

Консультация для родителей и педагогов

«Ребенок совсем не умеет проигрывать. Как действовать родителю?»

«Опять я проиграл!» - кричит ребенок, бросая кубики или убегая из-за стола со слезами. Знакомая ситуация? Многие родители чувствуют растерянность: «Почему он так переживает, это же просто игра?»

Но для ребенка это совсем не «просто игра». Поражение затрагивает важные чувства-гордость, самооценку, веру в себя. И именно через такие ситуации ребёнок учится справляться с разочарованием, принимать неудачи и понимать: ценность не только в победе.

Почему дошкольникам сложно проигрывать?

В возрасте 3-6 лет ребёнок только учится понимать и называть свои эмоции. Его «эмоциональный мозг» работает активнее рационального, поэтому любые неудачи проживаются ярко и бурно. У детей еще только формируется представление о справедливости. Они думают: «Если я старался – значит, заслужил победу». Когда результат другой, кажется, что мир «нечестен».

Проигрыш воспринимается как личное поражение: не я «проиграл в игре, а я плохой, я не справился». В этот момент особенно важно, чтобы рядом был взрослый, который поможет отделить результат игры от самооценки. И еще – малыши живут здесь и сейчас. Им трудно представить, что можно попробовать снова, и в «другой раз получится». Для этого нужно время и поддержка.

Как реагировать родителю?

Проигрыш не повод для моралей, а шанс помочь ребенку научиться важному-переживать эмоции и возвращаться в игру.

- ✚ Сохраняйте спокойствие. Когда ребенок расстроен, ваши слова должны быть якорем. Не обесценивайте чувства («Не плачь, это ерунда»), а признавайте их: «Я вижу, тебе сейчас обидно. Ты хотел победить, ты старался» Это помогает ребенку почувствовать: эмоции допустимы, и его понимают.

- ✚ Покажите пример. Проиграйте сами-и отреагируйте спокойно:

- ❖ «Сегодня удача не на моей стороне, но мне все равно понравилось играть с тобой». Дети учатся, глядя на нас. Когда взрослый умеет проигрывать, ребенок перенимает этот навык.

- ✚ Не делайте акцент только на победе. После игры обсудите не результат, а процесс:

- ❖ «Ты был очень внимателен, хорошо продумал ход»,

- ❖ «Мне понравилось, как ты не сдавался, даже когда это было сложно». Это формирует внутреннюю мотивацию-играть ради интереса, а не ради победы.

+ Отложите разговор «о поведении», если эмоции кипят: в момент сильных чувств ребенок не способен воспринимать объяснения. Лучше обнять, дать время успокоиться, а позже обсудить, как можно поступить в следующий раз.

Как научить ребенка проигрывать и радоваться чужим успехам?

+ Играйте вместе часто. Настольные и подвижные игры-безопасная «тренировка» эмоций. Пусть ребенок почувствует: проиграть –не страшно, потому что потом всегда можно сыграть еще раз.

+ Организуйте командные игры, где нет ин одного победителя, отмечая вклад каждого ребенка и других. Учите радоваться чужим успехам.

- ❖ «Посмотри, как Маша придумала отличный ход».
- ❖ Здорово, что ты поддержал брата, когда он предложил отличную стратегию».
- ❖ Хвалите не только за результат. Подчеркивайте усилия: «Ты был внимателен», «Ты действовал спокойно, даже когда было сложно». Так формируется устойчивость к неудачам и вера в себя.
- ❖ Читайте книги, где герои сталкиваются с поражением. Но не сдаются. Это помогает прожить эмоции через истории.

+ Например, Анна Казалис «Мышонок Тим не хочет проигрывать» - о том, как сложно быть лучшим во всем и что каждый хорош в чем-то своем.

+ Питре Х. Рейнольдс «Точка» - о том, что важно начать и не бояться пробовать.

+ Оливер Джефферс «Как поймать звезду» -о мечтах и терпении.

+ Джулия Дональдсон «Улитка и кит» - о смелости маленького и поддержке больших.

Умение проигрывать – не врожденное качество, а важный навык, который формируется через опыт, поддержку и любовь. Каждый раз, когда вы помогаете ребенку прожить поражение спокойно, вы учите его жить в мире, где ошибки - это не конец, а возможность расти.