

DOSADA KOD DJECE

Problem ili nova prilika?



Kako pristupiti djetetu koje se dosađuje?

- Kada dijete kaže da mu je dosadno, možemo reflektirati njegovu emociju nezadovoljstva i objasniti mu da je to prirodno: *“Dosadno ti je i ne znaš što raditi? Svima nam je ponekad dosadno. Znam da ćeš smisliti barem jednu stvar koju možeš napraviti da se više tako ne osjećaš.”*
- Također, dijete možemo usmjeriti određenim aktivnostima. No, pritom je važno da mu prepustimo samostalan izbor načina provođenja vremena, bez obzira na naše želje.



Zašto je dosada dobra za dijete?

- dijete postaje samostalno i samopouzđano
- razvija se mašta i kreativnost
- djeca otkrivaju vlastite interese
- potiče se snalažljivost i fleksibilnost
- dijete jača unutarnju motivaciju i razvija emocionalnu otpornost

Zašto je djetetu dosadno?

- Djeca danas imaju previše izbora, što može dovesti do zasićenja i neodlučnosti.
- Djeca tada ne mogu zadovoljiti svoje želje, zbog čega nastaje osjećaj frustracije jer se osjećaju nemoćno.



Što treba izbjegavati?

- izbjeći dosadu nudeći ekrane
- ispuniti dječju sobu mnoštvom igraćaka
- preuzeti odgovornost za dječju dosadu
- omogućiti previše aktivnosti i zabave
- prekidati tišinu
- odmah nuditi rješenja
- govoriti da je dosada loša
- stalno biti uključeni u igru
- isplanirati svaku minutu u danu



**“Djeca trebaju osjetiti
dosadu. Svijet za njih
treba postati izuzetno
tiho mjesto kako bi mogli
čuti sebe.” - Lapointe**



*Iz dosade nastaju
najljepše priče!*