

**муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад № 29»**

Россия, 660062, г. Красноярск, ул. Крупской, 10ж, e-mail: 29150515@mail.ru, тел. (391) 218-18-62, 218-18-82 ОГРН
1152468014050 ИНН/КПП 2463093302/246301001

Педагог-психолог МБДОУ №29
Жимкус Екатерина Ромуальдасовна

**Консультация для родителей
«Психологическая поддержка ребенка»**

Психологическая поддержка – один из факторов, способных улучшить взаимоотношения детей и взрослых. При недостатке, отсутствии адекватной поддержки ребёнок испытывает разочарование и склонен к различным аффективным поступкам.

Психологическая поддержка – это процесс:

- в котором взрослый сосредотачивается на позитивных сторонах ребёнка с целью повышения его самооценки;
- который помогает ребёнку поверить в себя, в свои силы и возможности;
- который помогает ребёнку избежать ошибок или исправлять их;
- который поддерживает ребёнка при неудачах, оказывает ему внимание.

Чтобы научиться поддерживать ребенка, взрослым, возможно, придется изменить привычный стиль общения и взаимодействия с ним. Вместо того чтобы обращать внимание на ошибки и плохое поведение ребенка, взрослому придется сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что он делает, т.к. ребенок нуждается в поддержке не только когда ему плохо, но и когда ему хорошо. Вербально и невербально старший сообщает ребенку, что верит в его силы и способности.

Взрослый, стремящийся поддержать ребенка, не только рассматривает поступок в целом, но и старается выделить отдельные позитивные для ребенка стороны. Поддержка основана на вере в природную способность личности преодолеть жизненные трудности при поддержке тех, кого она считает значимыми для себя.

Для того чтобы поддержать ребенка, взрослые должны сами испытывать уверенность. Они не смогут оказывать поддержку ребенку до тех пор, пока не научатся принимать себя и не достигнут самоуважения и уверенности.

Взрослому необходимо понимать роль психологической поддержки в процессе воспитания и знать, что оказывая ее, он сам того не ведая, может разочаровать ребенка, сказав ему, например, следующее: "Ты мог бы и не пачкаться", "Какой ты неуклюжий", "Посмотри, как твой брат (друг) хорошо сделал это", "Ты должен был смотреть, когда я тебе это показывал". Как правило, негативные замечания не имеют действия. Постоянные упреки приводят ребенка к выводу: "Какой смысл стараться? Все равно я ничего не могу. Я никогда не смогу заслужить одобрение. Я сдаюсь".

Существуют ложные способы, так называемые **ловушки поддержки ребенка**:

- гиперопека;
- создание зависимости ребенка от взрослого;
- навязывание нереальных стандартов;
- стимулирование соперничества с братом, сверстниками.

Эти методы приводят только к переживаниям ребенка, мешают гармоничному развитию его личности. Подлинная поддержка взрослыми ребенка должна основываться на подчеркивании его способностей, возможностей, его положительных сторон. Случается, что поведение ребенка не нравится взрослому. Именно в такие моменты он должен предельно четко показать ребенку: "Хоть я и не одобряю твоего поведения, я по-прежнему уважаю тебя как личность". Необходимо показать ребенку, что неудача ни в коей мере не умаляет его личных достоинств. Важно, чтобы взрослый научился принимать ребенка таким, какой он есть, включая все его достижения и промахи, а в общении с ним учитывать значение тона, жестов, выражения лица, глаз и т.д.

Для создания психологической поддержки, эффективно продемонстрировать ребенку свое удовлетворение от его достижений и успехов. У ребенка необходимо создать установку: "Ты можешь это сделать". Родитель должен показать ребенку, что тот является важным членом семьи и значит для нее больше, чем все связанные с ним проблемы. Очень важно создать ребенку ситуацию успеха, так как успех порождает новый успех и усиливает уверенность в своих силах как у ребенка, так и у взрослого.

Итак, чтобы поддержать ребёнка, необходимо:

- опираться на его сильные стороны;
- избегать подчёркивания промахов;
- показать, что вы довольны поведением ребёнка;
- уметь проявлять любовь и уважение к ребёнку;

- уметь помочь ребёнку разбить большое задание на более мелкие, с которыми ему легче будет справиться;
- проводить больше времени с ребёнком;
- внести юмор в отношения с ребёнком;
- знать обо всех начинаниях ребёнка
- уметь взаимодействовать с ребёнком;
- позволить ребёнку самому решать свои детские проблемы.
- избегать дисциплинарных поощрений и наказаний;
- принимать индивидуальность ребёнка;
- проявлять веру в ребёнка;
- демонстрировать оптимизм.

)
Поддерживать можно посредством:

- *отдельных слов* (красиво, аккуратно, прекрасно, здорово, вперед, продолжай);
- *высказываний* ("Я горжусь тобой!", "Мне нравится, как ты работаешь", "Это действительно прогресс!", "Я рад твоей помощи", "Все идет прекрасно", "Я рад, что ты в этом участвовал", "Я рад, что ты пробовал это сделать, хотя все получилось вовсе не так, как ты ожидал");
- *прикосновений* (прикоснуться к плечу, дотронуться до руки, приблизить свое лицо к его лицу, слегка обнять его).
- *совместных действий физического соучастия* (сидеть, стоять рядом с ребенком, мягко вести его, играть с ним, слушать его, есть вместе с ним);
- *выражения лица* (улыбка, подмигивание, кивок, смех).

Существуют слова, которые поддерживают ребенка, и слова, которые разрушают его веру в себя.

<i>Слова поддержки</i>	<i>Слова, вызывающие разочарование</i>
- Зная тебя, я был уверен, что ты все сделаешь хорошо.	- Зная тебя и твои способности, я думаю, ты бы мог сделать это гораздо лучше.
- Это нелегко сделать, но ты сильный, ты справишься.	- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам сделаю.
- В жизни бывают удачи и неудачи. Но вместе мы преодолеем трудности.	- Ты еще маленький, чтобы делать такую работу.

Взрослые часто путают поддержку с похвалой и наградой. Похвала может быть, а может и не быть поддержкой. Например, слишком щедрая похвала может

показаться ребенку неискренней. В другом случае она может поддержать ребенка, который опасается, что он не соответствует ожиданиям взрослых. Психологическая поддержка основана на том, чтобы помочь ребенку почувствовать свою нужность. Различие между поддержкой и наградой определяется временем и эффектом. Награда обычно выдается ребенку за то, что он сделал что-то очень хорошо, или за какие-то его достижения в определенный период времени. Поддержка, в отличие от похвалы, может оказываться при любой попытке сделать что-то самостоятельно или небольшом прогрессе. Когда вы выражаете удовольствие от того, что делает ребенок, это поддерживает его и стимулирует продолжать дело или делать новые попытки достичь успеха. Он получает удовольствие от себя.

Поддерживать ребенка — значит верить в него, в его силы и возможности!

Красноярск, 2018