

JAK NAUCZYĆ DZIECKO PRZEGRYWANIA?

Gry przynoszą dzieciom mnóstwo korzyści. Uczą się one przegrywać, ale też wygrywać z klasą, szanować przeciwnika, który okazał się słabszy. Jeśli umiejętnie i łagodnie wprowadzisz dziecko w świat rywalizacji, to lepiej poradzi sobie wśród rówieśników. Dzięki grom nauczy się też, jak radzić sobie ze stresem, frustracją, zawodem i złością, którą odczuwa po przegranej.

W wielu grach planszowych wygrana zależy od losu – dziecko w końcu to sobie uświadomi. Pomożesz mu tłumacząc, że raz się przegrywa, raz wygrywa, ale też gdy będzie patrzyło, jak sam znosisz porażkę, obserwowało, że bawisz się dobrze bez względu na wynik. Gdy przegrasz, pogratuluj zwycięzcy, uściśnij jego dłoń i pochwal – to dla dziecka przykład, jak ma zachowywać się pokonany. Wspieraj je w grze, ale do niczego nie zmuszaj. Jeśli dziecko zraziło się do grania, nie przegrywaj specjalnie. Spróbuj na początku zmienić zasadę: dziś wygrywa ten, kto dojdzie do mety ostatni albo przegrany otrzymuje nagrodę – dziecko dowie się, że wygrana i przegrana to pojęcia względne. Ale nie zmieniaj zasad w trakcie gry, aby wiedziało, że ich przestrzeganie jest równie ważne jak dobra zabawa.

- Podczas gry dzieci uczą się, że istnieją zasady, których należy przestrzegać.
- Doświadczenie przegranej i porażki jest dziecku potrzebne. Porażka jest prędzej czy później pisana każdemu dziecku. Jej doświadczenie pod troskliwą opieką rodzica jest dziecku wręcz bardzo potrzebne. W dużej mierze to od nas zależy, jak dziecko będzie sobie w przyszłości radzić z porażkami.
- Lęk przed przegraną utrudnia rozwój dziecka. Dzieci, które mają ogromną potrzebę wygrywania, mogą z czasem w ogóle nie podejmować niektórych wyzwań z obawy przed porażką.
- Przegrywanie pomaga odnaleźć się w grupie i oswoić rywalizację.
- Ważne jest, aby dzieci akceptowały siebie i znały swoją wartość niezależnie od tego, które miejsce zajmą.

Jak wspomagać dziecko?

1. Unikaj porównywania, poniżania i krytykowania. Nie przeceniaj też możliwości dziecka!
2. Przyjrzyj się, jak ty sam reagujesz na sukcesy i porażki.
3. Chwal dziecko często, ale mądrze i konsekwentnie. Jeśli twoje dziecko pracuje nad czymś, ciesz się z jego chęci i aktywności, zachęcaj do pracy, chwal postępy.
4. Pozwól dziecku zrozumieć czym jest konkurencja oraz pokaż prawdziwy jej cel jakim jest zabawa i współpraca. Zamiast pytać „Wygrałeś?”, zapytaj „Dobrze się bawiłeś?”.

5. Ucz dziecko konkurowania ze sobą samym, swoimi słabościami, niechęciami, lękami – dzięki temu zauważy ono swoje postępy, co wzmocni jego poczucie wartości, a zmniejszy potrzebę rywalizacji.
6. Na przykładzie gier losowych pokaż, że czasem wygrana zależy nie od nakładu sił, ale od przypadku. Kiedy grasz z dzieckiem w grę planszową, skorzystaj z okazji, by nauczyć je przegrywać. Nie dawaj wygrywać za każdym razem. Jednocześnie kontroluj sytuację, nie pozwalaj oszukiwać, przekupywać i manipulować.
7. Jeśli dziecko chce się poddać bądź wycofać, to powiedz mu, że tak się nie robi, że to trening czyni mistrza. Chwal wysiłek i zaangażowanie, a nie wynik.
8. Ucz dziecko kontrolowania emocji.