«Учим ребенка проигрывать»

Консультация психолога



Дети сталкиваются с поражениями на разных этапах взросления. Однако обычно они не умеют проигрывать, поскольку взрослые настраивают их только на победу. В таком случае даже незначительная неудача для ребенка может превратиться в проблему. Что же делать с разочарованием, злостью, стыдом, которые появляются из-за нереализованных замыслов? Как воспитывать у ребенка умение работать над собственными неудачами, самосовершенствоваться и адекватно реагировать на поражения?

Каждый ребенок хочет, чтобы его ценили и хвалили, в частности, родители. Поэтому переживание любых собственных неудач является для него довольно болезненным. Ребенок школьного возраста не слишком эмоционально выражает реакцию на ситуацию неуспеха, сдерживается. Однако, ребенок дошкольного возраста может плакать, кричать и даже вести себя агрессивно.



Что, если ребёнок плачет?

Если вы столкнулись с тем, что ребёнок плачет, когда проигрывает, и вы волнуетесь на тему того, как научить ребёнка проигрывать без слёз – не переживайте. Главное в этом деле – постепенность и систематичность. Играйте чаще, позволяйте выигрывать, тренируйте ум и усидчивость. Постепенно, ваш ребёнок закалится и уже не будет принимать проигрыш близко к сердцу.

Слёзы – это главный показатель того, что ребёнок не справляется с нахлынувшими эмоциями, а это значит, что перед тем, как начать что-либо ему объяснять, нужно подождать некоторое время, пока ребёнок не возьмёт себя в руки. Не бегите ему на помощь, успокаивая и обещая победы в следующий раз. Постарайтесь выглядеть спокойно и уверенно, а после того как ребёнок перестанет плакать – похвалите его за отличное поражение. Объясните, что не смеётесь и не шутите, что это важный этап для познания любой игры.

Первой реакцией ребенка на ситуацию неудачи является протест, ведь он прилагал усилия, старался. Именно поэтому задача родителей в таком случае - научить ребенка правильно реагировать на поражения, осознавать их и преодолевать.

Обычно родители стремятся воспитывать своего ребенка победителем, с детства настраивают его на успех, получение первенства во всех сферах жизни. Однако, иногда, ребенок ошибается, а родители не всегда готовы признать его неудачи и вместе их преодолеть.

Во время ситуаций неуспеха детей дошкольного возраста родителям следует придерживаться такой последовательности действий: предоставить возможность ребенку выразить негативные эмоции, а затем поддержать его, посочувствовать.

Основная помощь для ребенка, который переживает неудачу, - это «проговаривание» родителями его образов, то есть принятие ими его боли и страданий. Таким образом ребенок понимает, что его услышали, признали его право на ошибку и на то, чтобы через нее расстраиваться. Также важно, чтобы ребенок в полной мере испытал свое разочарование. Для этого не следует его успокаивать, ругать или высмеивать.

Родителям следует учить ребенка достигать цели, прилагать усилия, но не стоит требовать от него только лучших результатов. Независимо от

ситуации успеха/неуспеха, ребенок должен чувствовать, что его любят и поддерживают. Если результат работы ребенка не оправдал ожиданий родителей, все равно стоит похвалить его за то, что он старался, работал.

Часто родители не могут найти общий язык с детьми только потому, что имеют разные типы темперамента. Если, например, отец - лидер во всех сферах, его сын не обязан быть таким же активным. И требовать этого от ребенка не стоит.

Отношение родителей к победам и поражениям ребенка

Каждому ребенку присущ инстинкт выживания. Поскольку его выживание зависит от родителей, он пытается делать все, чтобы им нравиться. То есть ребенок становится отражением отношения родителей к нему. Если взрослые не верят в способности своего ребенка, он это чувствует и становится пессимистом. В таком случае ему сложно достичь любой цели или выполнить даже простую задачу, потому что он заранее уверен, что у него ничего не получится.

Иногда родители бессознательно способствуют формированию у ребенка комплекса «победа при любых условиях». Во время организованных соревнований такие родители открыто демонстрируют, какое важное значение они придают победе. Ребенок понимает, что он не может просто принять участие в игре, посоревноваться, - он должен максимально «выложиться», чтобы одержать победу для родителей. Именно поэтому поражение превращается для ребенка в трагедию, которую он может переживать в течение длительного времени. В целом игра является удачным способом помочь ребенку овладеть навыками адекватного реагирования на ситуации успеха/неуспеха.

Чтобы ребенок быстрее преодолел расстройство, можно предложить ему нарисовать это чувство на бумаге. Во время рисования ребенок должен представить размер образа, его цвет, форму и тому подобное. Затем рисунок можно порвать на клочки и выбросить или уничтожить любым способом.

Итак, родителям следует учитывать, что дети перенимают их отношение как к ситуации успеха/неуспеха, так и к жизни в целом, а также копируют их поведение. Особенно сложно пережить ситуацию проигрыша ребенку дошкольного возраста, поскольку он не умеет сдерживать эмоции, не имеет навыков адекватного реагирования на поражение. Именно поэтому

родителям стоит учить этому ребенка, а также высказывать ему поддержку, сопереживать.



Советы родителям по овладению детьми навыками адекватного реагирования на ситуацию успеха/неуспеха

- Предоставьте ребенку возможность самостоятельно решать сложные ситуации.

- Обязательно поддерживайте ребенка, чтобы он чувствовал, что вы рядом и прислушался к вашим советам.

- НЕ высмеивайте неудачи ребенка, какими мелочными они вам не казались. При любых обстоятельствах оставайтесь на стороне ребенка.

- Расскажите ребенку о своих поражениях, ошибках, переживаниях, которые Вас сопровождали. Однако не следует ассоциировать свои неудачи с неудачами ребенка.

- Поощряйте ребенка к принятию позиции другого человека, к анализу собственных эмоций и т. п. Так он сможет взглянуть на себя со стороны, понять переживания других.

- Помните, что проигравший - не жертва. Не спешите утешать ребенка - возможно, он и не собирался страдать. Лучше акцентировать внимание на

том, что во время игры, соревнования, конкурса всем было весело и интересно.

- Не делайте вид, будто ничего не произошло. Если после поражения ребенка никак на это не отреагировать, он может подумать, что произошло что-то настолько ужасное, что об этом нельзя даже говорить.

- Подождите, пока пройдет первое разочарование ребенка из-за поражения. После этого предложите обсудить, что на этот раз ему не удалось. Также можно проанализировать приемы, которые применяли победители.

- Не сравнивайте своего ребенка с другими, более успешными детьми или теми, кого тоже постигла неудача.

- Учите ребенка уважать чувства других. Обязательно похвалите его, если он отличился, преуспел. Однако обратите его внимание на детей, которые проиграли и поэтому расстроились. Объясните, что не стоит перед ними гордиться своей победой, лучше подбодрить их.

Как проигрыш связан с выигрышем?

Одна из самых важных вещей, которые необходимо объяснить ребёнку, заключается в том, что проигрыш – это накопление опыта, который в дальнейшем позволит выигрывать в том или ином деле или игре.

Поэтому невозможно научиться выигрывать, не проигрывая. Приведите пример с лучником и стрелами: если лучник попадает в мишень с первого раза, то он не знает, ветер унёс его стрелу или он правильно прицелился. Если он в первый раз не попал, то он видит движение ветра, силу лука, а затем учитывая всё это стреляет второй раз – полагаясь уже не на удачу, а на собственные выводы из предыдущего промаха.



Не мешайте детям учиться на ошибках

Подводя итог, хочется добавить, если вы всерьёз задаётесь вопросом, как научить ребёнка проигрывать в игре, не увлекайтесь поддавками. Это важное умение, и абсолютно каждому человеку следует пройти школу поражений, ведь именно благодаря ей, благодаря многочисленным ошибкам и поиску их решений, мы становимся такими, какие мы есть.

Довольно часто родители, жалея детей, не оставляют их наедине с ошибками, перебивая, переделывая, объясняя за самих малышей, в чём они были неправы или правы. Иногда важно просто дать немного времени на размышления, и вы удивитесь: только что плачущий ребёнок уже бежит к вам, чтобы взять реванш, с упорством и настойчивостью.

