



L'AVORRIMENT INFANTIL

L'**avorriment** en la infància és una emoció que pot presentar dos vessants.

En funció del context on aparega, podria considerar-se com una cosa negativa que bloqueja la persona quan ho sent o, per contra, aqueixa emoció podria valorar-se com a positiva perquè suposa una proposta de creixement personal. En experimentar aqueixa sensació, es fomenta la imaginació i el pensament creatiu, especialment durant la infància.

Tots sabem que l'avorriment a l'aula és l'emoció que menys potencia l'aprenentatge, ja que produeix desmotivació en l'alumnat i fa que fàcilment es desconnecte de tota la situació durant el procés d'aprendre. La seua ment ho rebutja de manera quasi automàtica. En aqueix cas, tots els nostres intents per ensenyar, qualsevol informació que tractem de transmetre, no arriba a l'alumne, no la processa per falta d'interés.



En canvi, **fora del context d'ensenyament/aprenentatge**, l'avorriment pot **considerar-se com una emoció molt positiva** que, encara que al principi pot resultar desagradable, la persona quan experimenta aqueixa falta d'interés pels diferents estímuls del seu entorn, o una certa apatia pel que està fent, s'"obliga" a activar-se mentalment per a eixir o escapar d'aqueixa sensació. En moltes ocasions recordem les nostres vacances escolars, especialment a l'estiu, com un moment excel·lent per a fer i gaudir de coses noves com col·laborar en xicotetes tasques de casa, emprendre nous reptes (muntar amb bicicleta, els patins...), jugar i renyir amb els germans, menjar gelats, conversar durant més temps amb veïns, amics, contemplar els núvols, vetlar, etc. No obstant això, en determinats moments, les vacances ens podien



semblar també "eternes" i fins i tot ens donava temps a avorrir-nos "com ostres". Aqueix era precisament un moment especial per a crear, pensar què fer, i la nostra imaginació començava a inventar jocs, situacions o activitats de qualsevol tipus en les quals ocupar el temps lliure.



Hem d'indicar que disposar d'aqueix temps on no es fa res és realment útil i productiu per als nostres fills. Com a pares/mares, no hauríem de preocupar-nos massa quan ens diguen la temuda frase de: "Mamà, papà, m'avorrisc", ja que actualment els psicòlegs confirmen una dada important: "Quan els xiquets no tenen res a fer, quan s'avorreixen, és quan més fàcilment recorren a la seua creativitat per a imaginar situacions, jocs, etc." És llavors, en mancar d'alguna activitat estructurada, quan buscaran en la seua imaginació diferents camins per a entretenir-se d'acord amb les seues inquietuds, preferències, etc.

El ritme ràpid de vida que portem, i al qual sotmetem als nostres fills/es hui dia, els està deixant sense estratègies per a solucionar aqueixos moments en què res desperta el seu interès o la seua atenció, en els quals no saben molt bé què fer amb el seu temps.

És com si es quedaran sense opció en un estat d'apatia o desinterès causat per la sensació de no tindre res amb el que divertir-se. Encara que resulte paradoxal, **els xiquets que més coses tenen per a entretenir-se solen ser els que més s'avorreixen.**

No obstant això, també és possible que els xiquets de hui no s'avorrisquen més que els d'abans però sí que és cert que estan **menys preparats per a afrontar l'avorriment i la frustració que comporta el no saber què fer.** Se senten indefensos davant del malestar que els genera la falta d'estructura i contingut en el seu temps. Per tant, el que realment ocorre és que toleren pitjor l'avorriment perquè depenen massa de la figura de l'adult per a estructurar els seus jocs i activitats.



Malgrat les queixes reiterades sobre l'avorriment que senten els nostres fills/es, els pares/mares han de tranquil·litzar-se i saber que la seua "ment infantil" no els deixarà avorrir-se, "els buits mentals" no existeixen en el "caparró" dels nostres xiquets, sempre aconseguixen omplir-la de pensaments, ocurrències, jocs i invencions.

Així que, no hem d'angoixar-nos tractant de dissenyar i omplir totes les hores del dia del nostre fill/a, sinó que els xiquets/es hem de deixar-los aqueix **espai i temps personal** per a l'avorriment amb la finalitat que comencen a activar la seua imaginació i creativitat que, tard o d'hora, donarà els seus fruits.

Molts xiquets d'ara ja ho reben tot "mastegat". Estan acostumats que els seus pares els organitzen i estructuren en excés la seua vida. Són xiquets que estan habituats a seguir un guió tots els dies. No saben què fer si algun adult no els ajuda, no s'esforcen per crear o imaginar activitats noves i gratificants.

Això ocasiona en els xiquets falta de recursos personals per a posar en marxa la seua **imaginació i creativitat**, pròpies de la infància.



Causes de l'avorriment infantil

Entre les diverses causes, volem ressaltar les següents:

1. L'excés d'estímul als xiquets

El consumisme desenfrenat al qual estem sotmesos pot provocar un avorriment en tots nosaltres i els xiquets no són precisament una excepció.



L'excés d'estimulació limita la invenció, bloqueja la imaginació, la creativitat i dificulta l'entreteniment o la diversió.



Resulta habitual trobar un xiquet envoltat de joguets i sentir-lo dir: "M'avorrisc, no sé a què jugar"... Amb això tracta, en moltes ocasions, de cridar l'atenció dels pares perquè siguen ells els qui li resolguen el seu problema.

Des de xicotets s'han acostumat a massa estímuls i regals. Es podria dir que viuen en general sobreestimulats. En massa ocasions, veiem que no estan acostumats a esperar, a avorrir-se, a passar un temps de "no activitat" i, per descomptat, no estan acostumats a reflexionar o pensar.

Sol ocórrer que els xiquets, com més joguets o estímuls tenen, més es dispersen, s'aclaparen i major pot ser la sensació d'avorriment, o fins i tot d'apatia, que experimenten. Tindre tantes coses al seu voltant els produeix desinterés i falta d'atenció cap a una cosa concreta amb el que passar el temps.

2. Una excessiva planificació i control de les activitats infantils

La infància de hui dia està **sobrecarregada d'activitats**; no deixem lloc per a l'avorriment, perquè els xiquets pensen i dissenyen les seues pròpies alternatives de joc, de passar el seu temps lliure. Erròniament els pares han **cregut que l'avorriment és dolent** i que per tant els xiquets necessiten estar constantment actius, una falsa idea que està obstaculitzant el



desenvolupament del pensament creatiu dels nostres xiquets. Com a pares, hem d'ensenyar als fills que **amb l'avorriment també s'aprén**, i que hi ha un temps per a tot, fins i tot per a no fer res.

3. L'abús de pantalles en la infància



Potser és a conseqüència de la inèrcia, per cansament o per eludir una enrabiada, els pares i mares estan abusant de l'ús que fan els seus fills de les pantalles en general. Si bé és cert que un ús responsable de les noves tecnologies ens poden aportar beneficis a tots, també ocorre que un abús d'elles, en els més xicotets, produeix situacions d'ansietat i estrés, així com desinterés per unes altres qüestions que li suposen un major esforç (imaginar o crear, per exemple), ja que el xiquet seu davant d'una pantalla i té la diversió assegurada de manera molt fàcil, sense necessitat de posar en funcionament el seu pensament creatiu en la gran majoria d'ocasions. Aquesta pràctica impedeix que puguin ser ells mateixos els qui desenvolupen i troben la manera de distraure's d'una altra forma.

Els xiquets necessiten temps lliure, sense excés d'estímuls i allunyats de les pantalles per a imaginar, crear, construir i assaborir els seus aprenentatges a través del joc no dissenyat o ideat per cap adult.

Raons per les quals és beneficiós l'avorriment

1. Fora d'una situació d'aprenentatge estructurat, l'avorriment **desperta l'interés del xiquet per cercar coses noves** amb les quals poder entretenir-se.
2. Per mitjà d'aquesta emoció, **és capaç d'aprendre a reflexionar** i analitzar què li està ocorrent.



3. Si el xiquet no s'avorreix en cap moment, si no el deixem temps lliure personal, i està **sobrecarregat d'activitats**, l'únic que pot passar és que s'estresse.
4. Si sorgira eixa emoció negativa, pot aprendre a esperar i a tindre paciència perquè haurà de pensar, durant un temps, què és el que pot fer per a eixir d'aqueixa situació desagradable que comporta l'avorriment.
5. Quan el xiquet no té res a fer, desenvolupa encara més la seua creativitat.
6. Aprendreà estratègies o desenvoluparà recursos personals per a eixir de l'avorriment, sense dependre de la figura de l'adult.

Els pares han de comprendre que realment l'avorriment infantil impulsa a la creativitat. Els xiquets necessiten tindre temps per a no fer res, temps per a imaginar, crear, pensar, assimilar les seues experiències o senzillament observar el món que els envolta.