucăriile și vei introduce treptat unele noi (poate fi o dată pe săptămână sau o dată pe lună, o dată pe an - tu alegi, în funcție de ce observi).

Diversitate

Asigură-te că jucăriile pe care le rotești sau cele noi pe care le cumperi sau le primește copilul, acoperă gama legată de abilitățile și interesele lui, ținând cont de aspectele senzoriale (nisip kinetic, plastilină, orez), cognitive (puzzle, jocuri de asociere-memorie, cărți interactive sau participarea la povești), motorii (orice ține de bucătărie - tăiat, amestecat, turnat; cuburi de construit, materiale care implică înșirarea obiectelor) și sociale (joc de rol - păpuși, personaje diverse; jocuri de construcție în echipă, carduri care exprimă diverse emoții sau expresii faciale).



Accesibilitatea și modelarea comportamentului

Accesibilitate

Locurile de depozitare pentru jucării trebuie să fie la îndemâna copilului. Rafturi deschise și cutiile la care să aibă acces direct sunt un plus.

Folosește coșuri frumoase, atractive vizual pentru a-l inspira să își păstreze mediul ordonat. Poți adăuga etichete cu imagini pe cutii pentru a-l ajuta să identifice locurile unde trebuie să pună anumite jucării. Încă un lucru de aplicat aici ar fi să îl implici în crearea propriilor sisteme de depozitare, puteți picta cutiile de exemplu. Dacă spațiul îți permite, poți să aloci diverse zone pentru diferite activități sau jucării.

Modelare

Poate că tu ești o persoană ordonată de fel, dar stresul cotidian îți spune cuvântul și nu reușești mereu să fii consecventă cu ordinea din casă. Un copil este mai predispus să imite decât să urmeze instrucțiuni, așa că are nevoie să fii un exemplu prin propriul comportament.

Atunci când te implici activ în acest proces alături de el, la un moment dat, le va strânge singur.

Simplificare și conectare

Simplificare

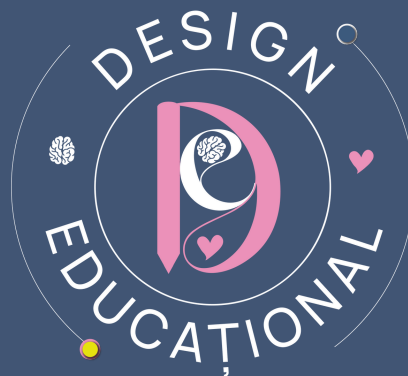
Este nevoie să te întrebi ce anume poți face ca să simplifici în primul rând treaba pe care o are copilul de făcut și să o perceapă ca fiind ceva ușor.

Poate fi intimidant pentru un copil să fie nevoit să își strângă jucăriile multe de pe jos, neștiind neapărat de unde să înceapă sau ce este cu adevărat de făcut.

Conectare

Așa cum ți-am precizat și mai sus, este nevoie de conectare înainte de corectare. Într-o zi, unui copil i se spune într-una ce are de făcut și se presupune că el ar trebui să asculte, pentru că noi facem ceea ce este mai bine pentru el, dar adevărul este că nimănui nu-i place să i se spună mereu ce are de făcut, indiferent că este mic sau mare.





Creativitate și ritualuri familiale

Acum, atmosfera emoțională și fizică creată de voi, ca părinți, setează dezvoltarea valorilor familiei voastre. Valorile sunt acele lucruri cărora li se acordă prioritate. Ritualurile, de exemplu, pot face parte din crearea acelei atmosfere “de acasă”, locul acela sigur, de confort. Și literalmente, orice se poate transforma într-un ritual de familie, inclusiv strângerea jucăriilor. Comunicarea clară și coerentă a așteptărilor tale poate transforma strângerea jucăriilor într-un ritual de familie, la care participă toată lumea.

Etapele de vârstă și gestionarea jucăriilor



Înțelegerea etapelor de vârstă

Cred mult în expresia “Cei 7 ani de acasă” și consider că sunt fundamentul pentru ceea ce va experimenta copilul în viitorul său, așa că voi împărtăși felul în care poți gestiona strângerea jucăriilor în două părți: 0-3 ani și 3-7 ani.

0-3 ani

În această perioadă, copiii se dezvoltă foarte rapid și sunt foarte receptivi la experiențe noi și modelare. Asadar, în această etapă, este important să îi oferi copilului un mediu sigur și să devii un model de comportament. Desemnarea unui loc special al jucăriilor și rutina zilnică ajută la implementarea acestui nou obicei.

Comunicarea clară și calmă, însoțită de un ton blând, cu instrucțiuni simple, vor face copilul să înțeleagă mai ușor ce așteptări ai. De asemenea, nevoia de control și autonomie începe să își facă tot mai mult prezența, așa că permite-i să facă alegeri simple, în limita dată de tine.

Exersează asta cu el în toate activitățile zilnice.



Implicarea copiilor mai mari

3-7 ani

Odată cu trecerea timpului, copiii pot fi implicați mai activ în procesul de strângere al jucăriilor. Transformarea acestei activități într-un joc sau chiar competiție sănătoasă poate stimula interesul și dezvolta cooperarea.

De asemenea, este important să reții că motivația externă joacă un rol important în antrenarea motivației intrinseci, creându-i copilului cadrul de a continua să își asume responsabilități în cadrul familiei.



Rutina și responsabilitatea

În ambele etape, un copil are nevoie de rutină. O rutină creată și exersată reprezintă un cadru predictibil și prin urmare, încurajează responsabilitatea.

Un alt element comun în ambele etape este nevoia de joc, povești și jocuri de rol, care îl determină în primul rând să aibă un motiv pe înțelesul lui pentru care să facă ce îți dorești tu și pe urmă, care evidențiază beneficiile și consecințele comportamentului lui responsabil.

Ajustarea așteptărilor

Acum, când știi câteva aspecte legate de etapele de vârstă, este nevoie să îți ajustezi așteptările. Copiii învață în timp, iar lucrurile nu trebuie făcute perfect de la început și de fiecare dată. Dacă poți accepta că dezordinea face parte din procesul de dezvoltare al copilului, vei putea să reduci stresul și frustrarea.



Introducerea noii reguli

Este timpul să introduci în scenă o nouă regulă!

Ca să poți implementa tot ce ți-am scris eu până acum, este indicat să anunți copilul că ceva se va schimba. Explică-i beneficiile, adoptă o atitudine sinceră și oferă-i motivele din spatele noii reguli. Poate suna așa:

“Știi, eu sunt obosită. În fiecare zi am foarte multe lucruri de făcut și asta mă face să am puțină răbdare. Mă deranjează foarte tare să văd jucăriile peste tot. Când ochii mei văd jucării împrăștiate, ei trimit un mesaj creierului meu și spun “Alertă, alertă”. Și din cauza asta, eu mă simt tristă și frustrată pentru că trebuie să le strâng mereu doar eu. M-am tot gândit, am găsit o soluție și vreau să știu părerea ta.

Ce-ar fi să strângem de azi înainte toate jucăriile împreună și așa să avem mai mult timp de petrecut împreună? După ce le strângem putem să citim, să povestim, să ne dragalim sau ce mai vrei tu.

Ce părere ai?

Cum putem să facem o distracție din asta? Și ce se întâmplă dacă nu urmăm regula nouă legată de jucării?”

(o consecință naturală este că nu mai aveți timpul împreună de care vorbeam mai sus, iar una logică ar fi să nu mai cumpărați jucării noi până când nu își dovedește responsabilitatea față de cele pe care le are deja sau dacă le strângi tu, le vei pune într-o cutie, dar tu alegi când le poate avea înapoi).



Comunicarea noii reguli

Desigur, tu îți cunoști cel mai bine copilul și știi la ce ar reacționa, astfel încât să ajungi la rezultatul dorit.

Asigură-te că ai toată atenția copilului când vorbești despre regula nouă. Stai la nivelul lui și dacă e posibil, atinge-l ușor cu mâinile. Privește lucrurile și din perspectiva lui: cum ar fi să te pună cineva să faci ceva despre care nu știi prea multe și pare foarte greu? Ține minte că scopul este să crești un copil căruia să îi facă plăcere să contribuie și să își asume responsabilitatea.



Misiunea familiei

Într-o familie, toți
membrii au de făcut
lucruri importante
și strângerea
jucăriilor este o
misiune
importantă.





Tehnici simple și eficiente

Cântă

Cântă, ca să anunți că e timpul pentru strângerea jucăriilor. Bonus: dacă al tău copil este la creșă sau grădiniță, poți întreba educatoarea copilului ce cântece folosesc ei la grupă pentru a-i determina să strângă jucăriile, dar nu numai, poate fi un cântec preferat de copilul tău.



Tehnici simple și eficiente Joacă, joacă și iar joacă

Idei:

- Trenulețul de jucărie (2 coșuri mari întră pufăind în cameră - tu faci „aburul” - ca să încarce jucăriile)
- Cutiile înfometate ("vreau să mănânc niște cuburi crocante, din alea roșii vreau")
- Vorbește cu vocea personajelor lor preferate, spunându-le ce au de făcut
- Transformă-ți copilul într-un personaj de poveste care în fiecare zi strânge jucăriile și lasă-l pe el să își aleagă numele.



Tehnici simple și eficiente

Oferirea de opțiuni

Idei:

- Vrei să strângi jucăriile încet ca o broască țestoasă sau rapid ca o pisică?
- Vrei să sari/alergi/dai ture de 3 ori sau de 5 ori înainte să strângi jucăriile?
- Vrei să strângi jucăriile de culoare albă sau roșie?
- Câte jucării strângem fiecare? 5 sau 10?



Tehnici simple și eficiente Învăță-l responsabilitatea

Idei:

- În loc să îi spui ce are de făcut, îndeamnă-l să gândească singur: "Ce este de făcut ca să putem petrece mai mult timp împreună?" / "Ce este de făcut ca să facem camera asta să arate mai goală?"
- Pune alarma setată la 5 minute sau folosește-te de un cronometru unde el să vadă cum trece timpul efectiv și spune: "Pornești tu cronometrul și ne anunți când e timpul pentru strâns jucăriile/ să ne oprim din strâns?" Bonus: apreciază efortul lui înainte să spui ce mai este de făcut ("Văd că aproape toate cuburile, păpușile etc sunt puse la loc, mai sunt de strâns doar...") și mulțumește-i în final.



Tehnici simple și eficiente

Tehnica bilețelului

Dacă ce emiți nu ajunge nicidecum la copil, ia o foaie, scrie regula nouă și fă-o "specială", colorată și la vedere. Cuvântul scris are un efect misterios, așa că uneori, poate funcționa mai bine.

Poate arăta așa:

"Strângerea jucăriilor - zilnic între orele 18-19"

Oferta de la ora 18:00 - cu muzică

sau

Oferta de la ora 18:15 - cu început de poveste

sau

Oferta de la ora 18:30 - cu întrecere sănătoasă -

"pe locuri, fiți gata, start"

”

Acum ți-ai echipat trusa de părinte cu informație valoroasă și cu tehnici concrete. Depinde de tine dacă le vei pune în practică și testa alături de copilul tău. Eu am încredere că lucrurile se vor schimba în bine și veți ajunge împreună la rezultatul dorit.

“

Design EDUCAȚIONAL



În final, îți urez succes, răbdare, consecvență
perseverență și multă încredere!
Zile cu zâmbete și multă joacă vă doresc,
Oana Elena Berariu

Urmărește @design.educational pe social media, pentru a primi mai multe sfaturi
ce vor aduce armonie și echilibru în familie.

 @design.educational