

Psikolog Tuba Bozada: "Çocuklar Aikido ile Hayatla Uyum Yakalar"

07 Mart 2016 Pazartesi 12:19

Psikolog Tuba Bozada, aikidonun çocukların gelişiminde önemli olduğunu belirterek, "Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini arttırır bir yandan da bu enerjiyi aktaracak doğru alanlar oluşturur" dedi.



Psikolog Tuba Bozada, aikidonun çocukların gelişiminde önemli olduğunu belirterek, "Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini arttırır bir yandan da bu enerjiyi aktaracak doğru alanlar oluşturur" dedi.

Okul, kurs, servis, ödev, bilgisayar, tablet, telefon günümüz çocuklarının günlük hayatının büyük bir kısmını kapsıyor. Oyun, sanat, spor ise maalesef hak ettiği yeri alamıyor. Psikolog Tuba Bozada, çocukların bedensel ve psikolojik sağlığı için bu açığın kapatılmasının önemli olduğunu gerektiğini söylerken, aikido ile hem spor hem de sanat yapabileceklerinin altını çizdi.

"AIKİDO ÇOCUKLARA HAYATI ÖĞRETİR"

Kendisi de aikido yapan Psikolog Tuba Bozada, zaman zaman çocuklarına neyi, nasıl katmaları gerektiğini soran ailelere beden ve ruh uyumu sağlayacakları aktiviteleri tavsiye ettiğini söyledi.

Bozada, "Her çocuk paha biçilmez, muhteşem birer kumaş gibidir. Onu nasıl kesip, biçtiğimize çok dikkat etmeliyiz. Her çocuk, küçük insandır. Yetişmeye aday bir bireydir. Ruhu, bedeni, zihni uyum içinde işledikleri sürece parlayacak birer değerdir. Çocuklar aikido ile bir yandan hayatla uyum yakalar, bir yandan enerjisini arttırır bir yandan da bu enerjiyi aktaracak doğru alanlar oluşturur. Bu aslında aikidonun özeti gibidir. Çocuklar dojoda saygıyı, temel öğretileri, öğrenerek öğretmeyi, ancak karşısındakıyla uyum içinde hareket ederse ayakta kalabileceğini öğrenir. Antrenmanda ise bilişsel olarak dikkatin geliştirir, beynini çift taraflı ve aktif çalıştırır, zihnini rahatlatır, olumsuz enerjini atar, onun yerine pozitif enerji ile dolar. Spor ve sanat ile şarj olur. Okul ve sosyal hayat başarısı artar" şeklinde konuştu.

"3 YAŞINDAN İTİBAREN AIKİDO YAPILABİLİR"

Aikimode Baş Eğitmeni 5. Dan Sensei Oğuzhan Ulvi Başkurt da en içine kapanık çocuktan, hiperaktif ya da öğrenme güçlüğü çeken çocuklara kadar hepsinin aikido ile kendilerini doğru ifade etmeyi, karşısındakine saygı duyarak saygı uyandırmayı öğrendiğini söyledi. Başkurt, "Çocuklar aikido yapmaya başladıklarında biz bunun oyun tarafını ön plana çıkarırız. Üç yaş grubu çocuklar anne - babaları ile derse girerler. 4 yaştan itibaren artık yaşlıları ile ders yapmaya başlarlar. Bu onlar için bağımsızlık, sosyalleşme, kendini bulma, ifade etme fırsatıdır" dedi. - [İSTANBUL](#)



Sizin de bir e-ticaret siteniz olsun. Bugün e-ticarete başlayın ve satışlarınızı artırın! **İşinizi Eticarete Taşın!**



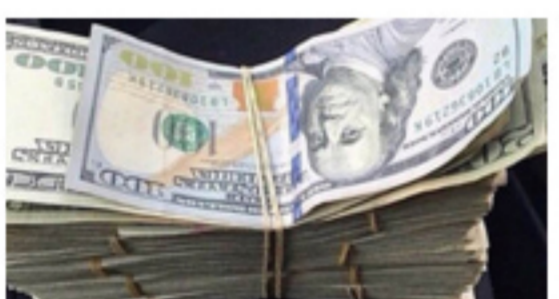
Kilo vermek, zayıflamak isteyenlerin bolca konuştuğu son zamanların popüler meyvesi ; Gojiberry **Gojiberry Meyvesi Çileği**



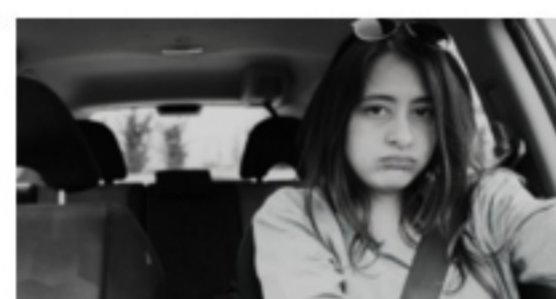
Aylık gelirinizden memnun değil misiniz? Aradığınız fırsat Forex'te. Hemen keşfedin! **Para Kazanmanın Yeni Yolu**



Ertelemeyin! Yeni bir Görünüme Kavuşmak için hemen Doç. İbrahim Aşkar'a danışın. **Burun Estetiği 45dk'da**



Artık ayda internette 6,000 TL - 7,000 TL kazanıyorum ve bunu evden yapıyorum! **Günde 300 TL Kazanıyorum**



Şehirler arası yolculukların için yol arkadaşını bulmanın tam zamanı geldi! **Uzun yolculuktan sıkılma**

sponsored ads

YOK ARTIK

59.90TL KDV DAHİL

Premier PRS 9672 FULL HD Uydu Alıcısı [incehesap.com](#)

Kampanya 17 Mart Perşembe günü başlayacak olup 250 adet ile sınırlıdır. Detaylı bilgi için ürün sayfasını ziyaret ediniz.

karar açıklandı! Dolar nasıl etkilendi

Aşiret liderlerinden PKK için şoke eden talep

Putin'den Türkiye'ye bir darbe daha

sponsored ads

KALK GİDELİM! KARIYERİMİZE YURTDIŞINDA DEVAM EDELİM

YURTDIŞI SERTİFİKA VE STAJ PROGRAMLARI İEFT'DE

14 - 23 MART [Gitmek için tıkla](#)

Avrupa'nın devinden Türkiye'nin hayallerini yıkacak çıkış

sponsored ads

YOK ARTIK

59.90TL KDV DAHİL

Premier PRS 9672 FULL HD Uydu Alıcısı [incehesap.com](#)

Kampanya 17 Mart Perşembe günü başlayacak olup 250 adet ile sınırlıdır. Detaylı bilgi için ürün sayfasını ziyaret ediniz.

Eşcinsel ilişki yaşadığı kişinin kafasını kesen adama mahkeme acımadı

Park halindeki aracın yanına gelenler gözlerine inanamadı

Emniyet Müdür Yardımcısı: Sizin yüzünüzden şehidime gidemiyorum

sponsored ads

Sea Pearl Ataköy

İHTİŞAMI YAŞAYANLARIN YENİ ADRESİ

Hemen Keşfedin!

Nusaybin'den acı haber! Şehit sayısı yükseldi

Sınırdaki 'davetsiz misafir'e Türkiye'den çok sert tepki

Bombacıya taziyeye giden HDP'li vekilin kaderi Meclis'te

Oyuncular, Füsun Demirel için ayağa kalktı

Japon harikasının fiyatı belli oldu

Amcasının yaptıklarını bir bir anlattı: Pantolonumu indirdi...

Ünlü İngiliz patron, bu zor gününde Türkiye'ye destek verdi

YORUMLAR

Bu Habere İlgili Yorumunuzu Yazın

Adınızı Yazın [Yorumunu Gönder](#)

Yazılan yorumlar hiçbir şekilde Haberler.com'un görüş ve düşüncelerini yansıtmamaktadır. Yorumlar, yazan kişiyi bağlayıcı niteliktedir.

<< Önceki Haber | Sonraki Haber >>

Haberler » Güncel » Haber [8231898] İHA

Elektrik Enerjisi, Nükleer Enerji, Güneş Enerjisi, Işık Enerjisi, Bağımsızlık, İstanbul, İstanbul, Enerji

9 [98](#) [24](#)

[G+](#) [Tavsiye Et](#) [Tweetle](#)