

Как помочь невнимательному ребенку

Разбрасывает вещи, забывает тетради, карандаши, залезает под парту, на уроке встает и ходит. Из-за рассеянности не успевает выполнить классную работу. - описывает поведение учительница.

Как выглядит поведение на уроке: первые три минуты ребенок копается в портфеле в поисках учебника и тетради, следующие пять - перебирает вещи в рюкзаке. Когда поиски закончились, просит повторить задание, затем переспрашивает, потому что не нашел нужную страницу.

Другие дети уже тянут руки и готовятся отвечать, он залезает под парту и напевает оттуда веселую песню...

Что еще говорят учителя и родители о поведении невнимательного, гиперактивного ребенка: слышит, но не слушает, не могу достучаться до него; начинает новое дело, не закончив старое; теряет и забывает вещи: ключи, тетради, учебники; вокруг него в классе бардак.

Как помочь невнимательному ребенку?

23 стратегии работы с гиперактивными детьми

1. Давайте ребенку короткие и ясные инструкции. Повторите, если нужно.
2. Делите большую задачу на несколько маленьких
3. Напоминайте ребенку о необходимости довести начатое до конца. Это учит ребенка начинать и заканчивать работу.
4. Используйте интересные материалы: работу руками, зрительную и слуховую помощь.
5. Уменьшите беспорядок в классе или комнате. Уберите лишние картинки, висящие предметы.
6. Помогите ребенку держать рабочее место в порядке. Правильно организованное пространство помогает.
7. Уменьшите движение и шум в классе. Посмотрите, кто сидит рядом с ребенком.
8. Меньше говорите. Используйте короткие предложения (это полезно для всех детей)
9. Планируйте деятельность. Продумайте, что вы будете делать, когда ребенок будет суетиться, перестанет следить за уроком, перестанет спокойно сидеть на месте. Разработайте план Б, прежде, чем проблема наступит.
10. Поощряйте правильные ответы. Дети с СДВГ чувствительны к неудачам.
11. Хвалите конкретное поведение. Вместо "Ты хорошо потрудился", скажите "Ты отлично следовал инструкции! Ты поместил слова в нужное место"

12. Позвольте беспокойному ребенку двигаться; стоять у стола. Не наказывайте ребенка лишением перемены.
13. Чередуйте активные и спокойные задания. Дайте ребенку время для переключения. Подавайте сигналы, когда соберетесь переходить от одного задания к другому, чтобы ребенок переключил внимание.
14. Готовьте ребенка ко всем переменам. Сохраняйте рутину. В непредсказуемой ситуации, у них появляется тревожность и беспокойство.
15. Используйте маленькие контейнеры, чтобы избежать беспорядка
16. Сделайте отдельное “место для размышлений”, куда ребенок пойдет, когда он теряет контроль над собой. Это не наказание. Это способ успокоиться.
17. Научите ребенка регулировать поведение, когда оно выходит из под контроля. Спрашивайте, “что ты будешь делать, когда...”
18. Используйте игры занимающие внимание ребенка. Например, быть тихим, как мышь, когда проходишь мимо кабинета директора.
19. У ребенка бывают “трудные дни”. Не принимайте их на свой счет. Научите ребенка распознавать их приближение и справляться с ними заранее.
20. Разделяйте ребенка и поведение. Сначала смотрите на ребенка, а потом на поведение.
21. Помогайте ребенку использовать свои сильные стороны. Если ребенок силен в математике, спрашивайте его на математике.
22. Указывайте на позитивные моменты. Говорите ребенку, когда у него хорошее поведение.
23. Вовлекайте родителей в совместную деятельность. Партнерские отношения с родителями минимизируют негативное поведение ребенка.

Источник: http://www.adhd-made-simple.com/ADHD_Children.html

Перевод: Павел Гришель, психолог.

Оригинал перевода на русском: <http://artspaceblog.ru/>