

## КОГДА РЕБЕНОК НЕ УМЕЕТ ПРОИГРЫВАТЬ...

Наверно, вы обращали внимание на то, с какой страстью дети в играх стремятся быть первыми, ведущими? Как горестно переживают о своих неудачах и промахах. Как сжимаются кулачки и подергиваются губки, когда победа достается сопернику.

Каждый из нас стремится добиться успеха и любит побеждать. Это естественно и очень хорошо, иначе, мы бы не добивались поставленных целей в жизни. Но, так же естественно, что ни один человек не может всегда быть победителем или проигравшим. Жизнь – всегда непредсказуема, и нам, взрослым, тоже порой непросто смириться с этим, ведь правда?

. Что же делать, чтобы помочь ребенку справиться с ситуацией проигрыша? Давайте разбираться:

1. Показать, как можно принимать поражение достойно.

Важно на своём примере показать ситуацию поражения и спокойное отношение к ней. Вы можете сказать, что, конечно, стремились выиграть, но понимаете, что выигрывать всегда невозможно, потому готовы попробовать еще.

2. Использовать прием «зато». В случае проигрыша можно сказать примерно следующее: «да, сегодня мне не повезло в игре, ну ничего! Зато я умею готовить вкусные пельмешки и отлично катаюсь на роликах!» В таком случае, захочется, скорее поддержать вас и согласиться с этим. К тому же, вы вносите нотку позитива и не акцентируете внимание на «негативности» ситуации. Тем самым, вы обучаете ребенка.

3. Оказать поддержку и показать важность процесса. Ребенка можно похвалить за терпение, стремление играть до конца и не сдаваться, когда подступают трудности. Оказание поддержки развивает и еще одно важнейшее качество – умение наслаждаться процессом. Такое умение есть, к сожалению, и не у каждого взрослого. Именно гонка за результатом способна уничтожить удовольствие от процесса и превратить во взрослой жизни любимую, творческую работу в обыкновенную «гонку за деньгами».

Малышам вообще не стоит говорить о проигрыше. Каждый, кто дошел до финиша, выполнил задание – победитель. И не важно, что кто-то это сделал раньше, кто-то позже.

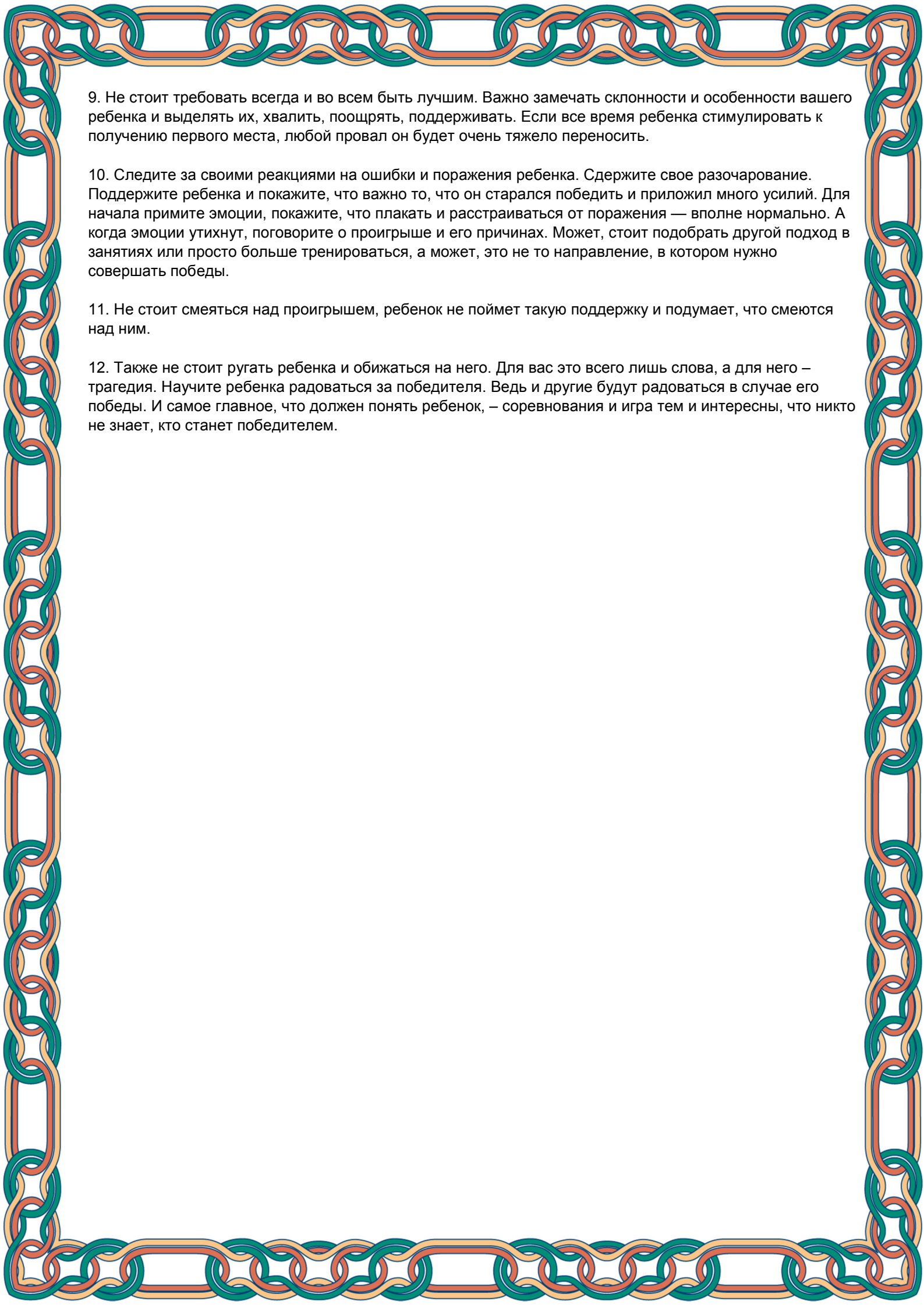
4. Не усугублять ситуацию. Если ребенок все же очень расстроился из-за проигрыша, не усугубляйте ситуацию угрозами, что не станете больше никогда с ним играть, и не игнорируйте его, оставляя один на один с «бедой». Лучший способ – быть спокойным и естественным, поддерживая линию «да, я понимаю, что грустно, но так бывает. Выигрывал бы всегда один – было бы скучно».

5. Организовать ситуацию успеха. В случае эмоционально значимого для ребенка проигрыша, могут помочь простые и быстрые игры, в которых легко выиграть. Это детские забавы типа «камень – ножницы – бумага», в которые можно сыграть быстро, много раз и не фиксировать внимание на результате. К тому же, такая игра дает положительные эмоции и быстро переключает, увлекая самим процессом. Таким образом, вы поможете ребенку закрепить понимание, что «горечь поражения» может быстро смениться волной позитива, если не впадать в отчаяние.

6. Научите ребенка соревноваться с самим собой. Тогда он сосредоточится на улучшении собственных результатов и ему легче будет победить. Выберите 2-3 игры, проигрыши в которых ребенка расстраивают, и ведите учет результатов. Например, подсчитывайте, сколько шашек удастся "съесть" малышу в каждой партии.

7. Чередуйте трудное и легкое. Пусть после неудачи ребенок почувствует свою успешность в чем-то другом. С ребенком постарше, мечтающим о выигрыше, можно обсудить, что будет с остальными игроками. Предложить ребенку выдумать способ, чтобы проигравших не было.

8. Разрешить ребенку сталкиваться с негативным опытом. В первую очередь, нам следует разрешить ребенку ошибаться. Пусть он сам столкнется с последствиями своих действий (конечно, если они не касаются жизни и здоровья ребенка и окружающих).



9. Не стоит требовать всегда и во всем быть лучшим. Важно замечать склонности и особенности вашего ребенка и выделять их, хвалить, поощрять, поддерживать. Если все время ребенка стимулировать к получению первого места, любой провал он будет очень тяжело переносить.

10. Следите за своими реакциями на ошибки и поражения ребенка. Сдержите свое разочарование. Поддержите ребенка и покажите, что важно то, что он старался победить и приложил много усилий. Для начала примите эмоции, покажите, что плакать и расстраиваться от поражения — вполне нормально. А когда эмоции утихнут, поговорите о проигрыше и его причинах. Может, стоит подобрать другой подход в занятиях или просто больше тренироваться, а может, это не то направление, в котором нужно совершать победы.

11. Не стоит смеяться над проигрышем, ребенок не поймет такую поддержку и подумает, что смеются над ним.

12. Также не стоит ругать ребенка и обижаться на него. Для вас это всего лишь слова, а для него — трагедия. Научите ребенка радоваться за победителя. Ведь и другие будут радоваться в случае его победы. И самое главное, что должен понять ребенок, — соревнования и игра тем и интересны, что никто не знает, кто станет победителем.