

Как научить ребенка проигрывать без слез



Ваш малыш рыдает и запирается в спальне после совместных игр с друзьями? Он просто не умеет терпеть поражение! Что же делать?

Конечно, все мы любим быть победителями, и ни за что не хотели бы ощущать себя неудачниками. Часто эти стремления мы передаем своим детям, внушая им мысль, что самое важное – это победа любой ценой. Однако забываем упомянуть, что умение проигрывать — знание, которое дано не всякому, и из проигрыша тоже можно вынести полезный урок. Какую же помощь своему кричащему и обижающемуся малышу может оказать заботливый родитель?



Как научить ребенка проигрывать?

Когда ребенок не умеет проигрывать и сразу плачет, то стоит применять в воспитании следующие рекомендации.

- Поясняйте, для чего проводится игра. Перед тем как начинать игру, важно пояснить малышу правила и что необходимо сделать, чтобы выиграть. Если ребенок будет знать все «подводные камни» игры, ему будет проще смириться с поражением, легче принять мысль о несправедливости проигрыша.
- Создавайте комфорт во время игр. Тщательно выбирайте компанию и сам вид игры. Предлагайте играть в ту, которая интересна для малыша. А в гости приглашайте тех ребят, которые не вызывают у вашего сына или дочки негативные эмоции. Пусть ребенок во время игры чувствует себя комфортно и уверенно.
- Поменяйте акценты, учите получать удовольствие от самой игры. Проведите ассоциацию между игрой и тортом, на котором глазурь – это победа. Но получать наслаждение от торта можно и без сахарной глазури сверху.
- Держите себя в руках. Когда ребенок начинает рыдать из-за того, что у него меньше баллов, чем у его соперника, вам стоит оставаться невозмутимым. Настройте себя на то, что подобное выражение чувств после поражения – это естественная реакция.
- Проявите сочувствие и любовь. Расскажите, что вы понимаете и разделяете чувства. Обязательно уточните, что поражение – это вовсе не плохо и ваше отношение к любимому сыночку из-за этого не поменяется. Родители любить его меньше не станут, а его талант никуда не испарился, просто в игре не всегда все зависит от самого игрока.
- Правильная реакция важна. Когда вы играете вместе с ребенком, сдерживайте собственную бурную радость, если у вас все выходит, а детка не в ударе. Пусть малыш поймет, что его чувства для вас чрезвычайно важны. Посмеивайтесь над собственными неудачами, но показывайте, что для вас они не важны. Просто подавайте позитивный пример.
- Не скупитесь на похвалу. В случае победы малыша, не стоит указывать ему на его прошлые неудачи: «Вот видишь, ты выиграл. И не стоило прошлый раз реветь». Или наоборот, никак не реагировать на успех своего ребенка. Не стыдитесь проявлять свои эмоции, скажите ему, как вы счастливы его победе. Постоянно указывайте, что игра – это не только возможность выиграть, но и радость от общения с друзьями и от самого процесса игры.
- Давайте возможность проиграть. Не нужно специально поддаваться и имитировать свою неудачу, чтобы превознести заслуги ребенка. Так вы только сформируете неправильное отношение к

конкуренции. Рано или поздно его все равно ожидает неприятный осадок от проигрыша и сейчас ваша задача развить у него упорство, терпимость, умение использовать в игре стратегию. Без умения проигрывать малышу будет сложно во взрослой жизни. Ведь у него не будет опоры, которая могла бы ему помочь смириться с ролью проигравшего и идти дальше.



Как же научить ребенка проигрывать?

Психологи считают, что умение проигрывать и при этом не расстраиваться, можно развить у малыша от 3 до 5 лет, используя следующие рекомендации.

1. Умение проигрывать неразрывно связано с умением выигрывать. Правильная реакция при проигрыше говорит о его упорстве, способность идти к поставленной цели. Если ребенок не умеет проигрывать, то, скорее всего, и выигрывать никогда не научится. Ведь рано или поздно ему придется столкнуться с поражением. И если проигрыш не травмирует его, то ребенок будет пытаться достигнуть победы снова и снова. А если поражение болезненно, то он станет избегать ситуаций, которые могут вызвать неприятные эмоции и перестанет соревноваться совсем.
2. Когда малыш сложно переживает поражение, то во взрослой жизни он не будет даже стремиться получить высокую должность и конкурировать с другими претендентами. Ведь он с детства не привык испытывать неприятные ощущения, связанные с проигрышем. Правильное отношение к поражению – залог будущего успеха во взрослой жизни.

3. Учитывайте тип темперамента ребенка. Не стоит сравнивать реакцию на проигрыш холерика и флегматика. Дети очень разные и реакция на поражение у разных детей будет отличаться кардинально. Избегайте фраз: «Смотри, а Ваня совершенно не расстроился и не плачет, в отличие от тебя».
4. Возраст напрямую связан с умением справляться с проигрышем. Чем старше ребенок, тем проще ему справиться с негативными эмоциями. Наши малыши только учатся тому, как правильно реагировать в подобных ситуациях. Обиды и расстройства – это нормальная реакция для ребенка от 3 до 5 лет. Проанализировать произошедшее и сформировать адекватную линию поведения малыш еще не может, в связи особенностями развития его эмоциональной сферы.
5. Родителям в случае неудачи или проигрыша не стоит перекладывать ответственность за произошедшее на внешние факторы. Например, если малыш споткнулся через стул и упал, не нужно винить «нехороший стул», а лучше объяснить, что необходимо смотреть под ноги, когда бежишь. Нарушая это правило, вы формируете безответственное отношение к собственным неудачам. Задача родителей не защитить крошку от неприятностей, а научить его с ними справляться.
6. Взрослые должны давать возможность малышу проигрывать. Ведь невозможно научиться плавать, не залезая при этом в воду.
7. Любите своего ребенка даже тогда, когда его постигла неудача. Мы привыкли превозносить детей, когда они успешны, а если он проиграл, мы в лучшем случае сделаем вид, что не заметили поражения, а в худшем – пристыдим или отругаем. Ребенок должен совершенно точно знать, что он любим при любых обстоятельствах.
8. Пусть кричит, плачет и обижается, если ему так проще пережить неудачу. Часто невыраженные эмоции могут проявиться через заболевания психосоматики. В первую очередь страдает отдел ЖКТ и сердечно-сосудистая система. Опыт разочарования и обиды помогает пережить неприятности и сформировать правильное отношение к ним.
9. Дождитесь окончания эмоционального всплеска у крошки, и обязательно поговорите о том, что произошло, о причинах проигрыша, и что можно изменить в будущем, чтобы повлиять на исход соревнования или игры. Если ребенок не в состоянии ответить, вы можете предложить ему несколько вариантов выхода из сложившейся ситуации.

Возраст 5 лет — отличное время направить все силы и воспитательные методы на формирование у ребенка адекватного отношения к неудачам, развития умения проигрывать достойно и выносить из этого полезный урок.

