

Мой ребенок не умеет проигрывать...

Умение принимать поражение – социальный навык, который очень важен на любом этапе жизни. Поэтому так необходимо воспитывать в ребёнке достоинство проигравшего. Отношение к победам и неудачам не только формирует самооценку малыша, но и определяет его отношения с окружающими людьми.

Часто можно наблюдать картину на детской площадке: ребята играют, и когда становится очевидным, кто терпит поражение, проигравший

начинает плакать, и его, в истерике, родители срочно уводят с поля боя. Такая модель поведения абсолютно не действенна. Более того, она пагубно сказывается на формировании сильных сторон личности, умении противостоять жизненным обстоятельствам, проявлять принципиальность и целеустремлённость.

Проигрывать не любит никто, не рассчитан человек на проигрыш. Спокойное отношение к поражению доступно немногим — это мудрецы, старцы, монахи. Дети к этим категориям не относятся, да и вышеперечисленные достойнейшие люди не сразу пришли к такому восприятию мира и гармонии.

Любовь к проигрышу невозможна и противоестественна. Но можно научить поведению в проигрышной ситуации.

Например, тренер по шахматам Марина Николаевна Картапольцева поделилась такой стратегией:

На соревнованиях, когда соперники определены, она оценивает силы и всем спортсменам раздает задания. Кому-то нужно победить в определенном количестве партий, кому-то сыграть вничью, а юным спортсменам особое задание: «Если выиграешь хоть одну партию, то ты — супегерой, а если нет, твоя главная задача — ни разу не заплакать».

И тогда для ребенка нет непонятных поручений «держаться достойно», «уметь проигрывать», а есть внятное задание, которое нужно выполнить. И заметьте,



установку на победу Марина Николаевна у детей не отнимает, она еще и сообщает каждому о том, что верит: победа возможна.

Еще одно важное условие при освоении науки проигрыша — это возраст ребенка. Младшие скорее выразят свою агрессию словесно: обвинят всех вокруг, что победа нечестная, откажутся играть, могут обзываться и обижаться на целый мир. И это нормально. Не вообще, а для конкретного возраста.

Лет эдак до 7–8 у детей самооценка какая? Неустойчивая, переменчивая. Выиграл — я герой, самый крутой. Проиграл — хуже меня нет на всем белом свете. А еще в этом возрасте она часто завышенная, то есть ожидание, что я герой, есть, а реальность этому не всегда соответствует. Вот и случается такое жестокое разочарование, вызывающее гнев.

Ближе к 10 годам, наконец, самооценка начинает устаканиваться, меньше зависит от внешних обстоятельств, и глядишь, к 12-ти проигрыш, наконец, начнет вызывать печаль и досаду, а не швыряние предметами в родственников.

Но слезы, крики и драки сейчас естественная реакция, они возникают не из-за недостатка воспитания. Такие же проблемы случаются и у единственных, любимых детей, имеющих привилегии дома, и в многодетных семьях, где желание победить любой ценой часто присутствует. А если вам еще достался ребенок с яркой эмоциональной сферой, то ждать от него спокойствия и выдержки — утопия.

Может, тогда вообще ничего не делать? К сожалению, так тоже не пойдет.

Последствий потом не оберетесь. Дети, не научившиеся проигрывать, вырастают в конфликтных взрослых, вечно ищущих и находящих себе врагов. В тех самых ваших знакомых, которые обвинят всех вокруг, но никогда не признают собственную ошибку. В тех, которые не умеют выстраивать ни дружеские, ни партнерские отношения без конкуренции, выбирают себе соперников послабее, чтобы на их фоне выделиться, а еще работать под чьим-то началом не могут.

Так что предлагаю все-таки вопросом заниматься. Потихоньку вести наш кораблик, а не бросать на милость волн.

Чего делать точно не нужно?

«Я никогда не буду с тобой больше играть!» — ну зачем так открыто расписываться в том, что вы, большой, взрослый, адекватный, слабее маленького ребенка? Наша

задача — не просто фишки по полю двигать, а научить проигрывать и выигрывать. А делать это, отказавшись вообще от процесса, вряд ли получится.

1. «Это всего лишь игра, зачем так орать из-за ерунды?» — это называется обесценивание. Представьте, что вас с работы уволили, платье любимое порвалось, машину разбили, а вам муж говорит: «Подумаешь!» Приятно? Ну вот для детей эта ходилка не менее ценна, чем вам машина или платье.
2. «Успокойся! Если будешь плакать, никогда не победишь! Побеждают сильные» — вы думаете, что он так волю в кулак соберет, все поймет и изменит линию поведения? Не работает, увы. Там еще и воля толком не сформирована, и кулаки отрастают позже.
3. «Вот Вадик вчера сделал по-другому и выиграл. А Катя утром тоже проиграла, но не плакала» — если наша цель заставить ребенка возненавидеть Вадика и бросать дротики в фото Кати, то стратегия подойдет. Для всего остального — нет. Никогда не сравниваем наших детей с другими.
4. «Чего лицо такое кислое? Лимон, мать, неси, посмотрим, у кого физия будет скукоженнее!» — юмор, конечно, важная часть семейной жизни, но лучше упражняться в шутках над самим собой в момент своего проигрыша, а не над ребенком в момент, когда ему и без вас плохо. Вот прямо сомневаюсь, что он оценит сатиру, даже если она самого высокого качества.
5. «Ну и стоило убиваться в прошлый раз? Можешь же, когда захочешь!» — это когда ребенку удалось выиграть, и мы показываем, учим, наставляем, как нужно было поступать в прошлом. Снова — не работает. Вообще не мотивирует. Можешь просто за меня порадоваться?

Как надо:

1. Самое важное — подготовиться к слезам и истерикам ребенка. Ну представьте, что вы на укол его ведете: понятно, что будет рыдать, но ничего, я взрослый, я смогу это пережить и оказать поддержку, пожалеть и утешить. Честно задайте себе вопрос: что я чувствую, когда ребенок рыдает? Стыд, злость, беспомощность?



Почему я не справляюсь с этим чувством? Оказывается, есть малышу в кого не справляться с эмоциями?

2. Только разобравшись с первым пунктом, переходим ко второму — утешаем. Самое лучшее при этом просто перечислять чувства: «Тебе сейчас очень обидно, ты ожидала, что выиграешь, тебе бы хотелось, чтобы было иначе. Ты злишься, и тебе хочется как-то выразить свою злость, чтобы все увидели, какая она сильная». Таким образом ребенок научится «ловить» свои эмоции самостоятельно, а это первый шаг к контролю над ними.
3. Еще можно подсластить горькую пилюлю: «Последнее время мне все сложнее тебя обыграть», «Сегодняшняя партия далась мне не легко, ты явно стала намного круче играть».
4. Показываем пример адекватной реакции на проигрыш: поздравляем победителя и добавляем: «Значит, мне повезет в следующий раз», «Завтра я придумаю новую стратегию и попробую выиграть». И мой любимый приемчик «зато». Я продула, зато мне положена лишняя конфетка. Зато я сейчас могу зацеловать и защекотать кого-нибудь в качестве утешительного приза. Придумывайте «зато» сами и учите этому детей, здорово, когда «затошками» можно обмениваться и дарить друг другу. «Не расстраивайся, мам, зато ты самая красивая тетенька в этой квартире». Ну милота же! Особенно если учесть, что никаких других тетенок на нашей жилплощади не наблюдается.
5. Еще полезно рассказывать о своем опыте: как вы справляетесь с неудачами сегодня. А то как повышением хвалиться, так мы вот они, а как поделиться с отпрыском тем, что я чувствовал, когда мой доклад раскритиковали, то лучше помолчим, а то вдруг авторитет потеряем.
6. Для детей их победа и поражение напрямую связано с отношением к ним родителей. Первое место, медаль — будут любить, приплелся в конце — срочно перестанут. Да, вы им сто раз говорили, что это не так. А если не говорили, то это и так понятно, что за чушь. И ребенок, включив мозг, даже сможет это повторить, но пока он затоплен чувствами, мозг не работает. Проявляйте любовь максимально, даже если он рыдает!
7. Чтобы снять напряжение и показать, что проигрыш и выигрыш мимолетны, практикуйте игры с быстрой сменой финалов, например, крестики-нолики или камень-ножницы-бумага.

8. Задача детского возраста — опробовать различные модели поведения, поэкспериментировать со стратегиями и выбрать свою. Создавайте детям возможности играть в разных компаниях: со старшими, с ровесниками, с младшими, с девочками, с мальчиками, в смешанных группах. У ребенка появится возможность найти свою сильную роль и применить ее в других случаях.
9. Для детей постарше есть еще одна рекомендация: попробуйте не «подхватывать» все эмоции ребенка и не пытаться выстрадать все за него. И в целом будет здорово, если «разбор полетов» после провала на соревнованиях сын или дочь пройдут с тренером, а не с родителем. Ну просто слышат они их лучше обычно, не обижаются на критику и не дергают плечами от каждого слова.
10. Ну и в конце — важное: вы вот все это делаете и ждете, что не сегодня-завтра увидите какое-то улучшение. Встал, поклонился, поздравил соперника с победой и отошел в сторонку. Не увидите! Все воспитание имеет очень отсроченный эффект!

Ребенок обязательно повзрослеет и примет правила взрослой жизни. Но пока он еще мал, отрицательные эмоции могут зашкаливать. Поэтому задача родителей — научить его достойно принимать поражение, не сдаваться, а идти дальше.

