

А, что если...?! Или ребёнок боится неудач.



Все родители хотят вырастить счастливого, уверенного в себе, успешного человека. Но иногда естественное желание взрослых натывается на серьёзную преграду в виде детского страха совершить ошибку. Что делать, если ребёнок боится неудач?

Причины.

Страх совершить ошибку присущ каждому человеку. И это не является проблемой, пока он не диктует своих условий и не снижает качества жизни. Обеспокоиться стоит, когда ребёнок:

- ⇒ отказывается действовать, если заранее не уверен в абсолютном успехе;
- ⇒ становится тревожным в непривычных для него обстоятельствах;
- ⇒ избегает новых знакомств.

Обычно атихифобия (страх действовать из-за возможности неудачи, ошибки) расцветает пышным цветом уже в школьные годы, но предпосылки для неё зарождаются ещё в раннем детстве. И, как и подавляющее большинство прочих детских страхов, страх неудач питается от ошибок воспитания:

- чрезмерная опека, желание выстелить соломкой каждый детский шаг;

- чрезмерный контроль со строгим оцениванием каждого детского поступка;
- завышенные ожидания, требования, не соответствующие возможностям ребёнка;
- привычка сравнивать своего ребенка с другими;
- отсутствие в системе семейного воспитания согласованности, чётких и понятных принципов;
- преувеличение значимости неудач и ошибок;
- зависимость самих родителей от мнения окружающих.

7 советов родителям

Совет 1. Будьте внимательны

Для любого человека очень важно быть понятым и принятым. Особенно это важно для ребёнка. Переживания, которые с позиций взрослого выглядят мелкими, не стоящими внимания, для маленького человека могут представлять серьёзную проблему. Проявите чуткость и признайте право ребенка испытывать тот или иной страх. Не отмахивайтесь от детских волнений и не стыдите за них своего наследника.

Совет 2. Будьте честны

Ошибки делают все. Это часть нашей жизни, и это совершенно нормально. Некоторые взрослые так увлекаются созданием образа идеальных родителей, что тщательно маскируют от ребёнка собственные промахи и неудачи. Но тем самым они оказывают ему медвежью услугу: на фоне таких «правильных» родственников собственные ошибки ребёнок будет воспринимать ещё болезненнее.

Совет 3. Будьте примером

Вы можете регулярно беседовать с ребёнком на тему здорового отношения к неудачам, но если сами каждый раз драматизируете любые неприятности, эмоционально реагируете на проигрыши и ярко переживаете последствия неверного решения, то слова ваши пройдут мимо детских ушей. Показывайте на собственном примере, как полезен здоровый оптимизм, как закаляют волю ошибки, как правильно преодолевать разочарования.

Совет 4. Будьте терпимы

Сколько можно возиться, дай я сам сделаю.

Опять ты всё перепутал!

Что ж ты неумеха-то такой!

Тем или иным способом высказывая своё недовольство детской неудачей, вы вселяете комплексы. Вместо того чтобы в очередной раз разразиться сердитой тирадой, вспомните, как долго вы сами учились завязывать шнурки, мыть посуду или решать примеры по математике. Позвольте ребёнку ошибаться снова и снова. Его ошибки, его проигрыши и просчёты — это его опыт, без которого нельзя выложить надёжный путь к успеху.

Совет 5. Будьте щедры

Не жалейте слов любви и поддержки для ребёнка, столкнувшегося с неудачей. Помогайте ему справиться с разочарованием, не усугубляя его тяжёлое психологическое состояние упрёками и нотациями. Предлагайте варианты решения проблемы, если ситуацию можно исправить. Ищите слова, мотивирующие пробовать снова и снова, пока не получится достичь хороших результатов. Именно в умении преодолевать трудности, несмотря на все неудачи, проявляются волевые качества личности, необходимые во всех сферах человеческой жизни.

Совет 6. Будьте находчивы

Если ваш ребёнок пасует перед любыми трудностями, опасаясь потерпеть фиаско, проявите находчивость. Покажите чаду, что каждую ошибку можно воспринимать как удачу. Каждое неверное решение приближает к верному, даёт бесценный опыт, тренирует и закаляет. Что-то не получается? Важно понять почему — и, откорректировав свои действия, все же добиться желаемого результата.

Совет 7. Будьте дальновидны

Когда ребёнок довольствуется тем, что есть, чтобы не пробовать новое и не познать разочарования, он лишается определённых возможностей. Уже в 6–7 лет дети способны понимать, что такое упущенные выгоды. Будьте убедительны, объясняя осторожному ребёнку, что его ждёт в случае успеха. Важно, чтобы он понял: награда стоит риска.

На что следует обратить внимание:

- ✓ Столкнувшись с детским страхом, ищите его причину.
- ✓ Учите ребёнка проигрывать. Тот, кто достойно принимает проигрыш, знает, что неудачи неизбежны, но не трагичны.
- ✓ Не подавляйте один страх другим. Ни в коем случае нельзя наказывать за проявление страха. Так вы можете загнать проблему глубже, а это обернётся серьёзными неприятностями, решить которые без профессиональной помощи будет крайне затруднительно.



- ✓ Не оценивайте детские переживания по своей шкале. То, что кажется вам мелочью, может лишить ребёнка покоя.
- ✓ Иногда то, что воспринимается сегодня как

неудача, завтра оказывается великой победой. Беседуйте с детьми на эту тему, находите примеры в детской литературе, рассказывайте истории успеха знаменитых людей.

- ✓ Будьте счастливы. Ведь в счастливых семьях вырастают счастливые, уверенные в себе и успешные дети.

Материал подготовила педагог-психолог, Зорина О.Ю.