

Памятка для родителей ребенка с СДВГ

1

Определите для ребенка рамки поведения – что можно и что нельзя. Гиперактивные дети должны справляться с обычными для всех проблемами. Они не нуждаются в том, чтобы их отстраняли от требований, которые применяют к другим

2

Избегайте слов «нет» и «нельзя». Негативные методы для детей с СДВГ неэффективны. Порог чувствительности у них к отрицательным стимулам высок – они плохо воспринимают наказание, но быстро реагируют на похвалу

3

Используйте модель позитивного закрепления в воспитании

4

Введите балловую систему вознаграждения за положительные поступки. Совместно с ребенком определите действия, за которые он может набирать баллы и тратить их потом на вознаграждения

5

Определите одинаковые методы воспитания с родственниками и другими близкими. Расскажите окружающим, как правильно вести себя с ребенком

6

Совместный досуг поможет уменьшить вызывающее поведение ребенка

7

Сохраняйте спокойствие при общении с ребенком – это будет лучшим примером поведения для него

8

Организируйте для ребенка четкий режим дня, включающий отдых и занятия

9

Сформируйте список домашних дел, которые необходимо выполнять ребенку

10

Организируйте для ребенка занятия спортом – они помогут сбросить накопленную энергию

11

Создайте для ребенка отдельное рабочее место. Если ему трудно дается учеба, то не требуйте высокие оценки по всем предметам. Выберите несколько основных, на которые можно сделать упор