

Консультация для родителей на тему: «Что делать, если ребенок боится делать ошибки?»

Страх делать ошибки или страх неудачи может возникнуть как результат слишком критичного отношения взрослых к ребенку, или, наоборот, слишком равнодушного отношения.

Такой страх бывает у детей, родители которых слишком тревожны и не позволяют ребенку действовать самостоятельно.

Еще один вариант воспитания, формирующий такой страх – это «родители знают лучше». Слишком авторитарный стиль воспитания и гиперопека приводят к формированию страха совершить ошибку.

Родители должны понимать, что некоторые их действия или отношение к ребенку могут усугубить ситуацию.

Частые ошибки родителей:

1. Не стоит отрицать проблему. Например, «этого не может быть» или «что за ерунда?». Обычно, родители так говорят из «благих намерений», хотят показать ребенку, что его страхи напрасны. Но, к сожалению, такие фразы приводят к обратному эффекту. Ребенок начинает чувствовать, что его не понимают и он остается совершенно один со своей проблемой.
2. Также нельзя осуждать, высмеивать страх и принуждать преодолеть страх. Например, некоторые папы не хотят признавать страхи своих сыновей, «настоящий мужчина не боится такой ерунды». В итоге страх загоняется еще глубже и усугубляется.

Что можно сделать до обращения к психологу:

1. Признать страх ребенка, как бы «позволить» ребенку испытывать его. Можно сказать «делать ошибки – это, на самом деле, может быть страшно», «иногда у тебя что-то может не получиться, поверь, и у меня такое бывает».
2. Побольше узнать у ребенка, чего именно он боится. Пусть расскажет подробно о своем страхе, помогайте ему наводящими вопросами. Такой разговор уже способствует преодолению страха, поскольку «сужает границы» того что пугает.
3. Родители должны изменить своё родительское программирование и установки на более позитивные. Например, «Ты сумеешь!», «Справишься!», «Не робей!», «Ещё чуть-чуть...», «Получилось!», «У тебя выйдет, я верю!»,

«Без неудач не бывает удач!», «Попробуй и делай дальше!»...

4. Родителям следует постоянно корректировать свои ожидания и стандарты, согласуясь с природой своего ребенка, т. е. учитывать особенности своего ребенка. Слишком большое количество упреков заставляет ребенка чувствовать себя крайне несчастным, недостойным, заставляет его верить в то, что «с ним что-то не так».

5. Ребенок до 9 лет не имеет полного осознания себя как отдельной личности, ему во многих вопросах нужна поддержка. Если, совершая ошибку, ребенок не получает поддержки, никто не помогает ему взять на себя ответственность за эту ошибку, то ребенок может начать считать «я сам есть ошибка». Родители должны принимать часть ответственности за ошибки ребенка на себя (но только часть). Это очень важно. Если слишком рано начать воспитывать в ребенке ответственность за свои ошибки, то он вырастает психологически незащищенным и неуверенным в себе человеком.

6. Чаще говорите фразу: «Не ошибается только тот, кто ничего не делает». Мягко, без давления внушите ребенку, что ошибаться – это нормально, все люди ошибаются. Приводите свои личные примеры. Это сделает вас ближе.

7. Родители, разрешите сами себе совершать ошибки. В некоторых семьях стремление к перфекционизму является главной чертой у всех членов семьи. Учите ребенка не критиковать ошибки других.

8. С помощью различных приемов (игра, рисунок, сказка) придумать и обыграть ситуацию победы над страхом. Здесь можно предоставить инициативу именно ребенку. Дети с богатой фантазией легко с этим справляются. Не торопите ребенка, пусть на первых порах его победа над страхом будет совсем не очевидна. Ваша вера в него и поддержка обязательно принесут свои плоды.

9. Необходимо акцентировать внимание ребёнка на сильных сторонах его личности. Дети часто спрашивают – «А какой у меня талант?», они не всегда могут понять свои способности. Поэтому ответственность за это в большей степени лежит на родителях и педагогах, понимающих особенности ребёнка, его талант или таланты, которые необходимо развивать. Причём эти таланты необходимо развить так, чтобы ребёнок понял себе «цену» в этой деятельности, и убедился, что он в ней чем-то отличается от других детей. Т.е. ребёнка необходимо научить компенсировать свои слабые стороны личности более сильными, которые смогут вызвать к нему интерес со стороны сверстников и взрослых. Под словом талант имею в виду любые способности, которые нравятся самому ребенку и развиты у него. Это может быть: рисование, лепка из пластилина, умение танцевать, петь, хорошо

плавать и другие умения, а также аккуратность, чуткость, желание прийти на помощь и т.д.

10. Отмечайте даже самые маленькие успехи. А если не можете найти успехи, найдите способ похвалить его за что-то другое. Например, «Ошибся, зато внимательно, красиво писал», «Ошибся, зато видно, как ты старался».

11. Не сравнивайте ребенка с другими. Покажите ему, что Вы любите его таким, какой он есть, что Ваша любовь не зависит от его успехов или неудач, иначе ребенок сделает вывод, что успешного его любят, а неуспешного нет. Это приводит к большому напряжению, которое тормозит развитие ребенка, сковывает его.

Надеюсь, что эти простые рекомендации помогут Вашим детям преодолеть страх совершать ошибки. В любом случае проблемную ситуацию лучше не затягивать, а вовремя обратиться к специалисту.