

**Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное
Учреждение «ЦРР-детский сад №15 «Незабудка»**

**Консультация с родителями
на тему: «Поддержка и внушение уверенности в себе детей с ОВЗ»
Педагог-психолог: Пономаренко Э.М.**



г. Каспийск 2025г.

Введение

Дорогие родители! Вы — главный помощник и опора для своего ребенка, особенно если он имеет ограниченные возможности здоровья (ОВЗ). Ваша поддержка и вера в него играют ключевую роль в формировании его уверенности в себе. Уверенность в себе — это не просто положительное отношение к себе, это основа для успешной социализации, личностного роста и достижения целей.

1. Создание позитивной атмосферы

Эмоциональная поддержка

Эмоциональная поддержка включает в себя создание теплой, безопасной и любящей обстановки, где ваш ребенок сможет открыто выражать свои чувства и переживания. Это важно, потому что дети с ОВЗ могут сталкиваться с дополнительными трудностями, которые могут вызывать у них страх или неуверенность.

Как это сделать правильно?

Регулярные разговоры: Уделяйте время для общения с ребенком. Слушайте его, задавайте вопросы о его днях, интересах и мечтах. Это поможет ему почувствовать, что его мнение важно.

Проявление интереса: Участвуйте в увлечениях ребенка, будь то рисование, спорт или чтение. Это не только укрепит вашу связь, но и покажет ребенку, что его интересы важны.

Безусловное принятие

Это означает, что вы принимаете своего ребенка таким, какой он есть, независимо от его особенностей. Это создает основу для уверенности, позволяя ему быть самим собой.

Как это сделать правильно?

Избегайте сравнений: Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, даже если это делается с добрыми намерениями. Каждый ребенок уникален и развивается в своем темпе.

Поддержка в трудные моменты: Будьте рядом, когда ребенку сложно. Убедите его, что неудачи — это часть процесса обучения.

2. Развитие навыков и умений

Постепенное освоение новых задач

Дети с ОВЗ могут нуждаться в дополнительном времени для освоения новых навыков. Постепенное увеличение сложности задач поможет им почувствовать успех.

Как это сделать правильно?

Дробите задачи на этапы: Начинайте с простых заданий и постепенно увеличивайте их сложность. Например, если ваш ребенок учится писать, начните с простых букв, затем переходите к словам.

Отмечайте успехи: Хвалите ребенка за каждое достижение, даже если оно кажется вам незначительным. Это поможет ему увидеть свой прогресс.

Поощрение самостоятельности

Самостоятельность помогает ребенку развивать уверенность в своих силах и принимать решения.

Как это сделать правильно?

Дайте выбор: Позвольте ребенку выбирать, что он хочет надеть, чем заниматься или что поесть. Это даст ему чувство контроля.

Поддерживайте инициативу: Если ваш ребенок хочет попробовать что-то новое, поддержите его. Это может быть участие в кружке или спортивной секции.

3. Социальная интеграция

Создание возможностей для общения

Общение с другими детьми помогает развивать социальные навыки и уверенность.

Как это сделать правильно?

Организуйте встречи с ровесниками: Участвуйте в групповых мероприятиях, где ваш ребенок сможет взаимодействовать с другими детьми. Это может быть детская площадка, кружок по интересам или спортивные секции.

Поощряйте дружбу: Помогите вашему ребенку завести друзей. Это может быть совместное времяпрепровождение, игры или помощь с домашними заданиями.

Поддержка в общении

Дети с ОВЗ могут испытывать трудности в общении, поэтому важно обучать их необходимым навыкам.

Как это сделать правильно?

Обучение навыкам общения: Проводите ролевые игры, где ваш ребенок сможет практиковать навыки общения. Это поможет ему чувствовать себя увереннее в социальных ситуациях.

Развивайте эмоциональный интеллект: Обсуждайте с ребенком эмоции — как свои, так и чужие. Это поможет ему лучше понимать окружающих и выражать свои чувства.

4. Позитивное мышление

Формирование позитивного взгляда на себя

Что это значит? Позитивное мышление помогает ребенку видеть свои сильные стороны и достижения.

Как это сделать правильно?

Обсуждение сильных сторон: Регулярно говорите с ребенком о его талантах и достижениях. Это может быть даже простая похвала за усилия.

Создание «доски достижений»: Сделайте визуальную доску, на которой будут размещены его достижения, рисунки или фотографии. Это будет напоминать ему о его способностях.

Работа с негативными мыслями

Дети с ОВЗ могут сталкиваться с негативными мыслями о себе, что снижает их уверенность.

Как это сделать правильно?

Обучайте распознавать негативные мысли: Помогите ребенку понять, что негативные мысли — это не факты. Например, если он говорит: «Я не умею это делать», обсудите, как он может улучшить свои навыки.

Позитивные аффирмации: Прививайте ребенку привычку повторять позитивные утверждения о себе, такие как «Я способен», «Я умный» и т.д.

5. Участие в активностях

Спорт и творчество

Что это значит? Занятия спортом и творчеством помогают развивать уверенность и самовыражение.

Как это сделать правильно?

Выбор активности: Позвольте ребенку выбрать вид спорта или творческое занятие, которое ему интересно. Это может быть рисование, музыка, танцы или командные виды спорта.

Поощрение участия: Поддерживайте его в занятиях, посещайте соревнования или выставки, где он может продемонстрировать свои достижения.

Волонтерство

Участие в волонтерских проектах помогает ребенку чувствовать свою значимость и полезность.

Как это сделать правильно?

Ищите возможности: Найдите местные волонтерские организации, где ваш ребенок может участвовать. Это может быть помощь в приюте для животных, участие в благотворительных акциях и т.д.

Обсуждайте опыт: После участия в волонтерских проектах обсуждайте с ребенком, как он себя чувствовал и что нового узнал.

Практические рекомендации:

Регулярные беседы: Создавайте атмосферу доверия, где ребенок сможет открыто делиться своими переживаниями и успехами. Это поможет ему чувствовать себя значимым.

Визуализация успеха: Создайте «доску достижений», где ребенок сможет видеть свои успехи. Это станет источником вдохновения и мотивации.

Поддержка в трудные моменты: Будьте рядом, когда ребенку сложно. Обсуждайте неудачи как часть процесса обучения, помогая ему находить решения и выходы из сложных ситуаций.

