



ΔΙ.ΚΕ.Ψ.Υ

Διεπιστημονική & Ερευνητική
Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη Παιδιών & Ενηλίκων

NHS
Greater Manchester
Mental Health
NHS Foundation Trust



**Tavistock
Clinic
Foundation**

Γιατί είναι σημαντικό το παιχνίδι;

Όλοι μπορούν να απολαύσουν το παιχνίδι: βρέφη, παιδιά και ενήλικες. Είναι σημαντικό να διασκεδάσουμε όλοι μαζί. Αλλά το παιχνίδι δεν είναι μόνο διασκέδαση. Όταν το βρέφος βλέπει το πρόσωπο ενός ενήλικα ή όταν ακούει τη φωνή του, αρχίζει να μαθαίνει.



Όταν παίζουμε μαθαίνουμε να:

Εξερευνούμε
Συγκεντρωνόμαστε
Εστιάζουμε
Δίνουμε προσοχή
Μιμούμαστε
Δοκιμάζουμε καινούργια πράγματα
Κάνουμε το ίδιο πράγμα εκατό φορές
Καταλαβαίνουμε τα συναισθήματά μας
Γνωρίζουμε άλλους ανθρώπους
Αντιλαμβανόμαστε τι μπορούμε να κάνουμε
Περιμένουμε την σειρά μας
Υποδύομαστε
Περιμένουμε
Φανταζόμαστε
...

Το να είσαι συγκεντρωμένος, χαλαρός και με διάθεση για παιχνίδι με τα βρέφη και τα παιδιά, τα βοηθά να μεγαλώνουν υγιή και ασφαλή. Είναι καλό και για τους γονείς και τους φροντιστές: το να παίζετε μαζί σημαίνει να μεγαλώνετε μαζί!

Innovation
in mind

The Tavistock and Portman

100
YEARS
1920 to 2020



Διαφορετικές ηλικίες - διαφορετικά είδη παιχνιδιού

Τα μικρά παιδιά απολαμβάνουν το παιχνίδι. Αντιγράφουν έναν ενήλικα κουνώντας τα φρύδια ή τη γλώσσα τους.

Παιχνίδια γαργαλητού όπως «πάει ο λαγός να πιεί νερό» μπορεί να είναι συναρπαστικά για τα βρέφη. Παρατηρήστε όταν το βρέφος σας κοιτάζει αλλού ή σταματά να γελάει - μπορεί να χρειάζεται λίγο χρόνο πριν να είναι έτοιμο για τον επόμενο γύρο αλληλεπίδρασης.

Το «Κουκου-τζα» και το κρυφό είναι παιχνίδια που βοηθούν τα παιδιά να διαχειριστούν τα συναισθήματα για τους ανθρώπους που φεύγουν κι επιστρέφουν. Σύντομα θα είναι έτοιμα και τα ίδια να σας πειράξουν κρύβοντας κάτι και παρακολουθώντας να δουν πώς θα ανταποκριθείτε.

Τα βρέφη λατρεύουν να αδειάζουν τσάντες και συρτάρια - μετατρέψτε το σε παιχνίδια εξερεύνησης του «μέσα και έξω» που μπορείτε να απολαύσετε μαζί.

Μπορείτε να ενθαρρύνετε την περιέργεια του παιδιού και να γνωρίσει τον κόσμο με ασφαλή τρόπο, παρουσιάζοντας μερικά παιχνίδια κάθε φορά και παρατηρώντας τις ανακαλύψεις του.

Έχοντας έναν χώρο για αδόμητο παιχνίδι με πλαστελίνη, άμμο, μπογιά ή κόλλα βοηθά τα παιδιά να αισθάνονται ασφαλή, για να δοκιμάσουν νέα πράγματα.

Η ώρα του μπάνιου είναι μια σπουδαία ώρα για τα πρώτα υδάτινα πειράματα και για μια πρώτη εξερεύνηση των ιδιοτήτων του νερού.

Τα παιχνίδια λέξεων και τα τραγούδια βοηθούν τα παιδιά να μάθουν τη γλώσσα.

Μέσω του παιχνιδιού με τις κούκλες και τις φιγούρες ζώων μπορούν να προβάρουν τις ιδέες τους και να εκφράσουν τα συναισθήματα τους.



7 κορυφαίες συμβουλές για το “Κοίτα με να παίζω”!

1. Παρατηρήστε το παιχνίδι του παιδιού σας! Θα πάρετε νέες ιδέες από αυτό.
2. Έχετε έναν σταθερό «χρόνο παιχνιδιού» με το παιδί σας - αφήστε το παιδί να ηγηθεί και περιμένετε να σας καλέσει να συμμετάσχετε.
3. Δοκιμάστε απλά παιχνίδια που επιτρέπουν στο παιδί σας να χρησιμοποιεί τη φαντασία του
4. Παρέχετε έναν ήσυχο χώρο για παιχνίδι χωρίς τηλεόραση και υπολογιστές.
5. Βοηθήστε το παιδί σας να μεταβεί σε μια νέα δραστηριότητα τραγουδώντας ένα τραγούδι μαζί του.
6. Φυλάξτε τα σχέδια και τις ζωγραφιές του παιδιού σας σε ένα ειδικό μέρος ή σε έναν φάκελο.
7. Εάν δυσκολεύεστε να παίξετε μαζί του, απευθυνθείτε σε έναν άλλον ενήλικα της οικογένειας, σε έναν γιατρό ή σε έναν ειδικό.