

Поддержите своего ребенка.

Что такое поддержка? Поддержка является одним из важнейших факторов, способных улучшить взаимоотношения между родителями и детьми. При недостатке или отсутствии адекватной поддержки, ребенок испытывает разочарование и склонен к различным поступкам.

Родители должны стремиться к тому, чтобы у ребенка не сформировалась тенденция к постоянному ожиданию неудачи и разочарования. Важно поддерживать и поощрять ребенка.

Родительская поддержка- это процесс сложный:

- в ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка с целью укрепления его самооценки;
- который помогает ребенку поверить в себя и свои способности;
- который помогает избежать ошибок;
- который поддерживает при неудачах.

Как научиться поддерживать ребенка? Вместо того, чтобы в центре своего внимания держать ошибки и плохое поведение, родителю придется сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что он делает. Поддерживать ребенка – это значит верить в него.

Поддержка основывается на вере в прирожденную способность личности преодолевать жизненные трудности. Очень важно позаботиться о том, чтобы создать ребенку ситуацию с гарантированным успехом. Успех порождает успех и усиливает уверенность в своих силах как у ребенка, так и у родителя.

Итак, чтобы поддержать ребенка, необходимо:

1. Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
2. Избегать подчеркивания промахов ребенка.
3. Показывать, что вы удовлетворены ребенком.
4. Уметь и хотеть демонстрировать любовь к ребенку.
5. Уметь помочь ему разбить большие задания на более мелкие, такие, с которыми он может справиться.
6. Проводить больше времени с ребенком.
7. Вносить юмор во взаимоотношения с детьми.
8. Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
9. Уметь взаимодействовать с ребенком.
10. Позволить ему самому решать проблемы там, где это возможно.
11. Избегать дисциплинарных наказаний и поощрений.
12. Принимать индивидуальность ребенка.
13. Проявлять эмпатию (сопереживание) и веру в ребенка.
14. Демонстрировать оптимизм.

Существуют слова, которые поддерживают и слова, которые разрушающие его веру в себя. Например, 1) зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо;

2) ты делаешь это очень хорошо; 3) зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше и т. д.

Родители часто путают поддержку с похвалой и наградой. Похвала может быть, а может и не быть поддержкой. Поддержка основана на том, чтобы помочь ребенку почувствовать свою нужность. Различие между поддержкой и наградой определяется временем и эффектом.

Награда обычно выдается за то, что он сделал что-то очень хорошее или за какие-то его достижения в определенный период.

Поддержка в отличие от похвалы может оказываться при любой попытке или небольшом прогрессе.

Поддерживать можно посредством:

- отдельных слов (красиво, аккуратно, прекрасно, здорово, вперед, продолжай)
- высказываний (я горжусь тобой, я рад твоей помощи, все замечательно)
- прикосновений (потрепать по плечу, дотронуться до руки, обнять)
- совместных действий, физического соучастия (сидеть или стоять рядом, играть с ним, слушать его, кушать вместе)
- выражения лица (улыбка, кивок, смех).

Поддержать ребенка – это улучшить ваши взаимоотношения, лучше узнать и понять своих детей.

Надо **предусмотреть периоды самостоятельной активности ребенка** (не надо его все время развлекать и занимать) и совместные со взрослым дела, которые давно откладывались.

*Памятка составлена педагогом-психологом
МАДОУ ЦРР -«Слобод-Туринский детский сад «Солнечный »
Клишиной Евгенией Александровной*