

Как поддержать ребенка!

Психологическая поддержка – один из важнейших факторов, способных улучшить взаимоотношения между детьми и взрослыми. При недостатке или отсутствии адекватной поддержки ребенок испытывает разочарование и склонен к различным проступкам.

Для того, чтобы поддержать ребенка, необходимо:

- Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.
- Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, такие, с которыми он может справиться.
- Проводить больше времени с ребенком.
- Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.
- Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
- Уметь взаимодействовать с ребенком.
- Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
- Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
- Принимать индивидуальность ребенка.
- Проявлять веру в ребенка, эмпатию к нему.
- Демонстрировать оптимизм.

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

Например, слова поддержки:

- Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо.
- Ты делаешь это очень хорошо.
- У тебя есть некоторые соображения по этому поводу. Готов ли ты начать?
- Это серьезный вызов, но я уверен, что ты готов к нему.

Слова разочарования:

- Зная тебя и твои способности, я думаю, ты смог бы сделать это гораздо лучше.
- Ты мог бы сделать это намного лучше.
- Эта идея никогда не сможет быть реализована.
- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.



5 ПРОСТЫХ СПОСОБОВ ПОДДЕРЖАТЬ ДЕТЕЙ И ПОМОЧЬ ИМ ВЕРИТЬ В СЕБЯ

Миссия родителя - поддерживать ребенка. Это значит очень многое, на самом деле. Не всегда это легко и просто, как кажется на первый взгляд. Поддержка очень важна маленькому человечку (да что там - и вам важна тоже, и вашему супругу!) - ничто так не мотивирует и не вселяет уверенность в собственных силах, как поощряющая улыбка родителей. Вот пять способов, которыми вы можете поддерживать и поощрять ребенка в его начинаниях вне зависимости, сколько ему лет...

1. Делайте в месте.

Если вы будете не просто «быть вместе», а делать что-то вместе. Спуститесь с дивана и вместе постройте городок из лего. Возьмите свой старый велосипед и покатайтесь по двору вместе с ребенком. Прыгните в бассейн и плывите рядом, показывая, если нужно, правильные гребки.

2. Следите за своими словами в адрес ребенка!

От каждого вашего слова зависит самооценка и вера в себя вашего ребенка. Раздражение, усталость, занятость - все это может заставить вас сказать в сердцах обидные вещи. Что-то вроде «Да отстань ты от меня со своими глупостями!», «Неужели трудно сразу хорошо сделать?» Подобные фразы обесценивают чувства, интересы и старания ребенка

3. Обнимайте ребенка!

Объятия - такой простой, но такой важный знак поддержки. Они ничего вам не стоят, а для ребенка значат целый мир: ведь в ваших объятиях и любовь, и забота, и защита от тревог, поражений и страха. Через объятия вы словно передаете собственную силу и уверенность своему ребенку, объятиями можно сказать то, что даже словами трудно выразить.

4. Пусть ребенок «подслушивает», как вы его кому-то хвалите!

Слушать о себе похвальные речи со стороны - очень приятно. А особенно маленькому человечку. И если в какой-то момент ребенок мог усомниться в искренности и честности ваших поддерживающих слов, сказанных наедине, то в публичных ситуациях сомнения пропадают - «мама и правда думает, что я великолепно рисую и быстрее нее считаю в уме!». Круто же!

5. Особые подарки!

Особые - не значит дорогие, иногда они вообще ничего не будут стоить. Особые - значит, замечают увлечения, мечты и устремления ребенка. Покупая ребенку такие особые подарочки, вы словно подтверждаете, что то, чем он занимается или то, что он любит, очень важно.



Мы работаем для Вас!



Ул. Любы Шевцовой, 53 тел.: 227-39-15, 201-91-16
эл. почта: mu019@list.ru сайт: <http://csocentr24.ru>
<https://vk.com/csocentr24>
<https://ok.ru/profile/550562800294>

**Часы работы: Понедельник – пятница
с 09:00 до 18:00
перерыв с 13:00 до 14:00**

Краевое государственное бюджетное
учреждение социального обслуживания
«Комплексный центр социального
обслуживания населения «Центральный»

**Как поддерживать
ребенка!**

(Памятка для родителей)

