

Как дошкольника научить справляться с неудачами.

Терентьева Татьяна Геннадьевна

**КУ "Специализированный Дом ребёнка "Малютка" Минобразования
Чувашии.**

Как бы это банально не звучало, но... чтобы ваше чадо могло с лёгкостью переносить жизненные промахи и падения, начинать нужно именно с семьи. Фундаментом всего этого является здоровая психологическая обстановка вокруг.

Взрослые часто хотят, чтобы их дети были хорошо воспитаны, умели себя вести, были успешными, но часто забывают о развитии такого важного качества, как принимать и уметь выдерживать удары судьбы и спокойно, взвешенно относиться к неудачам и поражениям. Если же ребёнок овладевает этим качеством, то родители могут быть за него спокойны, так как оно является фундаментом для дальнейших достижений в жизни.

Людям характерна одна из двух стратегий поведения: одна - нацелена на достижение желаемого, другая - на избегание неудач, а дети особенно остро реагируют на поражения. Задача взрослых состоит в том, чтобы научить их справляться с неудачами, извлекать уроки из своих ошибок, анализировать и делать выводы. Научить их тому, что неудача, это не повод сдаваться, и поражение – это такая же часть жизни, как и победы!

Причины острого реагирования детей на неудачи:

1. Пример родителей

Дети отзеркаливают поведение взрослых. Поэтому начинать работать нужно с себя – проанализировать собственное поведение на способность достойного принятия решений и возможности стать для ребёнка примером. Особое внимание следует уделять не словам, а эмоциям и поступкам, так как им дети придают особое значение.

2. Особенности самооценки

Часто детям присуща завышенная самооценка. Им важно быть во всем первыми. И если родители добавляют к этому свои амбиции и ожидания, то у ребёнка формируется «комплекс отличника».

3. Гиперопека

Иногда родители, стремясь оградить малыша от ошибок и неприятностей, излишне опекают его, парадально следят за ним 24/7, в том числе с помощью различных девайсов. У такого ребёнка нет возможности почувствовать риск

хотя бы в малых дозах, на своём опыте понять, какие могут быть последствия, и научиться выбирать самому меру допустимого риска.

4. Страх неоправдать ожидания взрослого

Если ребёнок чувствует нехватку внимания и что любовь к нему не безусловна, то он прилагает все усилия, чтобы её заслужить.

Как помочь ребёнку преодолеть страх неудач:

- Если мы хотим, чтобы ребёнок был успешным, надо учить его действовать в условиях неопределённости и справляться со страхом и растерянностью.
- Рассказывайте ребёнку истории из вашего личного опыта о преодолении неудач.
- Учите получать удовольствие не только от достижений и побед, но и от самого процесса занятия.
- Не сравнивайте малыша с другими детьми. Важно отмечать его собственные достижения и сравнивать лишь с ним самим.
- Нужно научиться правильно хвалить ребёнка. Похвала должна быть конкретной и содержательной. Недопустимо хвалить его постоянно, считая каждый шаг великим достижением.
- Относитесь спокойно к неудачам ребёнка и не акцентировать на них своё внимание. Если ребёнок чувствует, что родитель спокоен, и что наша любовь не зависит от того, выиграл он или проиграл, то он и его отношение к неудачам станет другим. Он вряд ли будет устраивать истерики.
- Идти навстречу страху. Объяснить ребёнку, что испытывать страх – это нормально. Страх мобилизует силы человека в критической ситуации и даёт опыт, диктует стратегию поведения в случае опасности. А мешает он тогда, когда мы попадаем от него в зависимость.
- Набрать опыт риска. Нужно сознательно идти на риск – только там формируется смелость и стрессоустойчивость. Детям нравится испытывать страх и преодолевать его, в детской культуре для этого есть специальные игры, вербальные и двигательные.
- Создайте в семье здоровую психологическую атмосферу.

Как говорил Уинстон Черчилль: « Успех - это умение двигаться от неудачи к неудаче, не теряя энтузиазма».

Если мы, как родители, сумеем сформировать у ребёнка правильное отношение к поражениям, то у нас есть все шансы вырастить успешного и жизнерадостного человека.