Учимся проигрывать

Один из самых ценных подарков, которые, которые

вы можете сделать своему ребенку, —

это научить его достойно проигрывать.

Очень важно научить ребенка не только побеждать, но и уметь принять поражения. Ведь именно на проигрыши дети реагируют более эмоционально – кричат, плачут, а иногда и теряют интерес к деятельности. И если не научить ребенка правильно принимать проигрыши, то такая реакция с возрастом будет только усиливаться.

Так почему же дети так реагируют на проигрыш?

С самого детства мы устраиваем для детей ситуации «успеха»: «кто первым добежит до дома?», «кто быстрее найдет игрушку?», «кто первый съест суп?» и т.д.. Это и создает ребенку установку, что быть первым это очень важно. И правда, желание побеждать очень важно в жизни, но мы же совсем не учим наших детей проигрывать.

Как же научить ребенка принимать проигрыш?

1. Не «прячьте» своего ребенка от неудач и проигрышей.

Чем раньше ребенок в игре столкнется с ситуацией проигрыша, тем легче будет ему принять ситуацию более легко.

1. Покажите ребенку достойный пример.

Если ребенок видит, как его близкие люди сильно расстраиваются в случае неудачи, то он копирует это поведение. В игре с ребенком моделируйте ситуации проигрыша и показывайте, как достойно принять проигрыш. Но не забывайте и сами вести себя так в жизни.

1. Сочувствуйте ребенку в случае проигрыша.

Важно проговорить о чувствах ребенка в момент проигрыша «Я понимаю. Что ты сейчас сильно расстроен, но проигрыш - это нормально», перечисляйте чувства, которые испытывает ваш ребенок, надо стать контейнером для чувств ребенка. Важно дать понять ребенку, что он будет любим даже если проиграл.

1. Не стоит требовать от ребенка во всем быть первым. Важно выделять склонности и особенности вашего ребенка и выделять их и поощрять, если все время стимулировать ребенка к получению первого места, то любой провал будет для него очень болезненным.
2. Следите за своими реакциями. В моменты проигрыша ребенка важно чтобы в первую очередь родитель сам смог адекватно воспринять ситуацию. Если вы сильно расстроены, постарайтесь не показывать это ребенку, отметьте его старания, что он много сил приложил. Когда эмоции у ребенка утихнут от проигрыша, важно проговорить о проигрыше и его причинах.

ВАЖНО! Ни в коем случае нельзя смеяться над проигрышем ребенка, ребенок не поймет такую реакцию и будет думать, что смеются над ним.

Материалы подготовила педагог – психолог МБУДО «ДДЮТ»: С.В. Черевко