

## **Как обеспечить ребенку психологическую поддержку.**

Психологическая поддержка способна улучшить взаимоотношения детей и взрослых. При недостатке, отсутствии адекватной поддержки ребенок испытывает разочарование и склонен к различным аффективным поступкам. Когда вы срываетесь на крик, вы уничтожаете все результаты своего воспитания и рождаете основания для недоверия и вражды.

Психологическая поддержка - это процесс:

- в котором взрослый сосредотачивается на позитивных сторонах ребенка с целью повышения его самооценки;
- который помогает ребенку поверить в себя, в свои силы и возможности;
- который помогает ребенку избежать ошибок;
- который поддерживает ребенка при неудачах.

Ребенок нуждается в поддержке не только тогда, когда ему плохо. Необходимо, чтобы взрослый обращал внимание на позитивные поступки ребенка и поощрял их.

**Чтобы поддержать ребенка, необходимо:**

- 1) опираться на его сильные стороны;
- 2) избегать подчеркивания промахов;
- 3) показать, что вы довольны поведением ребенка;
- 4) уметь проявлять любовь и уважение к ребенку;
- 5) уметь помочь ребенку разбить большое задание на более мелкие, с которыми ему легче будет справиться;
- 6) проводить больше времени с ребенком;
- 7) внести юмор в отношения с ребенком;
- 8) знать обо всех начинаниях ребенка;
- 9) уметь взаимодействовать с ребенком;
- 10) позволить ребенку самому решать свои детские проблемы;
- 11) избегать телесных наказаний;
- 12) принимать индивидуальность ребенка;
- 13) проявлять веру в ребенка;
- 14) демонстрировать оптимизм.

**Слова поддержки:**

- Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо!
- Ты делаешь это очень хорошо!
- У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Моя помощь тебе нужна или ли ты сделаешь это сам?
- Это сложный вопрос, но я уверена, что ты готов к нему.

**Средства поддержки:**

- Слова: красиво, аккуратно, прекрасно, здорово, замечательно, вперед, продолжай и т.п.
- Высказывания: я горжусь тобой; мне нравится, как ты работаешь; я рад твоей помощи; спасибо; все идет прекрасно; я рад, что ты в этом

участвуешь; я рад, что ты попробовал это сделать, хотя все получилось не так, как ты ожидал, и т.п.

- Прикосновения: похлопать по плечу; дотронуться до руки; приблизить свое лицо к его лицу; обнять его, поцеловать и т.д.

- Совместные действия: сидеть, стоять рядом; вести его; играть с ним; слушать его; принимать вместе пищу и т.д.

- Выражение лица: улыбка, подмигивание, кивок, смех и т.д.

### **Родитель, помни!**

1. Приняв ребенка в свою семью, вы взяли на себя обязательства заботиться о нем, воспитывать его и помогать ему стать полноценным членом общества.

2. Мы верим, что у вас хватает сил и возможностей справиться с проблемами адаптации ребенка, с трудностями в его поведении, вы сумеете создать для него безопасную среду.

Главное, что вы принимаете ребенка таким, какой он есть, без желания кардинально переделать его, но с надеждой, что тот огромный ресурс, который заложен в каждом ребенке активизируется, и именно вы помогаете найти себя в нашем непростом мире.