

افتا

جمعية دعم اضطراب  
فرط الحركة و تشتت الانتباه

## كيف تساعد طفلك المصاب بافتا؟

مساعدة الأطفال والمراهقين المشخصين باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه قد تشكل تحدياً للآباء والأمهات، ولكن هناك أشياء يمكنك القيام بها للمساعدة مثل :

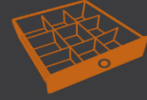
معرفة أكبر قدر ممكن عن اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه.



وضع جدول زمني لكافة الأعمال من الاستيقاظ وحتى النوم.



تنظيم الأدوات اليومية وترتيبها، مثل: الملابس والألعاب.



استخدم التخطيط والتنظيم للقيام بالأعمال المنزلية، والأنشطة اليومية.



وضع قواعد واضحة وثابتة في المنزل.



الثناء والمكافأة عند صدور سلوك إيجابي من الطفل.



تحديد تقنيات انضباط مناسبة عند صدور سلوك سلبي، مثل: زاوية العقاب والتجاهل التام للطفل حتى يعرف خطأه.



التواصل المستمر مع مدرسة الطفل ومعلمه.



الاستفادة من الاستشاري الأسري، و المتخصصون في تعديل السلوك.



إذا كان قد تم وصف دواء للطفل، يجب التأكد من أخذه في وقته و وفقاً للتوجيهات.

