

Birlikte dinlemek neşe, huzur ve ilişki kurmayı sağlar

Birçok annebaba, çocuklarının ekran başında geçirdiği süre konusunda endişelenir. Çocuklara sadece gözlerini değil kulaklarını da kullanma fırsatı vermenin kolay bir yolu vardır – ve bu aynı zamanda aile ilişkilerini ve genel ruh halini de iyileştirebilir. Müzik dinlemek, rahatlamamanın ve düşünce ve fikirleri paylaşmanın basit bir yoludur. Dans ederseniz, egzersiz yapmak için bile bir şans olur!

Yakın tarihli bir [araştırma, COVID-19 sırasında müzik dinlemenin annebabalar tarafından stresli duyguları \(annebabalar ve çocuklar\) yatıştırmaya ve birlikte keyifli zaman geçirmeye yardımcı olmak için kullanıldığını gösterdi.](#)

Annebabaların %80'inden fazlası müziği çocuklarıyla sosyal ilişki kurmak için kullandıklarını söyledi. %76'dan fazlası, çocukları üzüldüğünde sakinleşmesine yardımcı olmak için müzik çaldıklarını söyledi.

Ve annebabalar ve çocuklar birlikte müzikle ne kadar çok ilgilenirse, annebaba-çocuk bağlanması da o kadar yüksek oldu.

Annebaba-çocuk müzik etkinlikleri ve bağlanma arasındaki pozitif ilişki, birinin diğerine 'neden olduğu' anlamına gelmez, ancak birlikte yaşanan müzik deneyimlerinin, annebabaların zor zamanlarda bile çocuklarıyla daha güçlü ilişkiler kurmasıyla ilgili olması muhtemeldir.

Dinleme ve işbirliği yapma, okul ve yaşam için gerekli temel becerilerdir

Çocuğunuzun dinleme, iletişim kurma ve talimatları yerine getirme gibi beceriler geliştirmeyi öğrenmesine yardımcı olmak, okulda ve hayatta başarılı olmalarına da yardımcı olur. Olumlu bir öğrenme ortamı oluşturmak ve çocuklarınızla birlikte keyifli aktiviteler yapmak için zaman yaratmak, bu becerileri teşvik etmenin ve çocukların tam potansiyellerine ulaşmalarına yardımcı olmanın sadece birkaç yoludur.

Dinleme becerilerini desteklemek için olumlu annebabalık stratejileri kullanmak ister misiniz? Triple P yardımcı olabilir.