«У меня ничего не получается!»: как научить ребенка правильно относиться к неудачам?



Малыш расстраивается из-за любой мелочи, кричит, плачет, быстро и часто бросает начатое дело.

Умение переживать свои ошибки и жизненные потрясения, принимать их и учиться на опыте - очень ценное качество для человека. И оно, как и все жизненно необходимые качества родом из детства, поэтому одна и самых важных родительских задач научить ребенка переживать свои потери.

Очень тяжело пережить неудачу, если запрещать себе ошибаться. Фраза «Не ошибается тот, кто ничего не делает» известна всем. И все равно пережить ошибку очень сложно!

**Первое**, что важно объяснить ребенку - ошибки и потери неизбежны. Это естественно, это бывает со всеми в любом возрасте, но эти неудачи очень важны - они дают возможность для дальнейшего личностного или профессионального роста. Они нужны, чтобы мы научились новому, попробовали другой путь и перешли на новый уровень развития.

**2.** **При неудаче важна эмоциональная поддержка и сочувствие**

У детей мало опыта, и когда что-то не получается, то при переживании неудачи очень важна опора, поддержка. Этот момент очень важен, поскольку именно страх оказаться нелюбимым, ненужным зачастую лежит в основе негативного восприятия ребенком своих неудач – ему кажется, что родители перестанут его любить! Вам необходимо развеять этот миф, и начать выражать свою любовь и поддержку к нему в любой ситуации, вне зависимости от результата.

*Детям важно верить в себя, чтобы ещё попробовать! Даже если сейчас не получилось, важно знать, что все равно получится!*

**3.  Ориентируйте ребенка на успех**

Чтобы ребенку научиться справляться с неудачами, его нужно ориентировать на успех, а не на лучший результат. К примеру, школьника нужно стимулировать не на получение отличных оценок, а на стремление к знаниям. Он должен понимать, что, если будет трудиться и работать над собой, у него в конечном итоге все получится.

**4. Учите извлекать опыт из неудач**

*Передайте ребенку установку: не бывает неудач, а есть опыт.*

**Психолог Михаил Лабковский на вопрос «Как учить ребенка конструктивно относиться к ошибкам, форс-мажорам, переводить их в разряд опыта?» ответил:**

«- Чтобы ребенок вместо проблем имел позитивный жизненный опыт, надо, чтобы родители были психически здоровы, уравновешены, доброжелательны и позитивны - только это может гарантировать счастливое детство. Хотите помочь ребенку - для начала разберитесь с собой. Но, увы, родители часто не хотят ни в чем разбираться: «Мы хотим показать ребенка психологу или неврологу! У нас все нормально, а он почему-то нервный вырос». Так не пойдет! Начните с себя, и, возможно, вам не придется помогать ребенку. Потому что ребенок из семьи со здоровым психологическим климатом имеет огромный иммунитет ко всяким жизненным проблемам.»