

*Wskazówki wychowawcze dla rodziców dziecka z nadpobudliwością psychoruchową.*

A) Należy przestrzegać uregulowanego trybu życia codziennego – ustalone godziny wstawania rannego, snu (dziecko nadpobudliwe wymaga więcej snu od innych) pory wieczornego układania się do snu, posiłków, czasu odrabiania lekcji, zabawy.

B) Konieczne jest stopniowe, ale systematyczne wdrażanie dziecka do obowiązków i zajęć domowych z równoczesnym przestrzeganiem potrzeby ukończenia każdej rozpoczętej czynności.

C) Wskazane jest ograniczenie ilości różnorodnych i szybko zmieniających swą formę zajęć i czynności dziecka.

D) Nie hamować nadmiernie ruchliwości dziecka, pozwalać na zaspokojenie potrzeb ruchu, jednak w odpowiedniej formie w sposób właściwie zorganizowany pod opieką osób dorosłych np. zajęcia sportowe w szkole lub klubie sportowym.

E) Odrabianie lekcji w domu powinno być stałym obowiązkiem ucznia, podczas którego należy przestrzegać następujących zasad: lekcje powinny być odrabiane w warunkach spokoju i ciszy, dziecku należy zapewnić stałe miejsce do odrabiania lekcji. Na biurku podczas uczenia się powinny być tylko te przedmioty, które są niezbędne do pracy. W chwilach zmęczenia (osłabienie koncentracji uwagi) dziecko powinno wykonać krótką gimnastykę, bądź też na bardzo krótko należy zająć je innymi czynnościami. Podczas uczenia się należy, tam gdzie jest to potrzebne, wykorzystywać głośne czytanie, co sprzyja koncentracji uwagi.

F) Zachęcać i wdrażać dziecko do czytelnictwa przez wspólne czytanie i omawianie książek. Interesująca książka uczy, a równocześnie działa uspokajająco.

G) Rodzice powinni kontrolować czas wolny dziecka i pomagać mu w jego organizowaniu.

H) Całość oddziaływań wychowawczych w stosunku do dziecka nadpobudliwego wymaga od wszystkich członków rodziny bardzo dużo spokoju, cierpliwości i zyczliwości oraz zrozumienia i konsekwencji.