***Психологическая поддержка 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 поступкам.

Психологическая 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;
* 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 принятие и уважение к ребенку.
5. Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, такие, с которыми он может справиться.
6. Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.
7. Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
8. Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
9. Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
10. Принимать индивидуальность ребенка.
11. Проявлять веру в ребенка, эмпатию к нему.
12. Демонстрировать оптимизм.

***Домашняя программа вознаграждения и поощрения***

*Включает следующие моменты:*

1. Каждый день перед ребенком ставится определенная цель, которую он должен достичь.
2. Усилия ребенка при достижении этой уели всячески поощраются.
3. В конце дня поведение ребенка оценивается в соответствии с достигнутыми результатами.
4. Родители периодически отмечают изменения в поведении ребенка.
5. При достижении значительного улучшения в поведении ребенок получает давно обещанное вознаграждение.

**Примерами поставленных целей для ребенка**могут быть:

* хорошее выполнение домашних заданий;
* помощь более слабому однокласснику в приготовлении уроков;
* примерное поведение;
* уборка в своей комнате;
* приготовление обеда;
* покупки и др.

В разговоре с ребенком и особенно, когда вы даете ему задания, избегайте директивных указаний, поверните ситуацию таким образом, чтобы ребенок почувствовал: он сделает полезное дело для всей семьи, ему всецело доверяют, на него надеются. При общении с сыном или дочерью**избегайте постоянных одергиваний типа «сиди спокойно» или «не болтай, когда я с тобой разговариваю» и другие неприятные для него вещи.**

Несколько **примеров поощрений и вознаграждений:**разрешите ребенку посмотреть телевизор вечером на полчаса дольше положенного времени, угостите специальным десертом, дайте возможность поучаствовать в играх вместе со взрослыми (лото, шахматы, монополия), позвольте лишний раз сходить на дискотеку, купите ту вещь, о которой он давно мечтает.

Если ребенок в течение недели ведет себя примерно, в конце недели он должен получить дополнительное вознаграждение. Это может быть какая-то поездка вместе с родителями за город, экскурсия в зоопарк, в театр и др.