

7. หลีกเลี่ยงการพาเด็กไปในสถานที่ที่วุ่นวาย หรืองานพิธีที่ต้องการความสงบมากๆ
8. หลีกเลี่ยงการช่วยผู้ใหญ่ให้เด็กโกรธ
9. ไม่ประณามเด็กในทางที่ไม่ดี
10. ควรฝึกวินัยจากการทำกิจวัตรประจำวัน ให้เด็กได้เรียนรู้ว่าเวลาใดควรทำอะไร เช่น เวลาใดควรทำการบ้าน การมี กำหนดเวลาทำกิจวัตรประจำวัน จะทำให้การใช้เวลามีลักษณะที่ชัดเจน เด็กจะ เกิดความรู้สึกว่าควบคุมตนเองได้ดีจริงๆ
11. ให้เด็กได้ทำสิ่งที่ชอบและทำได้ดี เพื่อเสริม ความภูมิใจในตนเอง ให้คำชมและให้ กำลังใจเมื่อเด็กมีสมาธิมากขึ้น เช่น ชมเชยเมื่อเด็กอยู่นิ่งได้นานกว่าปกติที่เคยเป็นแม่เพียงเล็กน้อย



เอกสารอ้างอิง : หนังสือ "เพื่อครอบครัวเด็กสมาธิสั้น/ สำหรับผู้ปกครองและครู" , ผศ.นพ.ธีระเกียรติ เจริญเศรษฐศิลป์



หลักการบ่มเพาะ เด็กสมาธิสั้น



เราช่วยเขาได้ ถ้าทำนยัด ในหลักการบ่มเพาะ

งานกิจกรรมบำบัด
ศูนย์การศึกษาพิเศษ เขตการศึกษา 4 จ. ตรัง

เด็กสมาธิสั้น (SHORT ATTENTION SPAN)

เป็นภาวะที่เด็กมีสมาธิหรือความสนใจในสิ่งต่างๆ สั้นหรือถูกดึงให้เบี่ยงเบนง่ายๆ หรือชนมากกว่าเด็กทั่วไปตามอายุ

อาการและอาการแสดง

1. ไม่สามารถจดจ่อกับสิ่งที่ทำได้
2. เคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลาไม่อยู่นิ่ง
3. มีพฤติกรรมการเล่นที่รุนแรง
4. กระสับกระส่ายผิดปกติ วอกแวกง่าย

เด็กจะมีอาการก่อนอายุ 7 ปี มักเห็นอาการได้ชัดเมื่อเด็กเข้าโรงเรียน แต่อาการดังกล่าวเกิดขึ้นในสถานการณ์ ทั้งที่บ้าน โรงเรียนและขณะเล่น



สาเหตุ

ยังไม่ทราบแน่ชัดแต่มีปัจจัยหลายประการที่เกี่ยวข้องได้แก่ พันธุกรรม, ภาวะสมองทำงานผิดปกติ, ความบกพร่องของระบบสื่อประสาท, การเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมของเด็กที่มีสิ่งรบกวนอย่างมาก

หลักการช่วยเหลือ

เด็กสมาธิสั้นต้องการความช่วยเหลือที่จะช่วยให้สงบและจดจ่อกับได้ เด็กไม่ได้ตั้งใจ ชน ก้าวร้าว ทำของเสียหาย อาการที่เกิดขึ้นเป็นความผิดปกติของสมอง ผู้ปกครองและครูควรดูแลเด็กในเรื่องต่างๆดังต่อไปนี้

1. ให้ความอบอุ่นและความเอาใจใส่ต่อเด็ก ปฏิบัติต่อเด็กด้วยท่าทีที่สงบ ใช้คำพูดสั้นๆ ชัดเจนด้วยเสียงปกติ
2. ลดสิ่งรบกวนที่ทำให้เบี่ยงเบนความสนใจ เช่น จัดให้เด็กนั่งหน้าชั้นให้ของเล่นที่ละชิ้นเป็นต้น

3. หลีกเลี่ยงการเล่นที่รุนแรง ควรให้เด็กเล่นกลางแจ้ง ออกกำลังกายให้ระบายพลังที่มีอยู่ ระวังอันตรายและไม่ควรปล่อยให้เล่นจนเหนื่อยมากเกินไป เพราะจะทำให้มีอาการชุกชุนมากขึ้น
4. รักษาระเบียบภายในบ้าน อย่างสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงการใช้คำว่า "ห้าม" บ่อยๆ
5. มอบหมายงานแต่ละครั้งไม่ให้มากเกินไป ควรให้เด็กทำงานเสร็จทีละอย่าง ชื่นชมและยอมรับเพื่อให้เด็กตั้งใจและทำได้สำเร็จ
6. หลีกเลี่ยงการลงโทษที่ใช้ความรุนแรง หรือทำให้เด็กเกิดความกลัว

