12 Φεβρουαρίου 2017

Πώς η ήττα βοηθάει στην ωρίμανση των παιδιών;

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός





Όλοι θέλουμε να κερδίζουμε στα παιχνίδια, στις σχέσεις, στη δουλειά. Η ήττα όμως είναι φυσικό και αναπόφευκτο κομμάτι της ζωής! Όσο και αν προσπαθήσουμε να την αποφύγουμε, αργά ή γρήγορα, οι περισσότεροι από εμάς θα τη γευτούν...

Αν και η ήττα φαίνεται να αποτελεί κοινή εμπειρία των ανθρώπων, ο τρόπος που τη διαχειριζόμαστε δεν είναι πάντοτε ειρηνικός και ήρεμος. Αν έχετε παρακολουθήσει ποτέ αγώνα ποδοσφαίρου, σίγουρα θα έχετε δει τις αντιδράσεις των παικτών και των οπαδών της χαμένης ομάδας!

Στην περίπτωση των παιδιών, μπορεί οι αντιδράσεις να μην είναι τόσο ακραίες, αλλά και πάλι αρκετά συχνά όταν έρχονται αντιμέτωπα με την ήττα μπορεί να αρχίσουν να πετούν πράγματα, να φωνάζουν, να χτυπούν και να θυμώνουν. Βλέποντας αυτό το θέαμα οι γονείς ενστικτωδώς θέλουν να προστατέψουν τα παιδιά τους από τον πόνο. Στην πραγματικότητα όμως, οι ειδικοί αναφέρουν πως μερικές φορές τα παιδιά πρέπει να βιώνουν την απογοήτευση για να μπορέσουν να ωριμάσουν!

Τι διδάσκει η ήττα στα παιδιά;

Η ήττα μπορεί να αποδειχθεί πολύτιμη εμπειρία που βοηθάει τα παιδιά να εξοπλιστούν με δεξιότητες για να αντιμετωπίσουν αργότερα τις προκλήσεις της ζωής! Μπορεί για την ώρα τα παιδιά να έχουν να αντιμετωπίσουν την ήττα σε κλειστές ομάδες ατόμων όπως στο παιχνίδι μεταξύ των μελών της οικογένειας, σύντομα όμως θα ανακαλύψουν ότι ο κόσμος είναι αρκετά ανταγωνιστικός. Στο σχολείο, στα αθλήματα, στις φιλίες και στις σχέσεις, τα παιδιά θα πρέπει να μάθουν να χάνουν και να είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν τις ήττες τους!

Όταν τα παιδιά χάνουν, μπορούν να μάθουν από τα λάθη τους και να βελτιώσουν τις δεξιότητες και τις στρατηγικές τους έτσι ώστε να τα πάνε καλύτερα την επόμενη φορά. Αυτού του είδους η ανάλυση θα αυξήσει τις γνώσεις τους και θα χτίσει την αυτοπεποίθησή τους! Επιπλέον, βιώνοντας τα παιδιά την εμπειρία της ήττας αντιλαμβάνονται ότι ένα καλό αποτέλεσμα δε χαρίζεται, αλλά απαιτεί την καλύτερή τους προσπάθεια!

Κάθε φορά που τα παιδιά χάνουν σε κάτι, παίρνουν και ένα μάθημα ζωής, αναφέρουν οι ειδικοί. Μαθαίνουν να αγωνίζονται και να προσπαθούν για να φέρουν το αποτέλεσμα που επιθυμούν, να έχουν αυτοέλεγχο, να συμπεριφέρονται καλά ακόμα και αν δεν κερδίσουν. Επίσης, αρχίζουν να κατανοούν τα συναισθήματα των άλλων που βιώνουν παρόμοια εμπειρία. Όταν τα παιδιά ξέρουν να χάνουν μπορούν να απολαύσουν και να διασκεδάσουν το παιχνίδι ακόμα και όταν δεν κερδίσουν!

Το να ξέρεις να χάνεις έχει μεγαλύτερη διάσταση που ξεπερνά το παιχνίδι. Τα παιδιά που κερδίζουν συνέχεια αναπτύσσουν τάσεις ανωτερότητας έναντι των άλλων και μπορεί απροκάλυπτα να γελοιοποιήσουν κάποιον επειδή δεν είναι τόσο

“καλός” όσο τα ίδια. Επιπλέον, όταν η ενηλικίωση χτυπήσει την πόρτα μπορεί να σοκαριστούν στην πρώτη αποτυχία όπως για παράδειγμα όταν δε θα μπορέσουν να πάρουν μία δουλειά.

Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς;

Όπως σε όλες τις δεξιότητες, έτσι και σε αυτήν την περίπτωση ο ρόλος των γονιών είναι καθοριστικός και είναι αυτός που θα δώσει τη σωστή κατεύθυνση στα παιδιά. Αρχικά οι γονείς μπορούν να μετατοπίσουν το επίκεντρο της προσοχής από τη νίκη, και να το επικεντρώσουν στην προσπάθεια των παιδιών να δίνουν τον καλύτερό τους εαυτό και να διασκεδάζουν με το παιχνίδι!

Αν και οι γονείς μπαίνουν συχνά στον πειρασμό να αφήνουν τα παιδιά τους να κερδίζουν στα παιχνίδια, οι ειδικοί αναφέρουν πως οι γονείς πρέπει να παρέχουν ευκαιρίες στα παιδιά για να χάνουν. Όταν το παιδί κερδίσει σε κάτι, λειτουργήστε ως πρότυπο επιδεικνύοντας τη συμπεριφορά που θα θέλατε να δείτε από το παιδί. Δείξτε του πώς να διαχειρίζεται ειρηνικά τα συναισθήματα της ήττας και πώς να είναι ένας καλός συμπαίκτης και αντίπαλος!

Οι γονείς είναι οι πρώτοι που θα διδάξουν στο παιδί τη σημασία του ευ αγωνίζεσθε και της ευγενούς άμιλλας! Μάθετε στο παιδί να δίνει συγχαρητήρια στο νικητή και να του σφίγγει το χέρι. Παρακολουθήστε παιχνίδια και παρατηρήστε μαζί τις συμπεριφορές των παικτών διαχωρίζοντας τις καλές από τις κακές συμπεριφορές. Εξηγήστε τη σημασία να χάνεις με αξιοπρέπεια και να κερδίζεις δίχως έπαρση.

Επαινέστε και ενθαρρύνετε το παιδί όταν προσπαθεί σκληρά και χειρίζεται καλά την ήττα. Πείτε του πόσο περήφανους σας κάνει όταν αγωνίζεται, για να μειώσετε την πικρή γεύση της απογοήτευσης. Συζητήστε ανοιχτά μαζί με το παιδί για το τι μπορεί να πήγε στραβά και έχασε. Εξηγήστε του ότι μερικές φορές χάνουμε επειδή οι δεξιότητές μας δεν είναι τόσο καλές όσο των αντιπάλων μας, μερικές φορές χάνουμε εξαιτίας της κακής μας τύχης ή της κακής στιγμής, και άλλες φορές γιατί δεν έχουμε δώσει τον καλύτερό μας εαυτό. Δίνοντας μια λογική εξήγηση για την ήττα μπορείτε να βοηθήσετε το παιδί να χαλαρώσει και να αποφορτιστεί συναισθηματικά!

Το να ξέρεις να χάνεις είναι τέχνη, και μπορεί να τελειοποιηθεί με την καθοδήγηση και την εμπειρία. Τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν πως όταν χάνεις σε κάτι, δε σημαίνει πως δεν μπορείς να φύγεις με το κεφάλι ψηλά! Το να κερδίζεις είναι διασκέδαση, αλλά με το να χάνεις χτίζεις χαρακτήρα είπε κάποιος, και αυτός είναι ο λόγος που δε θα πρέπει να φοβούνται τα παιδιά να ηττηθούν!

Πηγές: parentshelp.gr– acadimies.gr