

# *Что делать, когда ребенку скучно?*



# КОГДА РЕБЁНКУ СКУЧНО

*Можно включить ребенку мультик!*



*Можно посадить за компьютер!*



*Можно «подкинуть» идею!*



# ПОЧЕМУ ДЕТЯМ СТАНОВИТСЯ СКУЧНО?

**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 или школа, 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!



## 2. Ребёнку скучно, потому что ему одиноко.

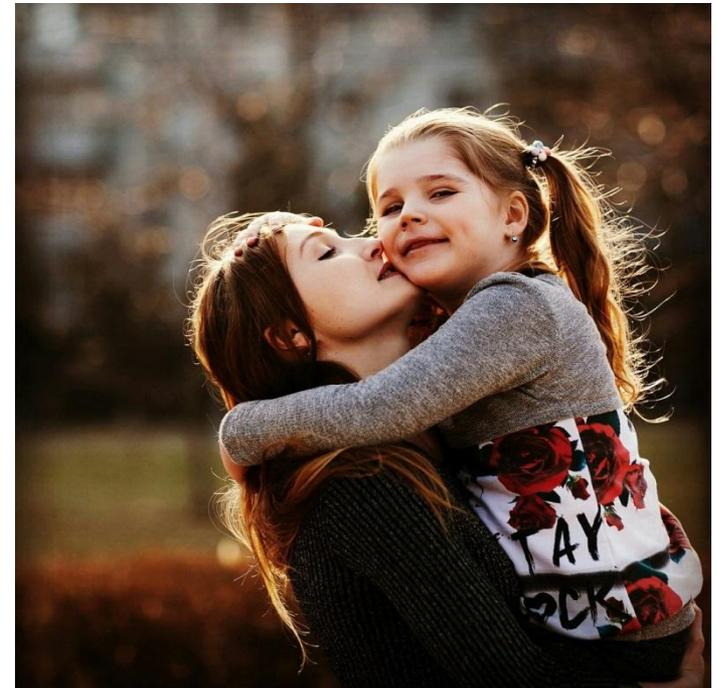
Ему не хватает близости с родными ему людьми. С родителями в первую очередь. Вспомните себя. Бывали ли вы когда-то НЕ уверены в своей значимости, ценности и важности для любимого вами человека? Разве хочется в такие моменты творить, узнавать, исследовать, радоваться? Как правило, нет. Вся энергия сводится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



# 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.



# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНКУ СКУЧНО?

- ✓ Не стремитесь подкидывать ребёнку идеи, чем ему заняться и как себя развлечь. Пусть ищет сам, слушает себя. Научите вашего ребенка, что нормально чувствовать скуку, и иногда ему, возможно, придется просто перетерпеть такое чувство. Скучать - это нормально. 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 пройдет, ребёнок справится, вы же с ним.



# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНКУ СКУЧНО?

- ✓ 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. Ведь именно в эти, на взгляд внешнего наблюдателя, пустые часы и происходит созревание души, возникают идеи, кристаллизуются замыслы. В ребенке проявляется Творец. Не развлекайте своего ребенка каждый раз, когда ему скучно. В противном случае, вы всегда будете нести ответственность за избавление его от скуки.



# Подарите своему ребенку инструменты для развлечения

Маленькие дети нуждаются в большей практической помощи, когда дело доходит до поиска развлечений. Но по мере того, как ваш ребенок становится старше, он должен стать менее зависимым от вас.

## 1. Создайте банку «Мне скучно»



## 2. Займитесь рукоделием



# Подарите своему ребенку инструменты для развлечения

*3. Отправляйтесь на охоту за «мусором»*



*4. Почитайте книгу*



# Подарите своему ребенку инструменты для развлечения

*5. Позвольте ему вам помочь*



*6. Подготовьте представление*



# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНКУ СКУЧНО?

*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.*

