



أطفال افتنا الذين يعانون من تشتت الانتباه قد تكون لديهم مشكلة في الاستماع لتوجيهاتك والتقليد بها. لذلك سنقدم لك بعض النصائح التي ستساعد على تجاوز هذه المشكلة.

٥ التحقق من الفهم

اطلب من طفلك تكرار تعليماتك أو أن يشرحها لك بكلماته الخاصة، فذلك يعطيه الفرصة أيضاً لطرح مألديه من تساؤلات، وحتى تتأكد من فهمه للتوجيهات و توضيح مآقلته في حال أساء الفهم.



١ اطلب من طفلك إبقاء الاهتمام

إعطاء التوجيهات عندما يكون طفلك في حالة من عدم التركيز لك مضيعة للوقت. اجذب انتباه طفلك لك بسؤاله: "انظر نحوي، أنا أحتاج منك أن تستمع لي الآن".



٢ قلل من الملهيات

من الصعب أن تجذب انتباه طفلك وتحافظ على تركيزه معك وهو يلعب بألعاب الفيديو مثلاً أو عندما يكون صوت التلفاز عالياً. ابعد مايششت انتباهه وتأكد من أنه ينظر لك أثناء التحدث معه.



٦ كن دقيقاً في توجيهاتك

قد تعتقد أن طفلك لا يلتزم بتوجيهاتك كأن تطلب منه مثلاً تنظيف غرفته بينما هو قد يكون لديه صعوبة في معرفة كيف يبدأ. لذلك كن دقيقاً كأن تقول "رتب سريرك، التقط النفايات من الأرض، ضع ملابسك المتسخة في سلة الغسيل".



٣ تكلم بهدوء

قد تكون معتاداً على التحدث بصوت عالي وبشكل صارم عند إعطاء التوجيهات لطفلك، في حين أنك قد تجذب انتباهه من خلال التحدث معه بطريقة حانية وصوت هادئ.



٧ استخدم الإشارات البصرية

بعض الأطفال الذين لديهم مشكلة في الفهم اللغوي يمكنك الإشارة إلى ماتطلب منهم عمله، على سبيل المثال، أن تقول له: قم برسم الجدول كما رسمت أنا، أو رتب ملابسك بنفس الطريقة التي فعلتها أمامك.



٤ استخدم "وقت للانتظار"

استخدم "وقت للانتظار" وهو أن تتوقف لمدة ٣ إلى ٧ ثواني بعد طرح الأسئلة والتوجيهات على طفل افتنا، حيث بينت البحوث أن هذه الوقفة تتيح للطفل أن يستوعب المعلومات بشكل أفضل ويستجيب لما تقوله بشكل مناسب.

