**МАМА, МНЕ СКУЧНО!**

Эта фраза всегда оставляет вас в замешательстве, правда? Вам даже может начать казаться, что вы плохой родитель. Большинство из нас начинает чувствовать себя ответственным за то, что ребенку скучно, и мы хотим немедленно это исправить. Для этого мы используем какие-то технические развлечения, гаджеты, придумываем разные виды активности и т.д. Но фактически это контрпродуктивно. Дети должны столкнуться с тем, что в жизни бывает ничем не заполненное, неструктурированное время.

Почему это важно?

Свободное, «скучное» время дает детям возможность исследовать свои внутренний и внешний миры, что является началом креативности. Они учатся взаимодействовать с миром и собой, воображать, изобретать и создавать. При этом неструктурированное время позволяет детям исследовать свои собственные страсти. Если мы будем заставлять их напряженно трудиться над уроками или занимать время другой полезной деятельностью, или же отвлекаем их на мониторы и экраны, они никогда не научатся следовать велению своего сердца, которое может привести их к открытиям. Они не построят замок на заднем дворе, не слепят монстра из глины, не напишут песню или рассказ, не соберут одноклассников для создания собственного фильма. Все это — веления нашего сердца, это те страсти, которые делают жизнь действительно значимой.

Также важно, чтобы дети обрели опыт принятия собственных решений, научились сами управлять своим временем и заполнять его, иначе этого не произойдет никогда, и во взрослом возрасте они будут испытывать большие проблемы с тайм-менеджментом.

Почему фраза «мне скучно» так часто употребляется детьми сейчас?

Большинство детей прекрасно находят (после недолгих жалоб), чем занять свое свободное время и находят для себя что-то интересное. И дети всегда счастливы в самостоятельной игре. Потому что игра — это детская работа. Так они отрабатывают свои многочисленные эмоции и впечатления. Стоит посмотреть на любую группу играющих детей, и будет заметно, что они сами прекрасно организовывают какие-то действия.

Если кажется, что делать совсем нечего, можно ли решить проблему при помощи ТВ?

Проблема с использованием телевизора, компьютера и гаджетов состоит в том, что если бороться со скукой с их помощью, то это только все усугубит. Исследования показывают, что дети, которые постоянно пользуются гаджетами, с большей вероятностью будут часто испытывать скуку, в то время как другие дети будут находить, чем себя занять. И от этой привычки они будут с трудом отучаться на протяжении нескольких месяцев. Но сдаваться не нужно — в конечном итоге это принесет огромную пользу.

Если ребенок умеет читать, у никогда не будет «нечего делать». В книгах существует целый мир, который их ждет. Конечно, вы должны будете запланировать еженедельную поездку в библиотеку, и вам придется «цеплять» ребенка рассказами о каких-то книгах. Читайте вместе, когда есть время, делая акцент на том, что если захочется узнать, что произойдет с героями дальше, читать нужно будет уже самостоятельно. Большинство детей сами потом хватаются за книги и дочитывают их уже без посторонней помощи. Поначалу лучше выбирать увлекательные и несложные книги. Кстати, здесь есть и обратная сторона медали — ребенок может читать весь день и его нужно отвлекать хотя бы на время. Для этого можно придумать какие-то свои «приманки» или использовать все ту же банку с идеями.

Если же ребенок читать еще не умеет, то в таком случае стоит обзавестись разнообразными играми для детей младшего возраста.

Автор: Нателла Дубашидзе