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

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?

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. Чтобы избавить ребенка от лишних разочарований, необходимо с раннего возраста предоставлять ему возможность знакомиться с объективной реальностью. Итак, 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.

Безусловная любовь

Иногда дети стремятся быть замечательными во всех отношениях для того, чтобы заслужить любовь родителей. Как правило, в такой ситуации малыши ощущают, что отношение мамы или папы к ним меняется в зависимости от их успехов. Например, если ребенок построил самую красивую башню в песочнице, мама очень радуется, обнимает его, А если воспитательница в конце дня жалуется родителям, что ребенок не справился с каким-то заданием, что он неусидчивый или неспортивный, то у мамы резко портится настроение, она раздражается на малыша, не хочет играть с ним. Да еще и всем родственникам может рассказать, какой он неуклюжий, неловкий или невнимательный. Малыш делает закономерный вывод: «Чтобы меня любили, я должен всегда быть лучше всех!» И, конечно, любое поражение он переносит крайне тяжело – ведь для него это не просто проигрыш, это риск лишиться родительской любви! А что может быть страшнее?! Ребенок должен чувствовать, что мама с папой любят его всегда, а не только когда он хорошо себя ведет, выполняет все задания на отлично и побеждает во всех соревнованиях.

**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.

Не требуем невозможного

Нередко бывает и так, что родители, не желая ничего плохого своим детям, сами формируют в них стремление быть идеальными. Такие мамы и папы, как правило, очень требовательны к себе. Для них важно выполнять свои обязанности наилучшим образом. Того же они ждут и от своего малыша. «Ты слепила самого красивого ежика в группе! Мама тобой гордится!», «Твой папа всегда был сильнее всех мальчишек. И ты должен быть самым сильным!», «Ну что же ты, не могла постараться получше?! Ты расстроила нас» – такие установки способствуют формированию у ребенка «комплекса отличника». Малыш старается заслужить одобрение и похвалу любой ценой. И, конечно, промахи в этом случае просто недопустимы – они могут стать настоящей катастрофой. Поэтому не стоит предъявлять малышу слишком много требований и ждать от него исключительно успехов (стремление быть идеальным во всем) вредит здоровью, препятствует психологическому благополучию ребенка. Важно учить карапуза трудиться, прилагать усилия, но не ждать от него наилучших результатов во всем.

**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.

Справедливая награда

Очень важно поддерживать ребенка, хвалить его, поощрять. Но важно придерживаться принципа золотой середины. Если недохвалить малыша, не заметить его успехов, у него будет недостаточно уверенности в себе и своих силах. Но если перехвалить его, то он не захочет и не сможет прилагать усилия, чтобы добиться настоящего успеха.

Представьте себе ситуацию: вы работаете хорошо, а ваш начальник даже не думает платить вам зарплату. Так проходит месяц, второй. Что вы сделаете? Конечно, разочаруетесь и уволитесь – ради чего так стараться?! И обратная ситуация: не успели вы прийти на работу, а вам уже премию выдали, потом зарплату. Только вы подумаете приступить к обязанностям – а вам повышение, снова выплаты. Какой вывод вы сделаете? − «Зачем мне что-то делать, если и так платят». Примерно так же ребенок воспринимает поощрения со стороны родителей.

**ПРАВИЛО № 3:** Не нужно лишней похвалы! Поощрение только за дело!

**И, НАКОНЕЦ, 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)***

НЕ правильно:

• 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;

• можем веселиться вместе с ним.