**Как научить ребёнка принимать проигрыш**

***1. Проанализируйте, как и за что вы хвалите своего ребёнка.***

Почувствуйте разницу между хвалить за результат или хвалить за старания, за активность, за стремление справиться с трудностями. В воспитании важно соблюдать баланс и не забывать подчеркивать важность стараний ребенка. Иначе, он может быть самым умным и самым тревожным. Он так боится быть неуспешным, что даже не хочет начинать.

***2. В ситуации проигрыша факты нужно признавать.***

Пример. Ребенок плачет: «Я хуже Антона решил пример». Мама ответила: «Да ничего ты не хуже решаешь примеры. Ты же столько умеешь делать». А можно было бы ответить так: «Да, Антон первым решил этот пример. У каждого человека что-то лучше получается. Ты можешь хорошо делать (и перечисляем реальные факты)».

***3. Учите детей радоваться успехам и победам других.***

Тогда ребёнок сможет адекватно оценивать происходящее с ним и вырастет хорошим другом. Научится достигать своих целей, не становясь при этом завистником или озлобленным на весь мир человеком.

***4. Помогите детям усвоить простую истину: невозможно чему-то научиться, не наделав ошибок.***

Ошибки — это тоже результат. И их надо использовать в качестве возможности изменить свои действия и достичь поставленной цели. Если родители не будут видеть трагедии в детских ошибках, то дети и подавно.

***5. Хвалите детей за то, что они заметили свои ошибки, при этом не плачут, а стремятся их исправить.***

«Я замечаю свои ошибки и пытаюсь их исправить. Я учусь, а у тех, кто учится, всегда бывают ошибки».

***6. Ревунов - перфекционистов утешаем, но не льём слёзы вместе с ними.***

Лучше спросите их: «Что меняется от того, что ты плачешь?» Это поможет ребёнку научиться управлять эмоциями.

***7. Ищем вместе с детьми, какие игры и занятия приносят им удовольствие.***

Например: мальчик хочет заниматься футболом. Прекрасное решение. Вот, где можно реализоваться соревновательному духу: здесь и стремление к победе, и командные усилия на пути к цели, и необходимость учитывать интересы всех членов команды.

**Умение проигрывать и не сдаваться — очень важный навык в жизни!!!**