

Pomoc w zaburzeniach uwagi:

- Skracanie i upraszczanie zadań. Rozłóż polecenie na kilka krótszych. Przechodź do następnego gdy dziecko wykona poprzednie.
- Tworzenie planów, skryptów czynności np. Ubierania się, z wykorzystaniem obrazków.
- Usuwanie zbędnych a rozpraszających bodźców, z miejsca gdzie chcemy by dziecko skoncentrowało się na jednej czynności np. Jedzenie obiadu: niech siedzi twarzą do ściany, do rodzica, telewizor i inne rozpraszacze dźwiękowe wyłączone. Ubieranie się: wyznaczone i ograniczone wizualnie i przestrzennie miejsce.
- Przywoływanie uwagi dziecka. Gdy widzimy, że dziecko "odpływa" w niewłaściwą stronę podajemy krótki komunikat przypominający o aktualnym zadaniu, np.: "Patrz w talerz", " Wkładaj buty", " Sprzątaj klocki".
- Upewnij się, że dziecko słucha. Poproś o powtórzenie polecenia, ewentualnie niech dziecko powie jak będzie wykonywać polecenie.
- Gdy dziecko wykonuje zadanie wymagające dłuższego siedzenia i pracy umysłowej może być konieczna przerwa na ruch.
- Chwal dziecko za wysiłek wkładany w wywiązywanie się z realizacji poleceń.
- Konsekwencje wyciągaj jedynie wtedy, gdy dziecko świadomie i złośliwie unika wykonania zadania, polecenia, bawi się jedzeniem, w trakcie ubierania. Jeśli przywołanie uwagi sprawia, że dziecko wraca do wykonywania zadania jest to objaw zaburzeń uwagi, a nie jak wyżej zachowań trudnych i niepożądanych.
- Jeśli zaburzenia uwagi wiążą się z możliwością stworzenia niebezpieczeństwa dla dziecka lub innych należy przede wszystkim omówić z nim wcześniej plan postępowania, konsekwencje jakie go spotkają za nieprzestrzeganie planu, udzielaj co jakiś czas przypomnień o planie w trakcie jego trwania np. pilnowanie się rodzica w trakcie różnego typu wyjść w miejsca publiczne.

- Okazuj dziecku akceptację pomimo jego trudności. Może się okazać, że przez długi czas będzie wymagał pomocy drugiej osoby w trakcie wykonywania wielu czynności.

Opracowała: Aneta Kielan