

• **Слова поддержки:**

1. Зная тебя, я уверен, что ты все сделаешь хорошо.
2. Ты делаешь это очень хорошо.
3. У тебя есть некоторые соображения по этому поводу. Готов ли ты начать?
4. Это сложный вопрос, но я уверен, что ты готов к нему.

• **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.д.

• **Прикосновения:** похлопать по плечу; дотронуться до руки; мягко приподнять подбородок ребенка; приблизить свое лицо к его лицу; обнять его 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.

Хвалите ребенка! Причем хвалите не за то, что ему дано от природы, а за его достижения. Хвалите искренне и по делу. Хвалите не ребенка, а конкретный поступок.

Главное, любите своих детей, и пусть они не усомнятся в этом!

По интересующим Вас вопросам обращайтесь:

628011, г. Ханты-Мансийск, ул. Светлая,
65



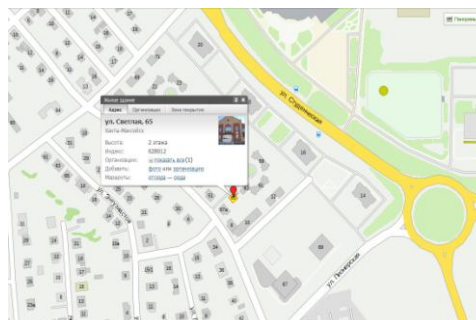
Корпус № 1, тел. 8
(3467) 930-761

E-mail:

oppvega@mail.ru

Сайт: www.vegahm.ru

Проезд маршрутным
такси № 22, 26



Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры



Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Ханты-Мансийский центр социальной помощи семье и детям»

Отделение социальной адаптации несовершеннолетних и молодежи

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Оказание родителями психологической поддержки детям



Ханты-Мансийск



Психологическая поддержка способна улучшить взаимоотношения детей и взрослых. При недостатке, отсутствии адекватной поддержки ребенок испытывает разочарование и склонен к различным аффективным поступкам.

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.

Для того чтобы научиться поддерживать ребенка, родителям, возможно, придется изменить привычный стиль общения и взаимодействия с ним. Вместо того чтобы обращать внимание прежде всего на ошибки и плохое поведение ребенка,



взрослому придется сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что он делает.

Поддерживать ребенка — значит *верить в него*. Вербально и невербально родитель сообщает ребенку, что верит в его силы и способности. Ребенок нуждается в поддержке не только тогда, когда ему плохо. Необходимо, чтобы взрослый обращал внимание на позитивные поступки ребенка и поощрял их.

Научите ребенка любить себя. Низкая самооценка – страшная вещь.

Окружающие будут его воспринимать именно таким, каким он сам себя видит.

Старайтесь ставить перед ребенком такие задачи, которые он сможет решить. Помните, что неудача порождает неудачу, а успех окрыляет и приведет к успеху в другом.

Оценивайте не ребенка, а его поведение. Поведение может быть неадекватным из – за неумения общаться, повышенного уровня тревожности

Не позволяйте никому насмехаться над своим ребенком. Он должен знать, что в вашем лице он всегда может найти

защиту, вы никогда не дадите его в обиду.

Чтобы поддержать своего ребенка, необходимо:

1. опираться на его сильные стороны;
2. избегать подчеркивания промахов;
3. показать, что вы довольны поведением;
4. уметь проявлять любовь и уважение;
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. позволить ребенку самому решать свои проблемы;
9. принимать индивидуальность ребенка;
10. проявлять веру в ребенка;
11. демонстрировать оптимизм.

