**NUDA CZYNI CUDA, CZYLI JAK NAJLEPIEJ ROZWIJAĆ PASJE U DZIECI. DODAJMY DZIECIOM SKRZYDEŁ…**

I. Świadomość własnych predyspozycji, talentów i pasji pozwala człowiekowi ukierunkować się, tworzy fundamenty, pomaga później przy wyborze zawodu oraz realizacji w życiu. Wyniki badań naukowych wskazują, że proces odkrywania i rozwijania tych właśnie pasji przebiega płynnie i komfortowo, jeżeli istnieje balans pomiędzy ilością bodźców stymulujących oraz bodźców stabilizujących. Jak to jednak przełożyć na życie i codzienne sytuacje?

Umiejętność eksplorowania otaczającego świata, otwartość na nowe doświadczenia, a także umiejętność wytrzymywania napięcia związanego z nieznanym, kształtuje się w dziecku już od pierwszych miesięcy. W dużym stopniu zależy to od stylu i jakości opieki sprawowanej nad nim. W okresie do 1 r.ż. głównym zadaniem rodzica lub opiekuna jest regulacja emocji, których doświadcza dziecko, nadawanie im adekwatnej interpretacji oraz obniżanie poziomu napięcia. Na przełomie 1-2 roku, kiedy dziecko bardziej aktywnie angażuje się w relacje z otaczającym go światem, do zadań rodzica dochodzi również adekwatne do stanu i wieku dziecka stymulowanie go. Na późniejszych etapach rodzic powoli wycofuje się z funkcji regulacyjnych oraz interweniuje jedynie w sytuacjach przekraczających aktualne możliwości dziecka do samodzielnego radzenia sobie i uspokajania się.

Naturalną ciekawość rodzica w stosunku do własnego dziecka, chęć towarzyszenia mu w doświadczaniu i przeżywaniu emocji, a także gotowość przyjmowania jego perspektywy pozwala rodzicom wychwytywać i rozumieć co jest dla dziecka interesujące, pociągające oraz do czego ma indywidualne predyspozycje. Postawa rodzica sprzyjająca korzystnemu rozwoju pasji u dziecka, uwzględnia empatyczne nastawienie do niego i jego sposobu przeżywania otoczenia. W normie natomiast wyklucza narzucanie dziecku własnych ambicji i zamiłowań.

Kolejnym etapem jest stymulowanie dziecka, wzmacnianie i dopingowanie go. **Niezwykle ważnym jest dostrzeganie nawet najmniejszych i najwcześniejszych postępów dziecka.** Na początkowych etapach rodzice i ich reakcje emocjonalne są swoistym lustrem dla dziecka. Rodzice, okazując dumę i satysfakcję z najmniejszych postępów dziecka, uczą go dostrzegać i doceniać własny wysiłek, zanim dojdzie do wymarzonych sukcesów.

**Dobrym pomysłem jest rozpoczęcie nowej aktywności wspólnie z dzieckiem.**Mogą to być dowolne zajęcia, czy aktywności, wobec których dziecko wyraża zainteresowanie. To niezwykle zbliża rodziców i dzieci, ale co więcej, daje możliwość dziecku zobaczyć na przykładzie rodzica, że rozwój idzie w parze z zaangażowaniem, konsekwentnością, regularnością i powtarzalnością. Tak na realnym przykładzie doświadczy tego, że inni również mogą mieć trudności i popełniać błędy.

Badania wskazują, że nawet samo **towarzyszenie dziecku ułatwia przejście przez tak zwany okres latencji**. Wtedy dziecko uczy się wytrzymywać narastające napięcie związane z brakiem natychmiastowych efektów, a obecność rodzica jest swoistym zabezpieczeniem. Na tym etapie rodzice powinni interweniować jedynie wtedy, kiedy widzą, że sytuacja przekracza zdolności dziecka do samodzielnego radzenia sobie i uspokajania się. W normie, dzięki temu dziecko zaczyna angażować się w coraz trudniejsze aktywności, wiążące się z coraz wyższym poziomem napięcia oraz uczy się tego, że nawet wysoki poziom trudności nie powinien prowadzić do dezorganizacji, czy całkowitego wycofania

Warto jednak zaznaczyć, że **wsparcie dziecka w jego poczynaniach, nie ma nic wspólnego z idealizacją.** Obecność konstruktywnej i obiektywnej krytyki, która nie ma na celu sprawić krzywdę lub dopiec, pomaga dziecku kształtować adekwatną samoocenę. Umiejętność dostrzec nie tylko swoje silne strony, ale również słabości, wbrew pozorom jest chroniąca i wspierająca, ponieważ sprawia, że samoocena dziecka nie jest uzależniona tylko i wyłącznie od obecności lub braku zewnętrznych gratyfikacji (pochwały, komplementy - krytyka, dezaprobata). Ponadto pomaga lepiej ukierunkować swoją energię, na przykład rozwijając umiejętności kompensacyjne.

Podsumowując, aby dziecko nauczyło się rozwijać swoje indywidualne predyspozycje w bezpieczny i korzystny dla siebie sposób, należy zapewnić mu rozumiejące i wspierające środowisko, zachęcać do pokonywania coraz większych wyzwań, uczyć wytrzymywać napięcie, niepowodzenia i porażki, a także dostrzegać i adekwatnie oceniać własne silne i słabe strony.

II. **Pasja** (pot. hobby, konik) – jest to czynność wykonywana dla relaksu w czasie wolnym od obowiązków. Może łączyć się ze zdobywaniem wiedzy w danej dziedzinie, doskonaleniem swoich umiejętności w pewnym określonym zakresie, albo też nawet z zarobkiem - głównym celem pozostaje jednak przyjemność płynąca z uprawiania pasji.

Każde dziecko, jak każdy człowiek, ma swoje zainteresowania. Każdy lubi coś bardziej, a coś innego mniej. Niektóre rzeczy go bardziej interesują, a inne wydają nudne. Każde dziecko ma też swoje pasje, które chciałoby rozwijać. Nie zawsze jednak jest to możliwe. Zainteresowania naszych dzieci mogą być bowiem bardzo kosztowne. Czasami rodziców nie stać na hobby, jakie wymarzy sobie pociecha. Oglądając telewizję, przeglądając strony w sieci, nasze dziecko natrafia na różne zajęcia. Część z nich wydaje się być niezwykle ciekawymi. Dziecko zafascynowane jest tym, o czym przeczytało. Chciałoby spróbować tego, niestety nie wszystko jest w jego zasięgu. Trudno jest na przykład nauczyć się surfingu, jeżeli nie mieszka się w pobliżu jakiegoś dużego zbiornika wodnego. Tak jest też w przypadku różnego rodzaju pasji. Zatem nie tylko kwestia finansowa nie pozwala naszemu dziecku rozwijać swoje zainteresowań, lecz również czynniki niezależne od nikogo. W takich sytuacjach rodzice powinni spokojnie wytłumaczyć dziecku dlaczego nie może robić tego, co chce. Powinni także zachęcić do tego, co jest akurat możliwe.

Dziecko ma bogatą wyobraźnię i czasami widzi siebie w najróżniejszych ekstremalnych sytuacjach. Czasem wydaje mu się, że wszystko mogłoby robić. Chciałoby się wszystkim zajmować. Rodzice takiego dziecka powinni wytłumaczyć mu, że należy na początku mieć jedno ulubione zajęcie, w którym będzie się doskonaliło. Powinniśmy uczyć dzieci cierpliwości i kiedy rozpoczynając jakieś dodatkowe zajęcia chcą rezygnować po pierwszym spotkaniu, musimy przekonać je, aby próbowały dalej, aby się nie poddawały. Słomiany zapał jest bardzo często spotykany wśród naszych dzieci. Są zachłanne w swych pragnieniach i zamierzeniach, a w rzeczywistości nie potrafią kontynuować swych zainteresowań. Bardzo szybko się nudzą wszystkimi rozpoczętymi przedsięwzięciami. Nie możemy pozwalać dzieciom na rezygnowanie z zamierzeń. Kiedy nasze dziecko, mimo niepowodzeń, stawia czoła trudnościom, kształtuje tym samym swój charakter. Jest bardziej wytrwałe i łatwiej znosi klęski.

W przypadku zainteresowań dziecka najgorsza jest sytuacja, kiedy dziecko ma talent, interesuje się jakąś dziedziną, ma chęci i predyspozycje do danej rzeczy, lecz nie robi nic w tym kierunku, ponieważ rodzice nie zauważają pasji dziecka. Kiedy rodzic nie zwraca uwagi na to, co lubi dziecko, wtedy ewentualny talent dziecka może się zmarnować. Zachęcam Państwa do rozwijania zainteresowań swojego dziecka. Nasze dziecko może okazać się niepowtarzalną jednostką w tym, co lubi. Być może będzie mistrzem w swojej dziedzinie. Dlatego warto, abyście Państwo w miarę możliwości interesowali się ulubionymi zajęciami dzieci, rozmawiali o nich z nimi. Jeśli dziecko nie będzie kimś wybitnym w swoim hobby, to przynajmniej będzie miało ogromną przyjemność z tego hobby. A Państwo będziecie pełni satysfakcji, że uszczęśliwiliście swoją pociechę.

Niejednokrotnie jest tak, że rodzice żalą się na brak zainteresowań w życiu swoich dzieci. Z drugiej strony stoją przed wyborem zajęć dodatkowych i nie wiedzą, na co się zdecydować, gdyż trudno jest wybrać akurat to, co będzie najlepsze dla rozwoju dziecka.
Zasadniczą kwestią jest to, że to nie my wybieramy, czym nasze dziecko ma się interesować lecz dajemy szansę jemu samemu podjąć decyzję. Pozwólmy mu wybierać. W naturze dziecka jest próbowanie różnych rzeczy i tym samym weryfikowanie, co je rzeczywiście interesuje. Gdy ogranicza nas budżet przedstawiamy zakres, granice możliwości wyboru. Czasem jest też tak, że dane zajęcie interesuje dziecko tylko na jakiś czas, potem staje się nudne albo mało ciekawe w stosunku do innych. Takie są prawa dziecięcej ciekawości i dorastania.
Jednak każdy rodzic marzy, aby w pewnym momencie jego dziecko miało pasję. Bywa, że rodzice sami tę pasję wybierają kierując się swoimi niespełnionymi marzeniami. Powszechnie wiadomo, że dziecka nie da się do niczego zmusić, a przynajmniej nie powinno się zmuszać. Z działań w takich warunkach trudno ukształtować stałe zachowanie, a w żadnym wypadku nie da się połączyć tego z pasją.

Czasami jeden prezent dany dziecku lub jeden wyjazd potrafi zapoczątkować w nim pasję. A potem tylko od rodziców zależy jak ich dziecko to wykorzysta. Najważniejsze by w odpowiednim momencie zauważyć, że coś dziecko zainteresowało. Zafascynowane jakąś dziedziną dziecko próbuje się dowiedzieć coraz więcej o interesującej je tematyce. Kilkulatek zafascynowany na przykład geografią uczy się niepostrzeżenie stolic państw, nazw kontynentów czy oceanów. Czasami pasja dziecka staje się jego pasją na całe życie i nie tylko. Pasja często prowadzi do wymarzonego zawodu i kształtuje człowieka na całe życie. Dzięki swoim zainteresowaniom dziecko zyska pewność siebie, nowych znajomych, którzy mają podobne zainteresowania. Pasja to przede wszystkim zajęcie czasu, który rzadko jest właściwie wykorzystywany. Dzięki zainteresowaniom dziecko nie tylko się nie nudzi, ale staje się bystrzejsze i mądrzejsze. Warto, więc zabierać często dziecko do kina, teatru czy na wycieczki, ponieważ to zdecydowanie spowoduje rozwój pasji młodego człowieka.

Pasją dziecka nie musi być to, co pasjonuje mamę czy tatę. Gdy jego hobby odbiega od Państwa wyobrażeń, należy je uszanować i być cierpliwym. Dziecięce zainteresowania szybko się zmieniają.

**Oto kilka wskazówek do rozwijania pasji:**

1. Zabierajcie Państwo dziecko do muzeum, teatru,  na festyn, do zoo, na rekonstrukcje dawnych bitew. Opowiadajcie, czym zajmowali się dziadkowie, co robiliście, kiedy byliście małymi dziećmi. Nigdy nie wiadomo, kiedy ziarnko padnie na podatny grunt.

2. Czytajcie Państwo dziecku książki i sami też do nich zaglądajcie. Rozwojowi pasji sprzyja też domowy księgozbiór, rodzinne wyjścia do księgarni, korzystanie z biblioteki (można do niej zapisać już przedszkolaka).

3. Z głową urządzajcie Państwo pokój dziecka. Jeśli znajdzie się w nim regalik, na którym są ładnie wyeksponowane książki (tuż pod ręką i w zasięgu wzroku), trudno będzie do nich nie zaglądać. To, co dziecko widzi, kształtuje jego umysł. Jeśli w pokoju ustawimy globus albo zawiesimy wielką mapę świata, może to być preludium do geograficznych zainteresowań.

4. Podążajcie Państwo za dzieckiem, ale bądźcie też jego przewodnikiem. Zanim podarujecie mu którąś z kolei zabawkę, bo wydaje się, że to je ucieszy, należy sprawdzić inne opcje. Lepiej dyskretnie wybadać, czy przypadną dziecku do gustu.

5. Nie przejmujcie się Państwo płcią dziecka, syna może zainteresować gotowanie, a córkę samochód (nie tylko taki dla Barbie). Odmawianie dziewczynkom zdolności matematycznych i technicznych, nie odpowiadanie na ich pasje związane z przedmiotami ścisłymi, czy techniką to częsty błąd rodziców.

6. Nie przerywajcie Państwo dziecku, gdy właśnie zgłębia tajniki budowy zegarka. Nie wymagajcie, by nagle przyszedł na obiad. Dzieci, nawet te bez pasji, nie lubią być zaskakiwane.

7. Doceńcie Państwo zbieractwo. To tylko pozornie mania posiadania dużej liczby różnych przedmiotów. Mali kolekcjonerzy potrafią zadziwić wiedzą o swoich zbiorach. Nauczcie Państwo dziecko porządkować, klasyfikować, dokonywać selekcji. To ważna część każdej pracy naukowej.

8. Starajcie się Państwo znaleźć odpowiedź na każde, nawet najtrudniejsze pytanie. Nie poddawajcie się w trakcie badawczej serii „a dlaczego”. Niech będzie dla Państwa wyzwaniem. Jeśli nie znacie Państwo jakiejś odpowiedzi, poszukajcie jej wspólnie w książkach lub Internecie. Warto pokazać dziecku, jak zdobywa się informacje.

9. Sami miejcie Państwo pasję. Z braku czasu nie rezygnujcie z tego, co lubicie. Jeśli nie jesteście Państwo w stanie regularnie chodzić do kina, można w domu zorganizować spotkania dla przyjaciół, podczas których warto obejrzeć dobry film.

10. A teraz to najważniejsze: POWODZENIA!!!

**CYTATY O PASJI**

*Piękny jest człowiek robiący coś z pasją.*

*Wera Gorczyńska*

*Kochaj to, co robisz i rób to, co kochasz. Pasja jest kluczem otwierającym drzwi do radości i dostatku.*

*David Cuschieri*

*Dobrze jest znaleźć sobie hobby, które tak człowieka wciąga, i sprawia, że z radością czeka się na kolejny tydzień, zamiast ponuro liczyć dni.*

*Cecelia Ahern*

*Jeśli nie potrafisz określić celu, określ swoją pasję. Twoja pasja doprowadzi cię wprost do celu.*

*T.D. Jakes*

*Pasja jest znacznie ważniejsza niż perfekcja wykonania.*

*C.G. Drews*

*Pewnego dnia coś zrobisz, coś zobaczysz albo wpadniesz na pomysł, który pozornie pojawi się znikąd. I poczujesz, że coś w tobie drgnęło, jakieś ciepło w piersi. Kiedy tak się stanie, nie wolno ci tego zignorować. Otwórz umysł i podążaj za tym pomysłem. Podtrzymuj płomień. A wtedy na pewno znajdziesz swój ogień.*

*Beth Hoffman*

*Pasja to potężna moc, która pozwoli przezwyciężyć wszystkie trudności. Jeśli kochasz to, co robisz, znajdziesz sens swojego życia - i nieważne, co nim będzie, ważne, abyś robił to, co kochasz.*

*Krzysztof Puwalski*

*Nasza pasja jest naszą siłą.*

*Billie Joe Armstrong*

*Nawet z pozoru najdziwaczniejsza, najskromniejsza pasja jest czymś bardzo, ale to bardzo cennym.*

*Stephen King*

*Nie potrzeba budzika. Budzi mnie moja pasja.*

*Eric Thomas*

*Pasja wyprowadzi ludzi poza ich samych, poza ich wady, poza ich niepowodzenia.*

*Joseph Campbell*

*W życiu musi być i obowiązek, i pasja, a szczęściem jest ukochanie swojej codzienności.*

*Jolanta Knitter-Zakrzewska*

*Prawdziwa pasja, która płonie w twojej duszy, to taka, której nigdy nie można zgasić.*

*Zach Toelke*

*Do szczęścia w życiu wystarczą pasja i miłość.*

*Ella Carey*

*W gruncie rzeczy nie trzeba być w czymś najlepszym, wystarczy, że się to kocha.*

*Sue Monk Kidd*