***УЗ «Могилевская областная психиатрическая больница».***

**Памятка для детей с СДВГ.**



**Золотое правило - Остановись-подумавй-действуй!**

1. Когда сталкиваешься с трудностью – остановись и проанализируй проблему.
2. Подумай, какими могут быть разные пути решения проблемы и каковы положительные и отрицательные стороны и последствия выбора каждого их них.
3. Выбери тот способ действий, который считаешь наилучшим.
4. Действуй.
5. Если не удаётся достичь желаемого  результата – не отчаивайся, а выбирай запасной вариант.

***Успехов!***

***Телефон экстренной психологической помощи «Телефон доверия» - 80222 711161***