

آشنا کردن کودک با برد و باخت



بسیاری از والدین از این موضوع شکایت دارند که کودکشان به هنگام بازی کردن با دوستان خود به محض باخت در بازی، شروع به داد و فریاد و دعوا می‌کند. این مقاله را بخوانید.

بسیاری از والدین از این موضوع شکایت دارند که کودکشان به هنگام بازی کردن با دوستان خود به محض باخت در بازی، شروع به داد و فریاد و دعوا می‌کند. این مقاله را بخوانید.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از زندگی آنلاین، کودکانی که تحمل باختن را ندارند، بسیار زیادند، اما علیرغم این مسئله به جرأت می‌توان گفت که این عادت و رفتار در کودکان قابل تغییر است ولی این تغییر نیاز به همکاری و تلاش زیاد شما دارد تحمل شکست برای هیچ‌کس لذت‌بخش و خوشایند نیست، پس نمی‌توان از کودکان انتظار داشت که قادر به درک آن باشند، اما واقعیت این است که زندگی مقوله‌ای سخت و پیچیده است و همه ما باید طعم از دست دادن و شکست خوردن را در زندگی بچشیم.

چرا که دیر یا زود با از دست دادن‌های متفاوت، آشنا می‌شویم، بنابراین باید به کودکان خود مدیریت از دست دادن را از همان کودکی بیاموزیم تا راحت‌تر بتوانند خود را برای زندگی آماده و هماهنگ کنند.

سنین پیش‌دبستانی و دبستان

در میان بچه‌های دبستانی، مسابقات و رقابت‌های ورزشی، یک مسئله طبیعی و عادی است. کودکان در همین سن و سال با مفهوم پیروزی و موفق شدن آشنا می‌شوند.

آنها درک کرده‌اند که پیروزی دلچسب و شیرین است پس می‌خواهند در همه چیز پیروز باشند. کودکان پیش‌دبستانی نمی‌توانند ارتباط بین رفتارها و واکنش‌ها را به درستی درک کنند.

در کودکان کمتر از 6 سال نوعی دیدگاه جادویی نسبت به دنیای پیرامون در آنها وجود دارد. آنها دنیا را تقسیم بر 2 می‌کنند. بچه‌های خوب و بچه‌های بد، بچه‌های خوب پیروز می‌شوند و برنده‌اند و بچه‌های بد، بازنده. پیروزی یعنی من خوب هستم و شکست و باخت یعنی من بد هستم.

کودکان دبستانی بسیار رقابت‌جو هستند فکر آنها کمی بلوغ یافته است. آنها معتقدند که حتی بچه‌های خوب نیز گاهی اوقات شکست می‌خورند اما همچنان بچه‌های خوب و بد را باور دارند. والدین قادر به خواندن ذهن کودکان نیستند.

آنها کم کم وارد مرحله‌ای می‌شوند که توانایی بیشتری برای درک حقایق زندگی از خود نشان می‌دهند. بنابراین اتفاقاتی مثل باخت در یک بازی و رقابت را راحت‌تر می‌پذیرند.

حقیقت برد و باخت

پژوهشگران و روانشناسان معتقدند که کودکان باید با این حقیقت روبرو شوند که همواره یکی برنده می‌شود و دیگری بازنده. آنها باید به اندازه کافی خوب باشند، ولی اگر نتوانستند به نتیجه دلخواه برسند نباید احساس، آشفتگی، پریشانی، خجالت، عصبانیت و غمگینی کنند.

پدر و مادرها اگر برای تلاش و زحمت فرزند خود ارزش قائل باشند، کودکان نیز با این واقعیت‌ها راحت‌تر کنار می‌آیند.

توانایی لازم برای درک باخت و شکست به مرور زمان و با بزرگ‌تر شدن کودک ایجاد می‌شود و آنها کمی که بزرگ‌تر شدند یاد می‌گیرند که گاهی برنده هستند و گاهی بازنده.

در این میان برخی از کودکان روحیه رقابتی‌تری دارند. ممکن است جنبه خشم و تهاجمی‌گری در آنها بیشتر رشد کرده باشد.

بسیاری از والدین شکایت دارند که نمی‌توانند با کودک خود بازی کنند، چرا که کودک‌شان به هنگام باخت عصبانی می‌شود و رفتارهای نامناسب از خود بروز می‌دهد.

برای بسیاری از کودکان پذیرفتن واقعیت‌های زندگی، کار ساده و راحتی نیست.

برخی از آنها تلاش می‌کنند در موقعیتی که برای آنها ایجاد تهدید می‌کند، قرار نگیرند، پس در رقابت‌ها شرکت نمی‌کنند.

در اغلب مواقع ما بزرگ‌ترها تشنه بردن و پیروز شدن هستیم و کودکانمان در می‌یابند که در صورت بردن به آنها افتخار می‌کنیم. برخی از ما والدین روحیه رقابتی داریم و همین رفتارمان الگوی کودکانمان می‌شود.

ما به آنها می‌گوییم که تلاش کودک برای مان اهمیت بیشتری دارد، اینکه ببرد یا ببازد مهم نیست اینکه تلاشش را کرده باشد، مهم است ولی در عمل خلاف آن را ثابت می‌کنیم و نشان می‌دهیم که بردن چقدر مهم است.

علاوه بر رفتار و واکنش‌های والدین، سن کودک نیز در این امر بسیار دخیل است. معمولاً کودکان در 6 سالگی تحمل شکست خوردن و باختن را ندارند. آنها همیشه انتظار بردن و نفر اول شدن را دارند.

وقتی که می‌بازند، فحش می‌دهند، وسایل را پرت می‌کنند، داد می‌زنند، اشک می‌ریزند و یا واکنش‌های دیگر نشان می‌دهند.

واکنش درست والدین

یکی از کارهایی که در این رابطه می‌توانید انجام دهید، این است که در ابتدا وقتی که می‌خواهید يك بازی را به کودک خود یاد بدهید.

اجازه بدهید که او برنده باشد. قرار نیست که از همان ابتدا واقعی بازی کنید و به او شکست خوردن را نیز یاد بدهید. کودک شما نیاز دارد که با حس بهتری بازی را شروع کند و با شهامت بالاتری بازی کند.

حس پیروزی در ابتدا به آنها حس رقابت می‌دهد و به همین دلیل از بازی کردن بیشتر لذت می‌برند. اگر کودکان بیش از حد بازی را جدی گرفته است و واکنش نشان می‌دهد و بسیار آشفته و یا غمگین می‌شود، بازی را متوقف کنید و بگذارید در یک زمان دیگر که شرایط بهتر شد، بازی کند.

برخی از کودکان قادر هستند شکست به خواهر و برادرهایشان را تحمل کنند، ولی از دوستانشان نه و برعکس و به همین دلیل وارد جر و بحث و دعوا می‌شوند.

بازی‌های گروهی و تیمی در این رابطه بسیار موثر هستند و مفهوم برد و باخت را بهتر به کودک یاد می‌دهند. آنها ناامیدی در اثر شکست را در بازی‌ها و رقابت‌های گروهی با سایر هم‌گروهی‌های خود تحمل می‌کنند بنابراین رفتار معقول‌تری خواهند داشت. اجازه بدهید که فرزندان احساسات و ناامیدی‌هایشان را بیان کنند و واکنش نشان دهد و با این حس نیز آشنا شود.

قضاوت کردن و پند و اندرزهای شما بی‌فایده خواهند بود. بعد از آنکه حس تلخ آنها سپری شد و به حالت معمول برگشتند، می‌توانید با آنها حرف بزنید و ارزش‌های واقعی را برایشان توصیف کنید.

در دنیای بزرگسالان ورزش، رقابت و مسابقه بیشتر جنبه تفریح دارد و سعی می‌کنیم که لذت ببریم و باید تلاش کنیم که همین منطق را به کودکانمان انتقال بدهیم و البته لازم است که الگوی خوبی برای آنان باشیم.

برای تلاش آنها ارزش و احترام قائل باشید، به طوری که تمایل داشته باشند مجدداً در رقابت‌ها شرکت کنند. داستان‌هایی از قهرمانان واقعی و رقابت‌های درست را برایشان تعریف کنید تا با مفهوم واقعی رقابت آشنا باشند.

اینکه درست ببازند، نکته کلیدی است. اینکه بعد از شکست مایوس نشوند و دوباره امتحان کنند و تجربه کسب نمایند، اهمیت زیادی دارد. در طول انجام یک بازی یا مسابقه، روی لذت بردن و تفریح کردن بیشتر تمرکز کنید تا نتیجه گرفتن. هرچه بیشتر

روی جنبه تفریح تمرکز کنید، کودکان بیشتر مفهوم برد و باخت را درک می‌کند.

گاهی آنها را در موقعیت باخت قرار دهید. حتما نباید کودکان در یک کار خاص مهارت داشته باشد و وارد رقابت شود بلکه باید در چیزهایی که مهارت ندارد نیز بازی کند و به چالش کشیده شود.

اگر برای تلاش آنها ارزش قائل باشید، درمی‌یابند که شما بیشتر از نتیجه رقابت به خود آنها اهمیت می‌دهید و این درس مهمی است. سعی کنید برای فرزندتان بهترین الگو باشید.