

NADPOBUDLIWOŚĆ PSYCHORUCHOWA (ADHD) CZ. IV

KRÓTKIE „ABC” JAK POSTĘPOWAĆ WOBEC DZIECKA?

- sadzaj dziecko możliwie daleko od rozpraszających obiektów
- dawaj krótkie i zwięzłe polecenia, np. podejdź do mnie
- dziel zadanie na etapy; każdy etap umieść na osobnej kartce jeśli to możliwe, daj kolejne kolejne zadanie, dopiero po ukończeniu pierwszego
- sprawdzaj czy dziecko nie pominęło elementów zadania – zachęcaj je do ponownego czytania poleceń
- możesz przygotowywać dla dziecka listę zadań – wykonane można wykreślać lub zamazać zakreślaczem
- pozwól dziecku na chwilę odpoczynku pomiędzy zadaniami
- skracaj dziecku notatki do przepisania
- wskaż dziecku najważniejsze fragmenty do nauki – zaznaczcie je
- wklejaj na końcu lekcji kartki z najważniejszymi informacjami do zeszytu dziecka
- sprawdzaj co jakiś czas czy dziecko pracuje
- zwracaj się bezpośrednio do dziecka podczas tłumaczenia polecenia
- sprawdzaj uwagę dziecka: poproś go o powtórzenie pytania lub polecenia
- kiedy rozmawiasz z dzieckiem niech widzi twoją twarz
- przypominaj dziecku zasady tyle razy, ile tego potrzebuje; proś o powtórzenie, tego co usłyszało, zostań przy nim aż zastosuje się do polecenia
- staraj się zachować spokój w trudnych sytuacjach – nie krzycz
- ustal podstawowe i nienaruszalne zasady obowiązujące w domu i szkole – kontrakt lub lista zawieszona w widocznym miejscu
- wyciągaj konsekwencje ze złamanych zasad czy nieodpowiedniego zachowania
- naucz się przewidywać i rozpoznawać zbliżający się atak agresji – pozwól na złość w sposób akceptowalny
- zawsze sprawdzaj i nagradzaj dobrze wykonane zadanie