

## Воспитание будущего чемпиона

Очень часто дети реагируют на проигрыш бурными эмоциями – слезами, криками, устраивают истерики и полностью утрачивают интерес к тому, что у них не получилось. Если не предпринимать попытки изменить ситуацию, то по мере взросления реакция на проигрыш будет проявляться все сильнее. И это будет выглядеть некрасиво, например, когда шестнадцатилетний ребенок закатывает истерику по поводу любого отказа родителей.

### Почему дети хотят всегда быть первыми?

Мы с раннего детства прививаем ребенку установку, что быть первым — важнее всего. “Кто первый до кровати?”, “Кто первый съест кашу?” и т.п. В этом нет ничего плохого. И желание побеждать — это важное качество, которое помогает добиваться успеха в жизни. Но мы не учим ребенка проигрывать... Мы поддаемся в игре, во всех состязаниях с папой или мамой побеждает ребенок. Но когда ребенок попадает в детский коллектив, он получает серьезное разочарование: некоторые дети быстрее бегают, едят, и строят более высокие башни. Поэтому нам, родителям, важно научить ребенка проживать поражение.

### Рекомендации психолога:

1. Разрешить ребенку сталкиваться с негативным опытом. В первую очередь, нам следует разрешить ребенку ошибаться. Пусть он сам столкнется с последствиями своих действий (конечно, если они не касаются жизни и здоровья ребенка и окружающих).
2. Не стоит требовать всегда и во всем быть лучшим. Важно замечать склонности и особенности вашего ребенка и выделять их, хвалить, поощрять, поддерживать. Если все время ребенка стимулировать к получению первого места, любой провал он будет очень тяжело переносить.
3. Хвалите ребенка за старания и успехи. Воспитывайте трудолюбие и упорство. Это больше пригодится в жизни, чем простые, ничем не подкрепленные амбиции быть первым. Не обманывайте ребенка. Если его рисунок вам не нравится, не стоит восклицать: “О! Как красиво!” Лучше скажите правду: “Мне нравится, как ты старался, как подобрал цвета. Но я знаю, что ты можешь аккуратнее нарисовать”.
4. Следите за своими реакциями на ошибки и поражения ребенка. Сдержите свое разочарование. Поддержите ребенка и покажите, что важно то, что он старался победить и приложил много усилий. Для начала примите эмоции, покажите, что плакать и расстраиваться от поражения — вполне нормально. А когда эмоции утихнут, поговорите о проигрыше и его причинах. Может, стоит подобрать другой подход в занятиях или просто больше тренироваться, а может, это не то направление, в котором нужно совершать победы.
5. Не стоит смеяться над проигрышем, ребенок не поймет такую поддержку и подумает, что смеются над ним.
6. Также не стоит ругать ребенка и обижаться на него. Для вас это всего лишь слова, а для него — трагедия. Научите ребенка радоваться за победителя. Ведь и другие будут радоваться в случае его победы. И самое главное, что должен понять ребенок, — соревнования и игра тем и интересны, что никто не знает, кто станет победителем.