

Что делать, если ребенку скучно?

КОГДА РЕБЁНКУ СКУЧНО

Вы часто видите такую картину? Ребёнок слоняется по дому, берется за одно дело – бросает, за другое – тоже бросает. У него плохое настроение. Ему ничего не интересно и ничего не хочется. Ему скучно.

Выдержать приступы детской скуки не так-то просто. Особенно, когда нам, взрослым, надо куда-то бежать или быстро что-то делать. Куда проще включить ребенку мультик, отправить за компьютер или подкинуть идею, чем заняться. Это отличное средство, работает безотказно.

Но понимаем ли мы, что делаем, избавляя ребёнка от скуки? И вообще, скука – о чем она? Почему дети начинают иногда отчаянно скучать, хотя вокруг полно игрушек, интересных занятий, друзей? И как реагировать на скукающего ребёнка? Вот об этом мы и поговорим.

? ПОЧЕМУ ДЕТЯМ СТАНОВИТСЯ СКУЧНО?

Причин, если глобально, всего две.

1. Ребёнок не понимает и не чувствует, чего он хочет и что ему интересно в конкретный момент времени.

Почему так происходит? А есть ли у ребёнка возможность почувствовать и разобраться, чего же ему хочется? Как часто мы, родители, стремимся к тому, чтобы время ребёнка было структурировано, регламентировано, под завязку расписано. С утра – садик, а потом еще рисование, танцы, бассейн. Весь день распланирован, скучать некогда. Да и не нужно ему скучать, мало ли с кем от скуки свяжется и чего наберётся!

А когда же ребёнку учиться прислушиваться к себе? По дороге от садика до бассейна? И когда реализовывать свои желания? Остаётся ли на это достаточно времени?

И действительно ли ребёнок не скучает, если день его так насыщенно спланирован? Замечали ли вы, что когда у такого вот загруженного ребёнка вдруг появляется свободная минутка, он часто теряется от внезапно нахлынувшей на него свободы и не знает, что с ней делать. Ему дискомфортно, пусто, скучно. Но, главное, ребёнок не может услышать себя и не понимает, что ему нужно.

И кто же первый спешит на помощь? Конечно же, мы, родители. Как часто мы берем инициативу в свои руки и предлагаем ребёнку массу «полезных» и «интересных» занятий. «Ты пойдешь, порисуй или полепи, или построй что-нибудь, или мультик посмотри, а я пока обед приготовлю». Такой заботой мы так и не даём ребёнку возможности разобраться с тем, чего хочет он.

Ребенок, конечно, порисует и полепит, да вряд ли долго и с удовольствием. Потому что не его это желание, цели не его (не нужны ему рисунки и вылепленные зайцы и медведи).

И поэтому снова ребёнку скучно, и чем бы время занять, и когда уже следующее занятие, которое так вовремя спасает от внутренней пустоты...

На мой взгляд, идея постоянно занимать и развлекать ребёнка возникает у тех родителей, которые и свою жизнь стремятся заполнить до отказа. Лишь бы всегда в движении и ни минуты без дела. Потому что, если остановиться, с головой накрывает пустота и вязкая, липкая скука, от которой тошно, и снова хочется завертеться в бесконечном колесе нужных и ненужных дел.

Эту проблему, на мой взгляд, усугубляют готовые развлечения и их доступность. Я имею в виду планшеты, телефоны, телевизоры, компьютерные игры. Нынче они главные спасатели и взрослых, и детей от скуки в любое время и в любом месте. И тем самым они всё дальше и дальше уводят нас от самих себя.

О неумении ребёнка самому чувствовать, чем ему хочется заняться, о перегруженности детей, о недостатке личного времени у ребёнка, как о причине скуки, педагоги и психологи говорят часто. Эти причины лежат на поверхности.

Но есть еще одна причина, более глубокая и более серьёзная на мой взгляд.

2. Ребёнку скучно, потому что ему одиноко.

Ему не хватает близости с родными ему людьми. С родителями в первую очередь. Вспомните себя. Бывали ли вы когда-то НЕ уверены в своей значимости, ценности и важности для любимого вами человека? Разве хочется в такие моменты творить, узнавать, исследовать, радоваться? Как правило, нет. Вся энергия сводится к острой потребности – увидеть подтверждение своей значимости и любви для того, кто вам так дорог.

С детьми все то же самое. Пока ребёнок не ощущает всем своим существом, что он нужен, его любят, и его привязанности с родителями ничего не угрожает, ему будет неинтересно и строить, и лепить, и рисовать, и учиться и развиваться.

Почему? Потому что потребность в собственной значимости у людей сильнее, чем потребность в развитии. И у больших, и у маленьких. Потому что энергия творчества, желание познавать и совершенствоваться рождаются из базового ощущения «я нужен, я есть, я любим».

? ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНКУ СКУЧНО?

Первое и главное – дайте ему почувствовать, что связь между вами крепка, что он нужен и дорог вам. Что вы рядом и не важно, в каком настроении сейчас ваш ребёнок. Для этого не нужно ничего сверхъестественного. Просто сядьте с ним рядом, обнимите, погладьте, скажите о том, как любите его, посмотрите ему в глаза. Именно через глаза быстрее всего устанавливается эмоциональный контакт.

И не стремитесь подкидывать ребёнку идеи, чем ему заняться и как себя развлечь. Пусть ищет сам, слушает себя. Да, сначала ему будет нелегко. Первый этап – встреча с пустотой внутри себя. В ней нужно побыть, и это может вызывать сопротивление, которое у детей выражается нытьем, криками, а иногда агрессией. Но ощущение пустоты пройдёт, ребёнок справится, вы же с ним.

Следующий этап – тишина. И лишь в ней возможно услышать свои желания, свой внутренний голос, себя. Лишь в ней рождаются идеи и стремления, а вместе с ними и огромный заряд энергии, чтобы идти к своей цели.

Так что, о чем же скука наших детей? О том, что пора нам остановиться в потоке наших дел, покрепче обнять наших детей, сказать им о том, как мы любим их. И тихонечко прислушаться. Им – к себе, нам – к себе.