**Как научить ребенка справляться с неудачами?**

Каждый ребенок хочет выигрывать. Но жизнь диктует свои правила, и иногда кто-то другой оказывается лучшим. Некоторые дети довольно стойко переносят поражения. Но есть малыши, для которых даже маленький проигрыш становится настоящей катастрофой. Как научить ребенка переживать неудачи и преодолевать трудности?

Дети очень искренни в своем стремлении во всем быть первыми. Для многих карапузов это становится делом принципа: быстрее всех съесть тарелку супа, выше всех залезть на лестницу, лучше всех рассказать стишок на утреннике, выиграть все конкурсы на дне рождения приятеля. Поэтому реакция таких малышей на поражение зачастую бывает очень бурной: не в силах совладать со своими эмоциями, они начинают плакать, обижаться, злиться, а иногда даже драться, ломать игрушки. На первый взгляд такая реакция может показаться забавной: «Ну, надо же, какой смешной – так расстроиться из-за какой-то ерунды!» Однако не стоит недооценивать всю важность переживаний ребенка.

Для него все происходящее с ним очень серьезно. К тому же если ребенок остро воспринимает каждую неудачу, постоянно расстраивается, кричит и злится, то даже самым веселым и оптимистичным родителям становится не до шуток: ведь ребенку предстоит встретиться еще не с одной трудностью – впереди садик, школа, институт, а он совершенно не умеет «держать удар». Это может стать серьезной проблемой в дальнейшей жизни. И задача родителей – научить малышей переживать неудачи спокойно и преодолевать препятствия уверенно.

Многие родители стараются обезопасить своего ребенка, оградить от всех неприятностей и проблем с самого раннего возраста. Руководствуясь принципом «Детство должно быть счастливым», они не позволяют малышу увидеть мир таким, каков он есть. Но рано или поздно ребенок все равно столкнется с реалиями жизни. И чем позже это произойдет, тем болезненней будет для него опыт неудачи. Например, мама всегда опекала малыша, опережая возможные проблемы, была рядом и внимательно следила, чтобы ее крошке жилось легко и радостно (подыгрывала во всех играх, «страховала» во всех занятиях: «Лучше помогу донести ему чашку, а то разольет, расстроится…»). И ребенок привык к тому, что все проблемы решаются сами собой, все и всегда получается так, как он хочет.

Оказавшись в среде ровесников, например в детском саду, или на площадке возле дома, такой малыш будет просто шокирован: оказывается, он многого не может. Вася бегает быстрее, чем он, Костя первым заканчивает обед, а Вероника лучше рисует! И он искренне не понимает: ему раньше все удавалось, он был самым лучшим, а теперь вдруг не может с чем-то справиться?! Многие дети не в силах спокойно принять такой «удар судьбы». Чтобы избавить ребенка от лишних разочарований, необходимо с раннего возраста предоставлять ему возможность знакомиться с объективной реальностью

**ПРАВИЛО № 1:** Не ограждайте ребенка от всех трудностей с раннего возраста! Малышу необходимо получать самый разный жизненный опыт – как положительный, так и отрицательный. Только так он сможет научиться принимать свои ошибки, оценивать свои реальные возможности, преодолевать препятствия.

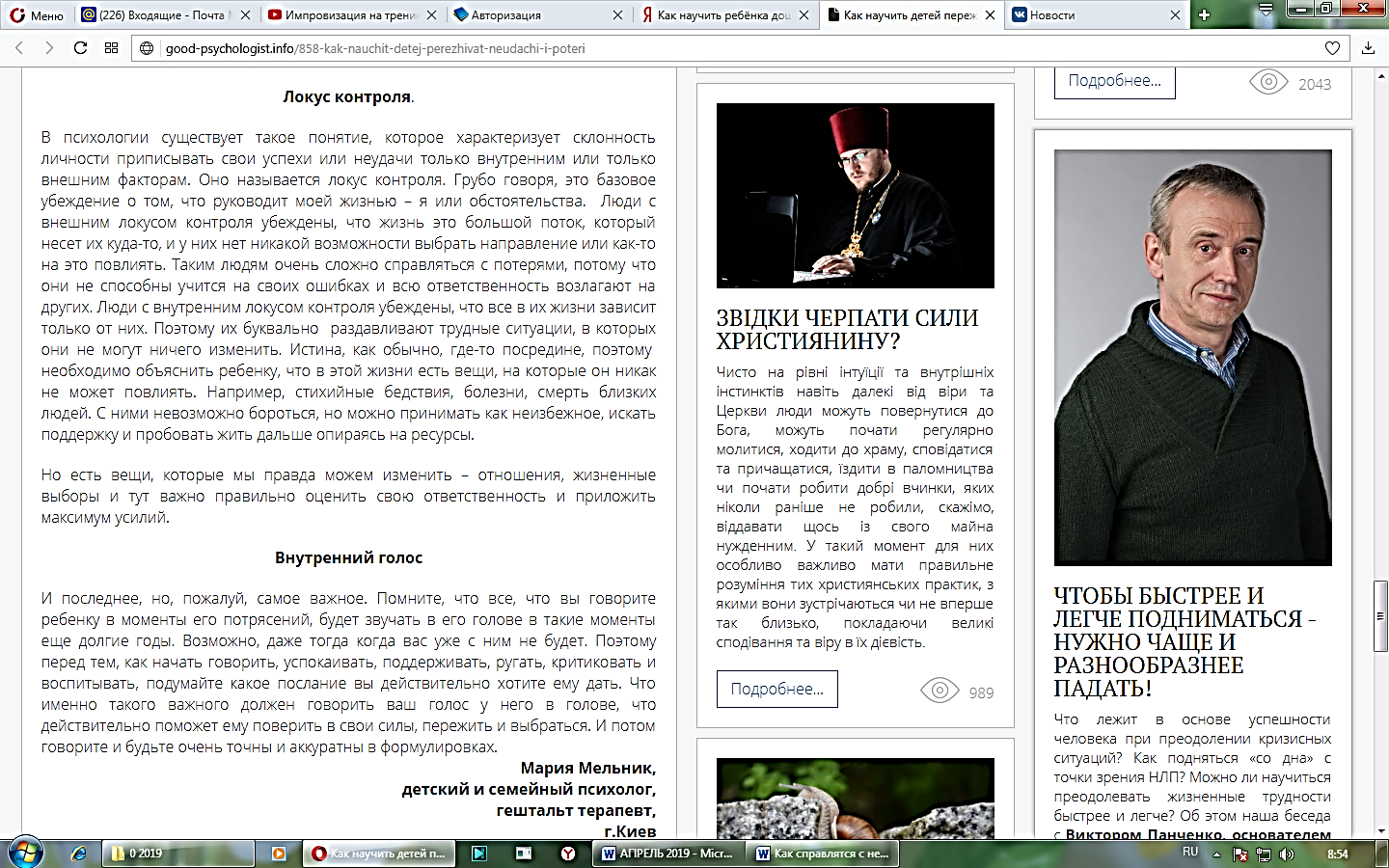
**ПРАВИЛО № 2:** Не лишайте ребенка права на ошибку! Ведь именно принятие и осознание собственных ошибок дает возможность дальнейшего роста и развития. Как все мы помним, не ошибается лишь тот, кто ничего не делает.

**ПРАВИЛО № 3:** Не нужно лишней похвалы! Поощрение только за дело! Дети очень хорошо чувствуют, когда они справедливо заслужили награду, а когда их хвалят просто так. Чтобы любая деятельность ребенка не превратилась в погоню за похвалой, будьте максимально объективны. Если вы видите, что результат работы оставляет желать лучшего, не нужно искусственных восхищений. Лучше похвалите ребенка, например, за то, что он старался.

**ПРАВИЛО № 4:** Любите и принимайте ребенка таким, какой он есть! Только в этом случае он сам сможет спокойно переживать свои промахи и неудачи. Любите своего ребенка просто так, независимо от его достижений.

Если ребенок бурно реагирует на неудачу (кричит, плачет, дерется) НЕПРАВИЛЬНО: игнорировать («Я ухожу, раз ты кричишь»); ругать и наказывать; угрожать («Не прекратишь плакать, больше играть не будем!», «Еще раз так крикнешь – получишь!»); приводить в пример других детей; смеяться, обесценивать переживания малыша («Подумаешь, проиграл!»); привлекать к решению проблемы посторонних (когда они готовы включиться в ситуацию: «Ой, как девочка кричит! Сейчас заберу с собой»)

**ПРАВИЛЬНО:** сохранять спокойствие; обнять, поддержать кроху («Я вижу, ты расстроился из-за проигрыша. Но зато ты очень старался! Все заметили это!»); переключить внимание («Давай считать красные машины. Смотри, одна проехала! Ну-ка, где следующая?»); вернуться к разговору, когда буря уляжется («Я помню, ты расстроилась, когда победила Вика, а не ты. Но, согласись, если бы всегда выигрывал только один и тот же человек, остальным было бы неинтересно играть!»); поговорить с ребенком о чувствах, которые он испытывал, помочь ему понять, что произошло; поговорить с ребенком о чувствах окружающих («Когда ты кидался игрушками, кричал и дрался, другие ребята были напуганы. Им было не очень приятно смотреть на тебя»); предложить альтернативу («Когда ты выигрываешь, ты радуешься. Когда побеждает кто-то другой, ему тоже хочется радоваться. Мы можем веселиться вместе с ним.



Источники информации:

* Ведущий образовательный портал России, педагог-психолог Зубаирова А.С. – «Инфоурок» -https://infourok.ru/material.html?mid=112473
* Онлайн-журнал «good-psychologist» - http://good-psychologist.info/858-kak-nauchit-detej-perezhivat-neudachi-i-poteri