

Родителям детей с синдромом дефицита внимания

- В отношениях с ребёнком необходимо придерживаться «позитивной модели»: хвалить его, когда он заслуживает.
- Необходимо избегать повторений слов «нет», «нельзя».
- Следует говорить с такими детьми сдержанно, спокойно и мягко.
- Для подкрепления устных инструкций важно использовать зрительную стимуляцию.
- Необходимо поощрять ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.
- В доме важно поддерживать чёткий распорядок дня.
- Ребёнку следует давать только одно задание на определённый отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
- Во время игр таких детей нужно ограничивать лишь одним партнёром, избегая при этом беспокойных, шумных приятелей.
- Следует оберегать от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
- Важно давать ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.