



AI, QUE TÉDIO!

Muita atividade extracurricular, consumismo exagerado, excesso de proteção e horas demais em frente às telas - seja da TV, do computador ou do tablet - podem deixar seu filho entediado. É o que aponta a tese de mestrado da psicóloga e pedagoga Clarice Kunsch, da USP. Ela entrevistou crianças de 5 a 7 anos, além de seus pais e professores, e observou que os mais sobrecarregados, quando dispõem de um tempo livre sem a orientação de outra pessoa, não sabem o que fazer e são tomados pelo tédio. Os pais devem ficar atentos a momentos em que a criança poderia estar brincando mas, em vez disso, não tem vontade de fazer nada. É ter em mente que a maior parte do tempo deve ser reservada à brincadeira. O ideal é que as atividades extras sejam agendadas só duas vezes por semana.

⊕ **NO TABLET**

Entrevista com Clarice Kunsch sobre o tédio infantil



Entediados demais

A pedagoga e psicóloga Clarice Kunsh, autora da tese de mestrado *As Relações Entre Padrões de Consumo e a Vivência do Tédio em Crianças*, identifica as causas desse sentimento e ensina a driblá-lo no dia a dia com os filhos.

CRESCER: Como os pais podem identificar sinais de tédio nos filhos, sabendo que, como você menciona em sua pesquisa, muitos deles passam a maior parte do dia trabalhando?

Clarice Kunsch: Os sinais de tédio são apatia, desinteresse e falta de motivação. É importante perceber momentos em que a criança poderia estar brincando espontaneamente, mas fica sem vontade de fazer nada, ou espera a orientação de alguém – normalmente um adulto – para dizer o que ela deve fazer. Digo que, com o tédio, a facilidade de se encantar por coisas simples fica comprometida. É a falta daquele brilho no olhar tão comum nas crianças.

C.: Uma vez percebido o tédio, como os pais devem agir para ajudar a criança?

C.K.: Os pais precisam prestar atenção na rotina da criança, verificar se ela está fazendo coisas demais e se está muito comprometida com atividades orientadas por adultos. Por mais que nos cursos ela esteja em contato com outras crianças, as relações são mediadas por adultos e, portanto, não são tão espontâneas quanto as brincadeiras livres. Outro ponto importante é a motivação dos pais ao escolher essas atividades para a criança. Eles devem se perguntar: "Tenho expectativas em relação ao futuro de meu filho e desejo de antecipar conteúdos para que ele se sobressaia?". Pode ser que a criança esteja enfrentando experiências distantes do seu interesse e da sua capacidade física, intelectual e emocional. Nesses casos, ela sente a pressão dos pais por resultados que não consegue – e nem quer – alcançar. Também é importante prestar atenção no uso de equipamentos eletrônicos. Atualmente, o tempo de uso tem aumentado, pois há televisão, computador, tablet, videogame e smartphone. Não é necessário negar a existência dos equipamentos e proibir o uso, mas, sim, acompanhar o conteúdo e o tempo de acesso, que sempre deve ser menor do que o tempo dedicado às brincadeiras livres.

C.: É possível diferenciar episódios momentâneos de tédio de um tédio persistente, que toma conta da rotina da criança?

C.K.: Episódios momentâneos de tédio são comuns a qualquer pessoa, inclusive às crianças. Todos nós enfrentamos situações em que gostaríamos que o tempo passasse mais rápido. Esse é o tédio situacional. Mas há também o tédio existencial, com perda de interesse pela vida, falta de aspiração para agir e percepção de que nada é interessante ou empolgante. Para uma criança, é muito precoce falarmos em tédio existencial, pois ela ainda não tem projetos de vida. A criança vive o presente. Portanto, devemos prestar atenção quando a criança apresenta sinais de tédio em momentos em que poderia fazer qualquer outra coisa. Quando, por exemplo, está livre para brincar e não o faz, ou ainda quando questiona o universo infantil de fantasias, procurando trazer tudo para uma realidade concreta.

C.: Ter tempo livre e brincar em ambientes abertos (longe das telas) e com outras crianças ajuda a minimizar a sensação de tédio?

C.K.: Ao brincar livre sozinha ou com outras crianças, em ambientes externos ou internos, com ou sem brinquedos, a criatividade, a espontaneidade e a autonomia da criança são estimuladas. Quanto mais momentos assim ela tiver, menor a chance de ela se entediar, porque ela está aprendendo a ter recursos que permitem ter iniciativa e buscar soluções em diversas situações. Uma criança excessivamente tutelada espera que alguém vá dizer o que ela deve fazer, portanto, não há esforço da parte dela. Ela se mantém dependente da orientação do adulto sempre.

C.: De acordo com a pesquisa, o fato de ter muitos brinquedos não impede a criança de se entediar. Assim, podemos dizer que, mais importante do que ter os brinquedos, é preciso estimular a brincadeira?

C.K.: O excesso de brinquedos não necessariamente leva ao tédio, mas ajuda a comprometer o interesse da criança, pois ela não trabalha com a expectativa de ter o desejo atendido e não aprende a lidar com a ansiedade. O brinquedo é um instrumento em uma brincadeira. É possível brincar com ou sem brinquedos, sozinho ou com alguém. A criança também aprende a brincar através da exploração motivada pela sua curiosidade. E não há necessidade de atender prontamente a todos os seus pedidos. Ela precisa saber esperar e não necessariamente sofrer com isso. Conversar sobre o brinquedo desejado pode ser uma opção para entender se o seu filho quer mesmo aquilo ou se está apenas precisando de atenção. Trocar um brinquedo novo por outro velho, que pode ser doado, também é uma maneira de mostrar que as coisas têm valores.

C.: É aconselhável os pais incentivarem as crianças a brincar com o que não é exatamente um brinquedo, visando estimular a criatividade e a imaginação? (Por exemplo, caixas de papelão, potes vazios etc.).

C.K.: Estamos em uma época em que é muito difícil encontrar brinquedos "neutros" nas lojas. A grande maioria é relacionada a algum personagem. Quando o brinquedo é de um personagem específico, pode limitar, sim, a criatividade e a imaginação da criança, pois aquele brinquedo já tem um nome, um enredo, um contexto. Não que seja impossível de criar a partir desse brinquedo, mas limita. Uma criança saudável, criativa e espontânea vai se divertir com caixas, pedras, gravetos e qualquer objeto que encontrar. Proporcionar contato com esses materiais é sempre muito rico! Apenas não há necessidade de ter um tom proibitivo nos outros brinquedos. Deve haver moderação sempre, e entender como o filho reage ao que foi oferecido para reavaliar as escolhas dos pais para ele.

C.: Quais atividades extracurriculares são aconselháveis para crianças de 5 a 7 anos sem deixá-las sobrecarregadas?

C.K.: É importante que, desde pequena, a criança tenha outros espaços de convívio além da escola e da família. Porém, essas atividades devem ter um sentido para ela e não é recomendável que ocupem muito de seu dia. Normalmente, a escola já é uma escolha bastante completa e que proporciona estímulos em diversas áreas. Por exemplo, é exagero escolher uma escola bilíngue e matricular seu filho em mais um curso de outro idioma. É em momentos livres com outras crianças que ele vai aprender a se relacionar com pares, disputar interesses, criar, desenvolver a sua autonomia, escolher, avaliar e se posicionar. As aulas mais adequadas às crianças de até 7 anos são esportivas e/ou artísticas, como

C.: De acordo com a pesquisa, o fato de ter muitos brinquedos não impede a criança de se entediar. Assim, podemos dizer que, mais importante do que ter os brinquedos, é preciso estimular a brincadeira?

C.K.: O excesso de brinquedos não necessariamente leva ao tédio, mas ajuda a comprometer o interesse da criança, pois ela não trabalha com a expectativa de ter o desejo atendido e não aprende a lidar com a ansiedade. O brinquedo é um instrumento em uma brincadeira. É possível brincar com ou sem brinquedos, sozinho ou com alguém. A criança também aprende a brincar através da exploração motivada pela sua curiosidade. E não há necessidade de atender prontamente a todos os seus pedidos. Ela precisa saber esperar e não necessariamente sofrer com isso. Conversar sobre o brinquedo desejado pode ser uma opção para entender se o seu filho quer mesmo aquilo ou se está apenas precisando de atenção. Trocar um brinquedo novo por outro velho, que pode ser doado, também é uma maneira de mostrar que as coisas têm valores.

C.: É aconselhável os pais incentivarem as crianças a brincar com o que não é exatamente um brinquedo, visando estimular a criatividade e a imaginação? (Por exemplo, caixas de papelão, potes vazios etc.).

C.K.: Estamos em uma época em que é muito difícil encontrar brinquedos "neutros" nas lojas. A grande maioria é relacionada a algum personagem. Quando o brinquedo é de um personagem específico, pode limitar, sim, a criatividade e a imaginação da criança, pois aquele brinquedo já tem um nome, um enredo, um contexto. Não que seja impossível de criar a partir desse brinquedo, mas limita. Uma criança saudável, criativa e espontânea vai se divertir com caixas, pedras, gravetos e qualquer objeto que encontrar. Proporcionar contato com esses materiais é sempre muito rico! Apenas não há necessidade de ter um tom proibitivo nos outros brinquedos. Deve haver moderação sempre, e entender como o filho reage ao que foi oferecido para reavaliar as escolhas dos pais para ele.

C.: Quais atividades extracurriculares são aconselháveis para crianças de 5 a 7 anos sem deixá-las sobrecarregadas?

C.K.: É importante que, desde pequena, a criança tenha outros espaços de convívio além da escola e da família. Porém, essas atividades devem ter um sentido para ela e não é recomendável que ocupem muito de seu dia. Normalmente, a escola já é uma escolha bastante completa e que proporciona estímulos em diversas áreas. Por exemplo, é exagero escolher uma escola bilíngue e matricular seu filho em mais um curso de outro idioma. É em momentos livres com outras crianças que ele vai aprender a se relacionar com pares, disputar interesses, criar, desenvolver a sua autonomia, escolher, avaliar e se posicionar. As aulas mais adequadas às crianças de até 7 anos são esportivas e/ou artísticas, como natação, atividades poliesportivas e atividades de musicalização.

C.: Qual é a melhor maneira de os pais ensinarem "sentidos da vida" para crianças de 5 a 7 anos?

C.K.: Uma família deve ser construída com base em valores que são importantes para ela. Quando há clareza do que é importante para os membros da família, as ações são permeadas por tais valores. Então, os pais mostram diariamente em todas as suas ações a maneira como eles encaram o mundo. A criança aprende com os exemplos que ela tem. Ao ver os pais tratando mal as pessoas do convívio familiar, por exemplo, a criança certamente está tendo uma aula de desrespeito e de indiferença pelos outros.