Základní rady pro výchovu dítěte s ADHD

* + Reagujte na chování dítěte okamžitě. Poskytujte dítěti bezprostředně zpětnou vazbu
  + Hodnocení je efektivní co nejčastější, stručně
  + Ocenění používejte názorná a jasně srozumitelná (odpovídající věku dítěte)
  + Používejte pochvaly místo trestu
  + Zviditelněte čas (budík, kuchyňská minutka, přesýpací hodiny)
  + Zviditelněte důležité informace (lze vyrobit kartičky a ty dát na nástěnku, stěnu)
  + Vytyčte problém, pojmenujte jej
  + Snažte se o soustavnost (pravidelně, opakovaně)
  + Zachovejte klidnou hlavu – Nerozčilujte se, jednejte klidně
  + Předvídejte problémové situace (jako rodič své dítě znáte nejlépe, rozumíte mu)
  + Problémy dítěte nejsou váš osobní problém
  + Co se stalo, nedokážete změnit. Smiřte se s tím a naplánujte změny
  + Myslete na budoucnost

Co dítě potřebuje?

1. **Stálost**
2. **Vzor** - Já vychovatel (rodič-učitel)
3. **Předvídatelnost**
4. **Laskavost** - Odměny i za maličkosti (hlavně).
5. **Vytrvalost**  - Nenechat se znechutit. (I když se stejná situace opakuje už poněkolikáté. Stále podle špatného scénáře. Nevzdat se)
6. **Spravedlivost**
7. **Jistota**
8. **Důslednost** - Nenechat se manipulovat.
9. **Důvěra**  (všech zapojených: dítě – rodič – pedagog – psycholog – psychiatr).

Zpracovala Mgr. Bc. Kateřina Vránová

Použité materiály: přednáška Dany Trávníčkové