

**МАДОУ «Детский сад № 1» г. Тобольска
Консультация для родителей**

Эмоциональная поддержка ребенка в семье

**Педагог-психолог:
Каверзина Диана Ринатовна**



**Тобольск
2017 г.**



*Семья – источник вдохновения,
Где рядом взрослые и дети.
В семье от всех невзгод спасенье,
Здесь друг для друга все спасенье!*



О.В. Токмакова

Эмоциональная поддержка -

один из важнейших факторов, способных улучшить взаимоотношения между детьми и взрослыми. При недостатке или отсутствии адекватной поддержки ребенок испытывает разочарование.



Симптомы эмоционального напряжения ребенка:

- Частые неадекватные эмоциональные состояния (плач, депрессия, апатия, немотивированное проявление злости, пугливость, тревожность, конфликтность)
- Отсутствие положительных эмоций на новые игрушки;
- Снижение познавательной активности (отсутствие реакции новизны);
- Рисунки в темных тонах;
- Изменение двигательной активности (повышение - снижение);
- Изменения в аппетите;
- Проблемы со сном (бессонница);
- Изменения в поведении ребенка.





Эмоциональная поддержка — это процесс:

- в котором взрослый сосредотачивается 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 или исправлять их;
- который поддерживает ребенка при неудачах, оказывает ему внимание.

Поддерживать можно посредством:

- Отдельных слов (красиво, аккуратно, прекрасно, здорово, вперед, продолжай).
- Высказываний ("Я горжусь тобой!", "Мне нравится, как ты работаешь", "Это действительно про-гресс!", "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, мягко приподнять подбородок ребенка, 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 ложные способы, так называемые ловушки поддержки ребенка:

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





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

Слова поддержки:

- Зная тебя, я был уверен, что ты все сделаешь хорошо.
- У тебя есть некоторые соображения по этому поводу. Готов ли ты начать?
- Это серьезный вызов, и я уверен, что ты готов к нему.
- Это нелегко сделать, но ты сильный, ты справишься.
- В жизни бывают удачи и неудачи. Но вместе преодолеем трудности.

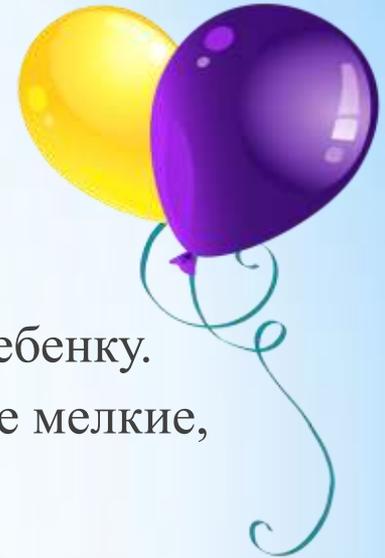
Слова, вызывающие разочарование:

- Зная тебя и твои способности, я думаю, ты бы мог сделать это гораздо лучше.
- Ты мог бы больше постараться, когда выполнял работу.
- Эту идею ты никогда не сможешь реализовать.
- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам сделаю.
- Ты еще маленький, чтобы делать такую работу.



Итак, чтобы поддержать ребенка, необходимо:

1. Опирается 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.



Помните!

- * Ребенка постоянно критикуют — он учится ненавидеть.
- * Ребёнок живёт во вражде — он учится быть агрессивным.
- * Ребёнок живёт в упрёках — он учится жить с чувством вины.
- * Ребенок растет в терпимости — он учится понимать других.
- * Ребенка хвалят — он учится быть благородным.
- * Ребенок растет в безопасности — он учится верить в людей.
- * Ребенка поддерживают — он учится ценить себя.
- * Ребёнка высмеивают — он учится быть замкнутым.
- * Ребенок живет в понимании и дружелюбии — он учится находить любовь в этом мире.





Берегите
своих детей.
Их за шалости
не ругайте.
Зло своих
неудачных дней,
Никогда на них
не срывайте.
Не сердитесь
на них всерьёз,
Даже если они
провинились.
Ничего нет
дороже слёз,
Что с ресничек
родных
скатились.