

## **Консультация для родителей “Импульсивность ребенка. Как быть?”**

Дорогие родители, продолжаем цикл бесед “Как быть?...” Думаю, что вы со мной согласитесь, что импульсивное поведение детей, как никакое другое вызываем множество жалоб и нареканий родителей и педагогов.

Импульсивность - такая особенность поведения, которая заключается в склонности действовать поспешно, не рассуждая, не обдумывая слов и поступков, под влиянием чисто внешних обстоятельств и нахлынувшей эмоции. Импульсивность проявляется в самых разных формах: от рассеянности и невнимательности до агрессивных поступков и нарушения дисциплины.

Дети с импульсивным поведением часто не могут контролировать свои эмоции, что приводит к конфликтам с окружающими и проблемам в учебе и общении.

Существует множество причин, которые могут привести к импульсивному поведению у детей. Одной из возможных причин импульсивности может быть особенности темперамента- холерик. Импульсивность обусловлена преобладанием возбуждения над торможением, слабостью нервной системы и процессов торможения. Ещё одной причиной можно назвать отсутствие навыков саморегуляции и самоконтроля. Несформированность эмоционально-волевой сферы также может служить развитию импульсивности, способствует вызову, проявлению неконтролируемых порывов и богатая разнообразными впечатлениями среда.

Для того, чтобы склонность действовать поспешно, не рассуждая и не обдумывая, была наименее проявлена, необходимо соблюдать следующие рекомендации:

- Обсуждайте совместный план на день (планирования формирует организованность, дисциплину, самоконтроль поведения) Включайте в план время для совместных игр и общения.
- Разработайте «в детский планер» на неделю с конкретными и посильными делами для ребенка. Договоритесь о разумной системе поощрений и наказаний за несоблюдение договоренностей.
- Играйте с ребенком в игры, направленные на развитие внимания, коммуникативных навыков, подвижные игры с правилами.
- Ребенок должен иметь постоянные трудовые поручения (соответствующие возрасту) и выполнять их систематически - это воспитывает умение управлять собой, ответственности.
- Будьте сами образцом сдержанности, ответственности, исполнительности.

- Доброжелательно, но настойчиво следите за выполнением всех начатых ребёнком дел ( игра, рисование, лепка и т.п.)
- Соблюдайте четкий режим жизни ребенка: занятий игр, отдыха сна, питание и так далее. Нарушения привычного распорядка приводят к накоплению физической и психической усталости ребенка. В результате возникают капризы и истерики.

### **Полезные игры дома.**

#### **Прием “проговаривания”.**

Проговаривание своих действий вслух до начала выполнения и в процессе позволит уменьшить вероятность проявления импульсивных ошибок при выполнении действий и заданий.

#### **Выбрасываем злость.**

Дайте ребенку, сделанные из бумаги, черный тучки или темные кляксы, предложите сложить их в мешок. При этом побуждайте ребенка рассказать, какие плохие поступки или настроение были у него сегодня. Договоритесь с ребенком, что вы складываете вашу злость и обиду или другую отрицательную моду в этот мешок и идёте выбрасывать её



#### **Сочини историю.**

Эта игра поможет понять с переживания ребенка. Сочините вместе с ребенком, историю о мальчике/девочке, которые были очень похожи на вашего малыша и которых даже звали также. Пусть ребёнок начнет рассказывать о том, как жил вымышленный герой, а вы направляйте историю, вставляя проблемы, ситуации, схожие с теми, которые актуальны

для вас. Ребенок же должен описать чувства персонажа, обозначить его желания, мотивы, а также рассказать, как герой справляется с ситуацией.

### **Проводник.**

Отличная игра, которая поможет не только установить тактильный контакт с ребенком, но и укрепить доверие между вами.

*1ый вариант.* Взявшись за руки, вы должны пройти по всему вашему дому, в комнате, квартире, не размыкая рук.



*2ой вариант.* Один из вас идет с открытыми глазами, а 2- закрытый. Тот, что с открытыми глазами, держит за руку и диктует, что делать тому, кто с закрытыми. Удивительная игра: она учит ваш проверять ребенку, а малыша-брать ответственность на себя.



Конструктивного взаимодействия с вашим ребенком и благоприятного климата в вашей семье!

Консультацию подготовила  
педагог-психолог Герасимчук Ю.В.

### Литература:

1. Довгая Н., Перельгина О. Об особенностях развития эмоциональной сферы / Н. Довгая, О. Перельгина // Дошкольное воспитание. - 2007. - №12. - С. 12 - 17.
2. Дробинская О.С. Гиперактивный ребенок. Как ему помочь? / О.С. Дробинская // Воспитание и обучение детей с нарушениями в развитии. - 2004. - №2. - С. 67 - 73.
3. Еникеев М.И. Психологический энциклопедический словарь / М.И. Еникеев; - М., 2006. - 560 с.
4. Микляева Н.В., Микляева Ю.В. Работа педагога-психолога в детском саду / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева; - М, 2005. - 381 с.
5. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В.С. Мухина; - М., 1998. - 456 с.