



Діти стикаються з поразками на різних етапах дорослішання.

Проте зазвичай вони не вміють програвати, оскільки дорослі налаштовують їх лише на перемогу. У такому разі навіть незначна невдача для дитини може перетворитися на проблему. Що ж робити з розчаруванням, злістю, соромом, які з'являються через

нереалізовані задуми? Як виховувати в дитини вміння працювати над власними невдачами, самовдосконалюватися й адекватно реагувати на поразки?

Навчаємо дитину програвати

Кожна дитина прагне, щоб її цінували та хвалили, зокрема батьки. Тому переживання будь-яких власних невдач є для неї доволі болісними. Дитина шкільного віку не надто емоційно виражає реакцію на ситуацію неуспіху, стримує образи. Однак дитина дошкільного віку може плакати, кричати і навіть поводитися агресивно.

Першою реакцією дитини на ситуацію невдачі є протест, адже вона докладала зусиль, старалася. Саме тому **завдання батьків** у такому разі — навчити дитину адекватно реагувати на поразки, усвідомлювати їх та долати.

Моделі поведінки батьків у ситуації неуспіху дитини

Зазвичай батьки прагнуть виховувати свою дитину переможцем, із дитинства налаштовують її на успіх, здобуття першості в усіх сферах життя. Проте іноді дитина помиляється, а батьки не завжди готові визнати її невдачі та разом їх подолати.

Під час ситуацій неуспіху дітей дошкільного віку батькам варто дотримуватися такої **послідовності дій: надати змогу дитині виразити негативні емоції, а потім підтримати її, поспівчувати.**

Основна допомога для дитини, яка переживає невдачу, — це «промовляння» батьками її образи, тобто **прийняття ними її болю та страждання**. У такий спосіб дитина розуміє, що її почули, визнали її право на помилку та на те, щоб через неї засмучуватися. Також важливо, щоб дитина повного мірою пережила своє розчарування. Для цього не слід її заспокоювати, сварити чи висміювати.

Шестирічній Каті на дитячому майданчику гойдалкою защемили палець. Із нього пішла кров, і дівчинка заплакала. Інші діти замість того,

щоб поспівчувати Каті, розсміялися та почали її дразнити. Через цю несправедливість дівчинка засмутилася ще більше та побігла додому. Вона сподівалася, що мама, коли дізнається, як із неї насміхалися діти, піде та присоромить їх. Проте мама Каті лише перев'язала їй ушкоджений палець і сказала доньці потерпіти. «Отже, мене можна ображати», — зробила висновок дівчинка. Щоб уникнути такої ситуації, мамі Каті варто було хоча б кілька хвилин поспівчувати доньці, пожаліти її, а потім розповісти про аналогічний випадок зі свого дитинства. Адже в такому разі співпереживання — це саме та підтримка, якої потребує дитина.



Батькам слід навчати дитину досягати мети, докладати зусиль, але не варто вимагати від неї лише найліпших результатів. Незалежно від ситуації успіху/неуспіху, **дитина має відчувати, що її люблять** і підтримують. Якщо результат роботи дитини не виправдав очікувань батьків, все одно варто похвалити її за те, що вона старалася, працювала.

Часто батьки не можуть порозумітися з дітьми лише через те, що мають **різні типи темпераменту**. Якщо, наприклад, батько — лідер у всіх сферах, його син не зобов'язаний бути таким самим активним. І вимагати цього від дитини не варто.

Ставлення батьків до перемог і поразок дитини

Кожній дитині притаманний інстинкт виживання. Оскільки її виживання залежить від батьків, вона намагається робити все, щоб їм подобатися. Тобто **дитина стає відображенням ставлення батьків до неї**. Якщо дорослі не вірять у здібності своєї дитини, вона це відчуває і поступово стає песимістом. У такому разі їй складно досягнути будь-якої мети чи виконати навіть просте завдання, бо вона заздалегідь упевнена, що в неї нічого не вийде.

Іноді батьки несвідомо сприяють формуванню в дитини комплексу «перемога за будь-яких умов». Під час організованих змагань такі батьки відкрито демонструють, яке важливе значення вони надають перемозі. Відповідно дитина розуміє, що вона не може **просто взяти участь у грі**, позмагатися, — вона має максимально «викластися», щоб здобути перемогу для батьків. Саме тому поразка перетворюється для дитини на трагедію, яку вона може переживати протягом тривалого часу. Загалом гра є **вдалим способом допомогти дитині** оволодіти навичками адекватного реагування на ситуації успіху/неуспіху.

Типовою є ситуація в пісочниці, коли одна дитина забирає в іншої іграшку. Зазвичай «постраждала» дитина починає битися з кривдником,

плакати або біжить скаржитися до близького дорослого. Типовими є такі реакції дорослого на ситуацію: «Як тобі не соромно плакати через іграшку? Перестань лити сльози!», «Умій постояти за себе — іди та забери іграшку» або «Ось тобі цукерка, не плач. Зараз підемо в іншу пісочницю, де граються добрі діти». Проте жодна з них не дасть дитині змоги зробити корисні для її майбутнього висновки. У такому разі варто просто підтримати дитину і дати їй змогу виплакати. Після того, як вона заспокоїться, дорослому слід разом із дитиною розв'язати непорозуміння: попросити кривдника, щоб він повернув іграшку. Якщо дитина не погоджується, можна запропонувати їй спільну гру або залучити до розв'язання ситуації батьків кривдника.

Шестирічну Оленку не вибрали на роль Снігурочки. Увесь день у дитячому садку вона проплакала. Коли мама прийшла забирати доньку і побачила її заплакану, то почала втішати дівчинку: «І що такого хорошого в цій Снігурочці? Знайшла через що плакати! В інших проблеми бувають серйозніші за твої, і вони не плачуть...». Проте в такому разі мамі варто було підтримати Оленку, зачекати, поки вона заспокоїться, і лише потім розпитати дочку про те, що сталося. Розібравшись із ситуацією, мамі слід було сказати дочці щось на кшталт: «Прикро, що тебе не обрали на цю роль. Я переконана — ти була б чудовою Снігурочкою! Якби мене не обрали на роль Снігурочки, я теж засмутилася б й образилася на вихователів. Однак це не означає, що ти не можеш піти на свято і веселитися разом з усіма дітьми».

Чотирирічний Петрик уперше пішов до дитячого садка. Його одразу ж неприємно вразило те, що вихователі хвалять інших дітей, а його — ні. З'ясувалося, що він довший за всіх одягається на прогулянку і під час обіду полюбляє розкришувати хліб, через що хлібні крихти залишаються і на столі, і на підлозі. За це його навіть сварив помічник вихователя. Усе це дуже ображало Петрика, адже він зник, що вдома мамі подобається все, що він робить. Вона завжди хвалить його, і син виграє в будь-якій грі. Оскільки хлопчик не знав і не вмів поводитися під час ситуації «програшу», він обрав агресивну поведінку. У дитячому садку Петрик починав кричати, битися з дітьми і вередувати, коли щось його не влаштовувало. Щоб цього уникнути, мамі варто було пояснити сину, що він не може і не має завжди і скрізь бути першим. Також їй слід припинити хвалити дитину за будь-яких обставин, тому що в майбутньому Петрику буде складно долати ситуації неуспіху.

Щоб дитина швидше подолала образу, можна запропонувати їй намалювати це почуття на папері. Під час малювання дитина має уявити розмір образи, її колір, форму тощо. Потім малюнок можна порвати на клаптики і викинути або знищити в будь-який спосіб.

Отже, батькам слід зважати на те, що діти переймають їхнє ставлення як до ситуації успіху/неуспіху, так і до життя в цілому, а також копіюють їхню поведінку. Особливо складно пережити ситуацію програшу дитині дошкільного віку, оскільки вона не вміє стримувати емоції, не має навичок адекватного реагування на поразку. Саме тому батькам варто навчати цьому дитину, а також висловлювати їй підтримку, співпереживати.

Отже, прислухайтеся до наших порад й все буде добре.

Поради батькам щодо оволодіння дітьми навичками адекватного реагування на ситуацію успіху/неуспіху

- **Надайте дитині можливість самостійно розв'язувати складні ситуації.**
Обов'язково підтримуйте дитину, щоб вона відчувала, що ви поруч, і прислухалася до ваших порад.
- **Не висміюйте невдачі дитини,** якими дріб'язковими вони вам не здавалися б. За будь-яких обставин залишайтеся на боці дитини.
- **Розповідайте дитині про власні поразки, помилки, переживання,** що їх супроводжували. Проте не слід асоціювати свої невдачі з невдачами дитини.
- **Заохочуйте дитину до прийняття позиції іншої людини,** аналізування власних емоцій тощо. Так вона матиме змогу поглянути на себе ніби збоку, зрозуміти переживання інших.
- **Пам'ятайте, що той, хто програв, — не жертва.** Не поспішайте втішати дитину — можливо, вона й не збиралася страждати. Ліпше зацентрувати увагу на тому, що під час гри, змагання, конкурсу всім було весело та цікаво.
- **Не робіть вигляд, ніби нічого не сталося.** Якщо після поразки дитини жодним чином на це не відреагувати, вона може подумати, що сталося щось настільки жахливе, що про це не можна навіть говорити.
- **Почекайте, поки мине перше розчарування дитини через поразку.** Після цього запропонуйте обговорити, що цього разу їй не вдалося. Також можна проаналізувати прийоми, які застосовували переможці.
- **Не порівнюйте свою дитину з іншими,** успішнішими дітьми чи тими, кого теж спіткала невдача.
- **Навчайте дитину поважати почуття інших.** Обов'язково похваліть її, якщо вона відзначилася, досягла успіху. Проте зверніть її увагу на дітей, які програли і через це засмутилися.

Поясніть, що не варто перед ними хизуватися своєю перемогою, ліпше підбадьорити їх.