РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ (СДВГ)

- Не лелейте иллюзию, что СДВГ проходит само собой – не проходит, а остается на всю жизнь.
- Такого ребенка нужно научить жить в социуме и адаптировать к жизни.
- Подростковый возраст – очень уязвимый возраст для таких детей, тянет их на всякие НЕ очень полезные приключения. Подросток должен быть постоянно занят чем-то полезным.
- Много разговаривайте, обсуждайте причинно-следственные связи.
- Не культивируйте вину в ребенке. Он НЕ ВИНОВАТ, что так работает его мозг.
- Приучайте к режиму и планированию жизни.
- Приобщайте к ответственности и благотворительности (только с умом).
- Не требуйте высоких оценок – это невозможно. Хотя ребенок ваш будет удивлять вас своими познаниями.
- СПОРТ обязателен для таких детей!!! (НО, без боевых искусств, никакого карате или бокса, дабы не культивировать агрессию). Полезен футбол, плаванье, акробатика, бег, прыжки, танцы…
- Обязательно выработать систему поощрения (бальную систему), это помогает родителю и повышает самооценку ребенка.
- Ищите школу для ребенка, где не больше 12 детей в классе. Когда много детей, нервная система у детей с СДВГ легко перевозбуждается, сложно сосредоточиться и поведение может быть неуправляемо. Да и учителю тяжело, когда детей 30, а тут еще ребенок, который стоит всех 10-х.
- Будьте сотрудником для педагога. Помогайте, выходите на встречу и не осуждайте педагога, если тот не справляется. Не забывайте, что у него есть еще другие дети. Снабжайте педагога информацией.
- Учите быть другом и дружить. Приглашайте в гости других детей, создавайте среду для общения и социализации ребенка.
- Работа с психологом для таких детей и родителей обязательна. Очень хорошо корректирует поведение таких детей Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ).