

Как научить ребенка адекватно реагировать на проигрыш?

Дети хотят быть самыми: самыми быстрыми, самыми лучшими, самыми умными.

Победа дает детям чувство контроля над окружающей их средой, вызывает похвалу родителей, объятия и аплодисменты – все, что повышает их чувство собственного достоинства. И в этом возрасте никому не нравится проигрывать.

Победа вызывает у детей такой восторг, что они рады все превратить в соревнование, даже такие обычные дела, как еда и одевание. Чтобы выиграть, он может пожаловаться, обвинить противников в обмане или изобрести новые правила в удобный для него момент или просто отказаться играть и бросить интересную игру.

Такая неадекватная реакция у детей на проигрыши будет мешать его социализации.

Советы родителям по овладению детьми навыками адекватного реагирования на ситуацию неуспеха (*успеха*):

1. Настаивайте, чтобы ребенок действовал честно. Убедите его пообещать следовать правилам и обязаться не бросать игру в гневе, если он проигрывает. Напомните ему во время игры, что смысл состоит в том, чтобы весело провести время.
2. Покажите ребенку, как извлечь урок из ошибок. Самый надежный фундамент, который вы можете заложить для становления целеустремленности и успешности ребенка – это научить его конструктивно относиться к своим поражениям. Ведь основная функция ошибок – указать на слабые места, помочь научиться новому, стать лучше. Ошибки дают возможность изменить свои действия и достичь результата. Часто спортсмены и актеры снимают на видео свои соревнования и выступления, чтобы иметь возможность наглядно оценить свои ошибки и достижения. Поэтому всегда разбирайте с ребенком его неудачи и делайте выводы, анализируйте, что нужно сделать иначе, чтобы получить другой результат: подобрать другой подход в занятиях, больше тренироваться.
3. Учите детей уважать чувства их друзей. Когда кто-то проиграл, внутри нас бушует чувство победы и гордости за себя. Особенно если игра была напряженной. Покажите ребенку, как вы с уважением относитесь к проигрышу другого, аккуратно похвалите его за игру: **«Ты сегодня играл очень хорошо, особенно понравилось, как ...»**.
4. Для того чтобы скорректировать поведение ребенка попробуйте вместе с ним сочинить волшебную сказку, в которой главный герой не любит проигрывать. Опишите, какие трудности из-за этого возникли у него, а потом появиться волшебник, который научит героя адекватно реагировать на проигрыши. И объяснить, как это событие положительно повлияло на его жизнь.
5. Если ребенок после игры сильно расстроен, то его необходимо успокоить, проведя беседу с ним лично. Если данный способ не принес нужного результата, то оставляем его на какое-то время в покое, пусть схлынут эмоции. После обсудить все происшедшее и постараться найти причины поражения. Вместе выявить ошибки для того, чтобы в следующий раз их не совершать.
6. Необходимо отследить собственную реакцию на выигрыш и проигрыш ребенка. Если у вас острая реакция на его неудачу (**«Я так и знала, что ты не справишься»**) и недостаточно похвалы за выигрыш (**«Это незаслуженная победа»**), то для ребенка проиграть – это не просто обида, а разочарование в себе и своих способностях.
7. Для мотивации ребенка можно привести в пример разных знаменитых людей. Например, Томаса Эдисона, который создал электрическую лампочку. Прежде чем она заработала, Томас провел более 700 неудачных опытов. Как говорил сам Эдисон: **«Я не считаю, что я ошибся. Я просто 700 раз доказал, что эти способы не работают»**. Мне кажется, такие беседы помогают сформировать адекватное отношение к проигрышам. И начать рассматривать их не как поражение, а как еще один шаг на пути к победе.

Умение проигрывать и не сдаваться – очень важный навык в жизни. Особенно, если впереди первый класс.