***Уважаемые родители!***

**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.

**Психологическая поддержка** – это процесс:

– в котором взрослый сосредоточивается на позитивных сторонах и преимуществах ребенка с целью укрепления его самооценки;

– который помогает ребенку поверить в себя и свои способности;

– который помогает ребенку избежать ошибок;

– который поддерживает ребенка при неудачах.

***Для того чтобы поддержать ребенка, необходимо:***

1.Опираться на сильные стороны ребенка.

2.Избегать подчеркивания промахов ребенка.

3.Показывать, что вы удовлетворены ребенком.

4.Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.

5.Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие,

такие, с которыми он может справиться.

6.Проводить больше времени с ребенком.

7.Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.

8.Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.

9.Уметь взаимодействовать с ребенком.

10.Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.

11.Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.

12.Принимать индивидуальность ребенка.

13.Проявлять веру в ребенка, эмпатию к нему.

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. 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.

***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», «Спасибо», «Все идет прекрасно», «Хорошо, благодарю тебя», «Я рад, что ты в этом участвовал», «Я рад, что ты пробовал это сделать, хотя все получилось вовсе не так, как ты ожидал»);
* прикосновений (потрепать по плечу; дотронуться до руки; мягко поднять подбородок ребенка; приблизить свое лицо к его лицу; 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).

