

# Консультация для родителей

## «Как научить детей проигрывать?»

*Педагог – психолог: Белевитина Н.А.*

Наверно, вы обращали внимание на то, с какой страстью дети в играх и соревнованиях стремятся быть первыми, ведущими? Как горестно переживают о своих неудачах и промахах. Как сжимаются кулачки и подергиваются губки, когда победа достается сопернику. Умение выигрывать и **проигрывать** достойно — это важный социальный навык, который пригодится **ребенку** в любой сфере его жизни.

Как научить ребенка адекватно реагировать на проигрыш? Каждый хочет быть победителем.

Психология детей такова, что победа для них - это все. Любой проигрыш - будь то игра, спортивные состязания или музыкальный конкурс - становится причиной слез и истерики.

Огорчатся при проигрыше для малышей - совершенно нормально! Это значит, что у ребенка есть адекватный уровень притязаний и целеустремленность, для него важны достижения успеха и социальное одобрение. Дети хотят быть "самыми": самыми быстрыми, самыми умными, самыми лучшими.

Победа вызывает у детей такой восторг, что они рады все превратить в соревнование, даже такие обычные дела, как еда и одевание.

Чтобы выиграть, ребенок может пожаловаться, обвинить противников в обмане или изобрести новые правила в удобный для него момент или может просто отказаться играть и бросить интересную игру. Такое неверное восприятие проигрышей нужно обязательно пресекать в корне.

**Беспокоиться нужно, если при проигрыше ребенок:**

- ❖ наносит ущерб себе или другим людям (дерется и бросается игрушками) либо начинает сам себя кусать, щипать и т. д.
- ❖ однажды проиграв, наотрез отказывается впредь участвовать в этой игре или соревнованиях;

- ❖ замыкается в себе и не радуется дальнейшим победам.

Порой мы взрослые, невольно способствуем развитию комплекса "победа или депрессия" у своих детей. Дети очень восприимчивы к нашей с вами реакции. Представляете, что случается в голове ребенка, если он проигрывает?

Специалисты советуют:

- ❖ никогда не прогнозируйте результат.
- ❖ Если ребенок проиграет, успокойте его и объясните, что теперь у него есть опыт, и в следующий раз он уже знает, что и как надо делать.
- ❖ Ребенок должен ощутить и вкус победы, и горечь поражения.
- ❖ Настаивайте, чтобы ребенок действовал честно.
- ❖ Заставьте его пообещать следовать правилам и не бросать игру в гневе, если он проигрывает.
- ❖ Учите детей уважать чувства их друзей.

Ваши дети выиграли - это прекрасно! Но они не должны хвастаться этим. Объясните, что соперникам, вероятно, грустно, потому, что они проиграли, рекомендуйте своим детям, чтобы они утешили и подбодрили своих сверстников.

- ❖ Не играйте в поддавки. Они быстро поймут, что вы лукавите, а поражения им также необходимы, как и победы.
- ❖ Чередуйте успехи и неудачи ребенка.
- ❖ При этом не пользуйтесь промахами детей, объясните спокойно, где они допустили ошибку "зевнули", и в следующий раз, они будут более внимательными.
- ❖ Заостряйте внимание, прежде всего, на том, что ваша цель - хорошо провести время, а не победить любой ценой. Поговорите с детьми о том, что такое успех и поражение.

Как объяснить ребенку, что победа в соревнованиях, конкурсах или хорошая оценка - не единственные мерилы успеха? Постарайтесь донести до детей, что и сам процесс подготовки достоин уважения, а не только результат. Как ни странно, чем меньше ребенок волнуется из-за результатов, тем лучше они

оказываются. Ведь только в этом случае дошкольник может сосредоточиться над тем, что он делает в настоящий момент, и в полной мере проявить свои возможности. Не приукрашивайте факты. Все люди когда-то проигрывают - из этого правила нет исключений. Кого-то не принимают в балетную школу, кто-то вылетает из соревнований после первого же матча, кто-то не поступает в гимназию. Это жизнь! Но обязательно надо говорить о том, что случилось. Не уверяйте воспитанников, что все прекрасно. Но и не делайте вид, будто ничего не произошло. Молчание формирует у ребенка убеждение в том, что случилось нечто настолько ужасное, что об этом нельзя даже говорить.

Дети склонны копировать наше поведение, причем подражают больше действиям и реакциям, нежели словам. Вы можете сколько угодно рассуждать о достойном принятии поражения, но если вы сами не научились проигрывать, ребенок не сможет постичь это искусство. Отслеживайте свое собственное поведение, эмоции, объективность высказываний. Будьте спокойны, и ребенок тоже успокоится.

Дети часто устраивают истерики из-за неудач и поражений, потому что не могут перевести свои эмоции в слова, а слезы и крики оказываются единственным способом выразить чувства. Для четырех-шестилетних детей это вполне нормально, а вот 10-летний уже вполне может держать себя в руках. После проигрыша поражения, чаще всего сильно страдает самооценка, которая у дошкольников изначально является высокой. А что происходит, если самооценка падает? У ребенка появляется неуверенность в своих силах, страх делать что-то новое, растет отчуждение от сверстников (“у меня ничего не получится, я не такой успешный, как они”) и много других побочных явлений.

Если к этому еще и добавляется негативная реакция от взрослых: “Эх ты, не мог успеть? Такой копуша” или “Я так и знала, что у тебя не получится – думать надо!”.... То все...! Ребенок еще долго будет выбираться из ямы надуманной неполноценности. Как известно, «чтобы воспитать ребенка, нужно сначала воспитать себя». И главный совет каждый день, показывайте

детям, что вы их уважаете и цените – вне зависимости от их поведения или спортивных достижений. В заключении хочется дать ряд рекомендаций:

- ❖ Если ребенок проиграл, разрешайте ему выплескивать эмоции, это очень важно! Можно потопать ногами, покричать, попрыгать или пробежаться. Но договоритесь, что в выплеске агрессии не должны страдать другие люди.
- ❖ Формулируйте правила игры таким образом, чтобы дети понимали: главное участие и процесс. Например, «каждый, кто добежал до финиша, уже победитель». Или «каждый, кто играл, уже выиграл».
- ❖ Научитесь сами и учите ребенка правильно распределять ответственность за поражение. Ведь оно зависит от многих факторов: невнимательность, непрофессионализм, везение, страх и т.п.
- ❖ Во время коллективных игр следите за тем, чтобы проигравшие не чувствовали себя изгоями. Не обязательно так уж четко следовать правилам игры и заставлять проигравших «выбывать». Предложите альтернативу, пусть проигравшие почувствуют, что проиграть может каждый, и это не означает его ущербность.

Пробуждайте интерес к игре или спортивным соревнованиям. Это лучший педагогический прием. Если ребенок, прежде всего, заинтересован в игре, и только потом в результате, любые неудачи будут легко преодолимы.

Литература:

1. Грейс Крайт. Психология развития. Питер. 2000г.
- 2..Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 1968г.
- 3..Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников ДОУ.- М.:АРКТИ, 1999г.