

Консультация для родителей "Мааааам! Мне скучно!", или 6 способов помочь детям научиться развлекать себя самим

Уважаемые родители! Помогите ребенку перенести скуку. Научите вашего ребенка, что нормально чувствовать скуку, и иногда ему (ей), возможно, придется просто перетерпеть такое чувство. Объясните, что существуют здоровые способы борьбы со скукой. Подарите своему ребенку инструменты для развлечения.

Не развлекайте своего ребенка каждый раз, когда ему скучно. В противном случае, вы всегда будете нести ответственность за избавление его от скуки. Предложите идеи, которые могут помочь ему развлечь себя. Ждете ли вы еды в кафе, или он пытается найти себе занятие в дождливый день, научите его эффективно бороться со скукой. 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». Первый раз, когда ваш ребенок объявит «мне скучно!», пусть создаст банку и вложит туда записки (нарисует объекты – символы), чем можно заняться. Это влечет за собой выполнение небольшого проекта. Ведь нужно украсить банку, а затем придумать идеи, которые в неё вложить. В следующий раз, когда ему будет скучно, он сможет выбрать идею из банки. Некоторые идеи могут включать в себя:

- нарисовать рисунок бабушке, дедушке или двоюродному брату,
- построить форт из одеял и подушек,
- устроить танцевальную вечеринку,
- найти магнит, а потом составить список всего, что к нему примагничивается в вашем доме,
- расчесать собаку,
- нарисовать пять вещей, которые вы нравятся в каждом члене семьи,
- сделать бумажный самолетик и запустить его,
- нарисовать, сочинить историю/рассказ/сказку,
- создать зоопарк для игрушек,
- организовать всю свою одежду по цветам,
- провести чаепитие с игрушками и куклами и т.д.

2. Займитесь рукоделием. Держите корзину с творческими материалами наготове, чтобы ее можно было достать в случае скуки. В этой корзине храните:

Маркеры / мелки

Цветная бумага / картон

Ножницы, клей

Помпоны, пуговицы и другие украшения

Старые журналы и т.д.

Когда ваш малыш объявит, что ему скучно, вытащите корзину и поставьте на кухонный стол. Дайте своему ребенку полную свободу рисовать, резать или штамповать до глубины души. Если ему нужно дать небольшое направление, дайте

ему задание, например, «Сделай бабушке открытку» или «Сделай бабочку из пуговиц».

3. Отправляйтесь на охоту. Создайте (нарисуйте, распечатайте) несколько листов с заданиями для охоты. Когда приходит скука, у вас будет легкое и интересное занятие для детей минимум на 30 минут. Если у вас есть старая цифровая камера или у вашего ребенка уже есть устройство с камерой, то можно устроить фотоохоту. Просто создайте список предметов, которые ребенок должен найти: например, бабочку, что-то красное и камень, похожий на сердце.

4. Почитайте книгу. Можно поиграть дома в библиотеку. Прививайте любовь к чтению, и он, вероятно, всегда обратится к книге, когда ему станет скучно. Если вам "посчастливилось" услышать эти слова из его уст, скажите ему или ей, что пора читать, и у него есть выбор любой книги в доме.

5. Позвольте ему вам помочь. Если у вас есть домашние дела, то привлечите к ним ребенка. Хотя это может привести к тому, что работа по дому займет вдвое больше времени, вы научите своего ребенка складывать белье, мыть посуду и подметать пол. Если вы делаете что-то, с чем ваш ребенок не может безопасно помочь, например, готовите обед на горячей плите, предложите ему или ей безопасную альтернативу, например, подметание пола на кухне.

6. Подготовьте представление. Если у вас ребенок, которому нравится быть в центре внимания, попросите его или ее подготовить для вас представление. Они могут пойти в свою комнату и поработать над песней, набором анекдотов или танцевальной программой. Запланируйте шоу талантов на определенное время, чтобы у вас было время закончить то, над чем вы работаете, и у него будет время, чтобы усовершенствовать свое представление. Затем уделите все внимание талантам вашего ребенка - не забудьте записать это на камеру!

Желаем Вам удачи!