

Określenie *stymulowanie rozwoju dziecka* stało się ostatnio dość modne. Rodzice bardzo dbają o to, aby ich pociechy miały dzień wypełniony po brzegi. Zabiegają o dodatkowe zajęcia w przedszkolu i poza nim w trosce o to, by ich dziecko każdą godzinę wykorzystało „produktywnie”.

## Mamo, tato, pozwól mi się nudzić!

Renata WRONA

**P**odstawa programowa jest tak skonstruowana, by dziecko zdobywało w przedszkolu wiele ciekawych doświadczeń i wszechstronnie się rozwijało. Maluchy uczestniczą w zajęciach grupowych, bawią się swobodnie zarówno w sali, jak i na powietrzu, słuchają bajek i muzyki, rysują, śpiewają, grają w gry, mają też czas na odpoczynek i relaks, a wszystko to pod okiem wykwalifikowanych wychowawców. Mimo to rodzice często poszukują dla swoich pociech zajęć dodatkowych, np. z języków obcych, rozwijających kreatywność i zdolności manualne, kształtujących poczucie rytmu oraz sprawność ruchową. Zorganizowanie dziecku czasu, aby mogło do-

świadczyć czegoś nowego, rozbudzać zainteresowań oraz dbanie o jego wszechstronny rozwój to wspaniały pomysł. Nadmiar bodźców może jednak sprawić, że maluch będzie nadwrażliwy, płaczący lub agresywny. Jego system nerwowy może nie poradzić sobie z taką ilością bodźców.

### Na co zwracać uwagę?

Jeśli już decydujemy się na zajęcia dodatkowe, sprawdźmy, czy osoba je prowadząca jest specjalistą w danej dziedzinie, a więc czy posiada odpowiednie kwalifikacje. Obserwujmy, czy dziecko lubi instruktora, czy czuje się podczas zajęć bezpieczne, czy chętnie w nich uczestniczy oraz co najważniejsze – czy czerpie z nich radość. Każdy maluch jest inny, dlatego istotne jest obserwowanie jego zachowania i wyczuwanie, czy jakaś aktywność szczególnie go stresuje lub męczy. Pozwólmy przedszkolakowi uczestniczyć w tych zajęciach, które przyniosą mu radość, ale też zgadzajmy się, by rezygnował z nich, gdy jego zainteresowania się zmieniają.

### Komu potrzebne są dodatkowe zajęcia?

Śpiew, judo, piłka nożna, balet, malarstwo, obsługa komputera, gra na instrumencie... Zastanówmy się, czy przy wyborze zajęć nie kierujemy się swoimi ambicjami. Często spotykam się z rodzicami, którzy za cel stawiają sobie znalezienie jak największej liczby dodatkowych

zajęć dla swoich pociech. Przechwalają się, jak dużo czasu ich dziecko spędza na tych zajęciach i jak dużo pieniędzy w nie inwestują: *Bo ja nie umiem pływać i chcę, aby moje dziecko pływało i czuło się w wodzie jak ryba; Rodzice nie pozwolili mi chodzić na balet, o którym marzyłam, to moja córka będzie tańczyła. Ja nie żałuję na nią ani grosza; Byłem najmniejszy w szkole i dostawałem lanie od kolegów, ale mój Bartek już od dziecka chodzi na karate, to sobie poradzi.* W taki sposób dziecko staje się narzędziem zaspokajania ambicji lub leczenia kompleksów rodziców, którzy właśnie tak pokazują, że są dobrymi i troskliwymi opiekunami. I na pewno są, ale zatracają gdzieś zdrowy rozsądek, a stąd już tylko krok do frustracji małego człowieka, który nie rozumie, dlaczego zamiast go przytulić i posłuchać, mama i tata ciągną go na kolejne zajęcia. Przecież dziecko nie jest na świecie po to, aby realizować nasze niespełnione marzenia. Stymulowanie rozwoju malucha jest istotne, ale ma ono sens jedynie wtedy, gdy zachowamy równowagę między czasem na zabawę, naukę i... na nudę.

### O zaletach nudy

Na sesje coachingowe trafiają do mnie wspaniałe młode osoby, które osiągnęły sukces zawodowy i finansowy, często jednak dotyka je wypalenie zawodowe. Zupełnie też gubią się w życiu prywatnym. Ponadto nie potrafią odpoczywać, wciąż muszą za czymś gonić, a chwilę relaksu i refleksji na kanapie traktują jak objaw słabości. Osoby te poza pracą czują się zagubione, nie wiedzą, co ze sobą zrobić.





Są to najczęściej dorośli, od których już w okresie dzieciństwa wymagano bardzo dużo i na najwyższym poziomie, czasami równocześnie: znajomości trzech języków obcych, umiejętności gry na instrumencie, uprawiania sportu, zainteresowania plastyką, baletem, teatrem czy literaturą. W tym pędzie rodzice zapomnieli nauczyć ich odpoczynku, organizowania czasu na relaks, rozmowę i bliskość z drugą osobą.

A dziecko musi się czasem ponudzić, popatrzeć w sufit, zrobić coś nieracjonalnego, poleżeć na kanapie czy podłodze, postukać klockiem w ścianę – bez celu, bez powodu i przyczyny. Przedszkolak nie musi chodzić na kurs gry na pianinie ani ćwiczyć gamy wieczorami, może zamiast tego słuchać muzyki, wymyślać własne piosenki, grać je na garnku, wyglupiać się, świetnie się przy tym bawiąc i rozwijając jednocześnie. Warto świadomie organizować dziecku czas w taki sposób, aby pozostawić mu również chwile tylko dla niego. Aby mogło zastanowić się nad swoimi emocjami i odczuciami oraz zwyczajnie się ponudzić. To właśnie czas rzekomego lenistwa i nudy kształtuje kreatywność dziecka. To wtedy powstają pomysły na ciekawe, bo indywidualne zabawy. To wtedy też ujawniają się pierwsze zainteresowania i talenty dziecka. Jedno będzie ustawiało wieżę z klocków, inne zacznie coś rysować lub grać w piłkę – i to będzie sygnał,

jakie zainteresowania ma nasza pociecha. Nawet zabawa na trzepak sprzyja rozwojowi, mały człowiek rozwija się wtedy społecznie, co bardzo procentuje w dorosłym życiu. Po odpoczynku, chwili nudy, maluch chętniej przystąpi do nowych zajęć czy kolejnej zabawy.

### Więź z dzieckiem i rozwijanie indywidualizmu

Dla dziecka zawsze najważniejszy będzie kontakt z rodzicami, ich akceptacja i uwaga. Jeśli te potrzeby małego człowieka zostaną zaspokojone, to chętnie zajmie się on dodatkowymi zajęciami, znajdzie hobby, które z czasem zmieni się lub przerodzi w pasję. Żadne jednak zajęcia dodatkowe nie zastąpią bliskości i akceptacji rodziców. Dziecko, które nie czuje się kochane przez najbliższych, ma zanizoną samoocenę. Jeśli rodzice zamiast poświęcać czas na wspólne zabawy, wysyłają je na dziesiątki zajęć, wyrosnie z niego dorosły człowiek, który wprowadzie władzę czterema językami, jeździ konno, gra w tenisa i świetnie radzi sobie w pracy, ale często też popada w praco-holizm, gdyż nie jest zdolny do spędzania czasu z bliskimi, a każdą chwilę relaksu uważa za marnowanie czasu. Stąd już tylko krok do sfrustrowanego człowieka, który nie potrafi cieszyć się z życia – a przecież nie o to chodzi wszystkim rodzicom.

Sprawdźmy również, czy dodatkowe zajęcia rozwijają indywidualizm

dziecka, czy kształtują jego kreatywność, pozwalają na wyrażanie siebie, a nie jedynie na bezwiedne kopiowanie innych. Wybierajmy zajęcia, podczas których przedszkolak będzie mógł pokazać siebie, wspólnie coś stworzyć i przedstawić swój pomysł na podejście do tematu.

Ważniejsze od tego, czy dziecko ma talent, jest to, czy lubi daną czynność wykonywać. Tu potrzebne jest czujne oko dorosłego, który zaobserwuje, co sprawia przedszkolakowi radość. Wtedy rodzice unikną sytuacji, w której w pewnym momencie stwierdzą, że w ogóle nie znają swojej pociechy.

Istotna jest równowaga między czasem na bliskość, odpoczynek, pracę i czasem na zajęcia dodatkowe. A w przypadku takich zajęć dla dzieci powiedzenie: *Więcej nie znaczy lepiej* zdecydowanie ma uzasadnienie.

**Renata Wrona**

Coach ACC ICF, trenerka rozwoju osobistego,  
właścicielka Prime Image,  
[www.renatawrona.pl](http://www.renatawrona.pl),  
[www.facebook.com/CoachRenataWrona](https://www.facebook.com/CoachRenataWrona)

Autorka interesuje się rozwojem osobistym oraz wpływem przekonań na skuteczność w osiąganiu celów, jakość życia i relacje z innymi. Podczas warsztatów wykorzystuje między innymi metodę Points of You (praca z obrazem). Szkolenia i warsztaty, które prowadzi, inspirowane są metodą porozumienia bez przemocy.

