

# به همراه کودک خانه تکانی کنید

ماه اسفند که از راه می‌رسد، تمیزی و گردگیری خانه مفهوم تازه‌ای پیدا می‌کند و همه افراد خانواده در این کار شریک و سهیم می‌شوند اما برای مشارکت و سهیم کردن کودکان در این گونه کارها باید نکاتی را نیز مد نظر قرار داد.

هرگز نباید اجازه دهیم خانه تکانی روال معین زندگی ما و ساعات صرف غذا و خواب بچه‌ها را تحت‌الشعاع قرار دهد، زیرا علاوه بر این که باعث بد اخلاقی آنها می‌شود، باز گرداندن آنها به برنامه منظم قبلی، ما را با مشکل روبه‌رو می‌کند. از طرف دیگر حوصله بچه‌ها وقتی که ما، چند ساعت متوالی بدون توجه به آنها مشغول کار می‌شویم، سر می‌رود و ممکن است از این فرصت استفاده کنند و هر کاری که دلشان بخواهد انجام دهند.

بنابراین باید توجه داشته باشیم، فرزندان کوچک ما می‌توانند شرکای خوبی در امر تمیز کردن خانه باشند. به این ترتیب می‌توانید در هر روز زمان خاصی را برای نظافت اختصاص داده و کارها را با همسر و فرزندان خود انجام دهید. البته کار کودک در خانه باید متناسب با سن، توانایی و وقت او باشد. مثلاً، از بچه پنج، شش ساله نباید انتظار داشته باشیم دیوار تمیز کند، اما در این سن می‌تواند لباسهای زمستانی خود را تا کرده و داخل چمدان بگذارد، بعد اسباب‌بازی‌ها و لوازم دیگر خود را جمع کند و پس از گردگیری قفسه‌ها، سر جای خود قرار دهد و ...

حتی بچه‌های خیلی کوچک مثلاً یکی، دو ساله هم می‌توانند در خانه تکانی همکاری کنند. برای نمونه، سبد رنگی را که مخصوص وسایل بازی است، در اختیار آنها قرار داده و یادشان بدهیم اسباب‌بازی‌ها را جمع کنند. کودک نوپای ما از این کار لذت می‌برد حتی می‌توانیم از لحظات مشارکت او در اولین خانه تکانی زندگی‌اش عکس بگیریم و داخل آلبوم قرار دهیم. با این روش می‌توانیم وقت او را براحتی پر کنیم و خودمان به کارهای مهم‌تر برسیم.



اما به کودکان بزرگتر باید کارهایی با مسئولیت بیشتر داده شود؛ مثل تمیز کردن کاشی‌های آشپزخانه، جاروبرقی کشیدن و... اما چنین کارهایی بعضی اوقات خواست آنها نیست و نمی‌خواهند آن کارها را انجام دهند، زیرا با بزرگتر شدن کودکان مسئولیت‌های آنان در رابطه با مدرسه افزایش می‌یابد؛ آنها حداقل دو، سه ساعت باید به طور روزانه به انجام تکالیف مدرسه بپردازند و حدود شش ساعت یا بیشتر هم در کلاس درس باشند. در چنین شرایطی اضافه کردن کارهای دیگر آنها را خسته و عصبی می‌کند.

در این صورت والدین می‌توانند کاری را که فرزندشان در مدرسه انجام می‌دهد، در نظر گرفته و برنامه انجام کارهای خانه را براساس آن و به طور مناسب تنظیم کنند؛ مثلاً می‌توان انجام کار خانه را به روزهای آخر هفته موکول کرد.

از داد زدن بر سر بچه‌ها در مورد نحوه تمیزکاری، جدا خودداری کنید، می‌توانید با خونسردی به آنها توضیحات لازم را بدهید تا با مشارکتی دوستانه یک خانه‌تکانی را تجربه کنند.

خانه‌تکانی، روحیه کار دسته‌جمعی را میان افراد خانواده بالا می‌برد و به آنها آموزش می‌دهد، مسئولیت تمیز کردن خانه نباید بر دوش یک نفر باشد و بهتر است همه افراد در خانه با یکدیگر همکاری کنند؛ در این صورت هیچ وقت یک نفر خسته نخواهد شد. با این اقدامات علاوه بر افزایش صمیمیت، روح همکاری و مشارکت در خانواده تقویت می‌شود و اعتماد به نفس کودکان و نوجوانان به واسطه قبول مسئولیت، بالا می‌رود. این نکته مهم است، برای انجام هر کاری باید خوشحالی کنیم و با صدای بلند بخندیم و همچنین از افراد خانواده بویژه بچه‌ها تشکر کنیم که به ما کمک می‌کنند.

سعی کنیم خانه‌تکانی را با برنامه‌ریزی و منظم اجرا کنیم. بعضی از خانم‌ها عادت دارند یکباره همه وسایل اتاق‌ها، آشپزخانه، کابینت‌ها، کمد‌ها و... را بیرون بریزند. با این کار خانه نامرتب و ناامن می‌شود. این بی‌نظمی می‌تواند سلامت روانی بچه‌ها را تهدید کند. بنابراین فهرستی از تمام کارهایی که باید انجام شود، تهیه کرده و به ترتیب اولویت روی کاغذ بنویسیم. برای مثال:

آشپزخانه: نظافت کاشی‌ها، کابینت‌ها، پنجره‌ها، پرده‌ها و...

اتاق خواب: نظافت دیوارها، پنجره‌ها، شستن پرده و ملافه‌ها، تمیز کردن کمد‌ها و...

اتاق پذیرایی: نظافت دیوارها، پنجره‌ها، بوفه، مبلمان، شستن پرده‌ها و...

حمام و سرویس بهداشتی: شستن کاشی‌ها و لوازم بهداشتی

بعد زمانی را برای انجام هر کار در نظر گرفته و به طور منظم اجرا کنیم.

به طوری که می‌دانیم مواد شوینده، پای ثابت خانه‌تکانی است. در این روزها آمار مسمومیت با مواد شیمیایی بالا می‌رود و برای افرادی که اصول اولیه به کار بردن این مواد را رعایت نمی‌کنند، مشکلات تنفسی ایجاد می‌شود. این مواد شوینده تاثیر مخربی روی کودکان می‌گذارد، زیرا بچه‌ها حساس‌ترند و آسیب جدی‌تری به سیستم تنفسی آنها وارد می‌شود. بنابراین سعی کنیم در این روزها، حتی‌المقدور از مواد شوینده شیمیایی استفاده نکنیم.

در خانه‌تکانی عید، نظافت «اسباب‌بازی کودکان» را فراموش نکنیم، زیرا اسباب‌بازی‌هایی که بچه‌ها هر روز با آنها بازی می‌کنند، بیشتر از هر چیز دیگری نیاز به نظافت دارد. مطالعات اخیر نشان داده، هنگام خانه‌تکانی باید به همه چیز بویژه فرش‌ها و سرامیک‌ها، بیشتر توجه کنیم، زیرا وسایل بازی کودکان به طور پیوسته با آنها در تماس هستند و از حجم زیادی میکروپ برخوردارند و ممکن است سلامت کودک ما به دلیل بازی مداوم با آنها به خطر بیفتد؛ زیرا این وسایل می‌توانند باعث «انتقال ویروس‌ها» شوند.