

Імпульсивна поведінка та методи її корекції


- Науковці І. П. Підласий, Л. М. Співак вважають **імпульсивність** рисою характеру і особливістю поведінки, що виражається у схильності діяти без достатньо свідомого контролю, по першому спонуканню, під впливом зовнішніх обставин або в силу емоційних переживань.

не обмірковує свої вчинки, не зважує всі "за" і "проти", вона швидко і безпосередньо реагує і нерідко настільки ж швидко шкодує про свої дії.

Рішучість

- теж передбачає швидку й енергійну реакцію, але пов'язана з обмірковуванням ситуації і прийняттям найбільш доцільних і обґрунтованих рішень.

Норма

- Дошкільний вік
 - Молодший шкільний вік
- 
- що обумовлено слабкістю **гальмівних** процесів у корі головного мозку і недостатньою сформованістю функцій **контролю** за своєю поведінкою.

- *така форма імпульсивності коректується у колективних іграх дітей, в яких виконання рольових правил вимагає стримування своїх безпосередніх спонукань і врахування інтересів інших гравців, а також трохи пізніше в навчальній діяльності*

Норма

- Підлітковий вік



- через підвищенням емоційної збудливості

A - норма

- коли емоційна розгальмованість школяра заважає йому самому і оточуючим.

I. П. Підласий:

- «...Це так звана імпульсивність "без гальм" ... легко діагностується візуально. Якщо дитина нестримана, норовиста, біжить стрімголов невідомо куди і навіщо, починає щось робити, ні крапельки не подумавши, кидає почате, намагається одночасно впоратися з десятком справ, то вона є імпульсивною».

Причини (за І.П. Підласим)

- вікові особливості психічного, соціального, морального розвитку молодших школярів;
- несформованість їх емоційно-вольової сфери, ситуативна мотивація поведінки;
- нездатність пов'язувати причини і наслідки, передбачити майбутні наслідки своїх вчинків;
- гіперактивність як наслідок переважання збудження над гальмуванням;
- багате різноманітними враженнями оточення дитини, що сприяє проявам неконтрольованих поривів;
- байдужість дорослих;
- недоліки виховання дитини на попередніх етапах розвитку.

Імпульсивна поведінка –
підпорядкована меті, неусвідомлена,
поєднана з реактивним реагуванням
неоднакової динаміки.

Це схильність до зовнішньо немотивованих,
частіше агресивних вчинків і дій, яка
супроводжується руховим і мовним
розгальмовуванням.

Причини

Генетичні

- холеричний, сангвістичний темперамент

Біологічні

- ускладнення вагітності, пологів, раннього розвитку

Психосоціальні

- у дітей з сімей високого ступеню ризику

- * асоціальні сім'ї,
- * сім'ї з високим рівнем психологічного напруження,
- * з несприятливою демографічною ситуацією,
- * з несприятливим економічним станом,
- * у сім'ях з авторитарно-директивним стилем виховання)

Вплив на пізнавальну діяльність

- школярі систематично використовують неефективні способи вирішення задач, поспішність у діях і судженнях або, навпаки, постійні коливання і сумніви знижують ефективність їх пізнавальної активності

Вплив на пізнавальну діяльність

- неорганізовані, невпевнені в собі, гостро реагують на невдачі, оцінюють себе як менш здібних, у порівнянні з ровесниками
- легко включаються у роботу, розв'язують завдання, але якщо виникають труднощі, то інтерес щодо їх виконання швидко згасає

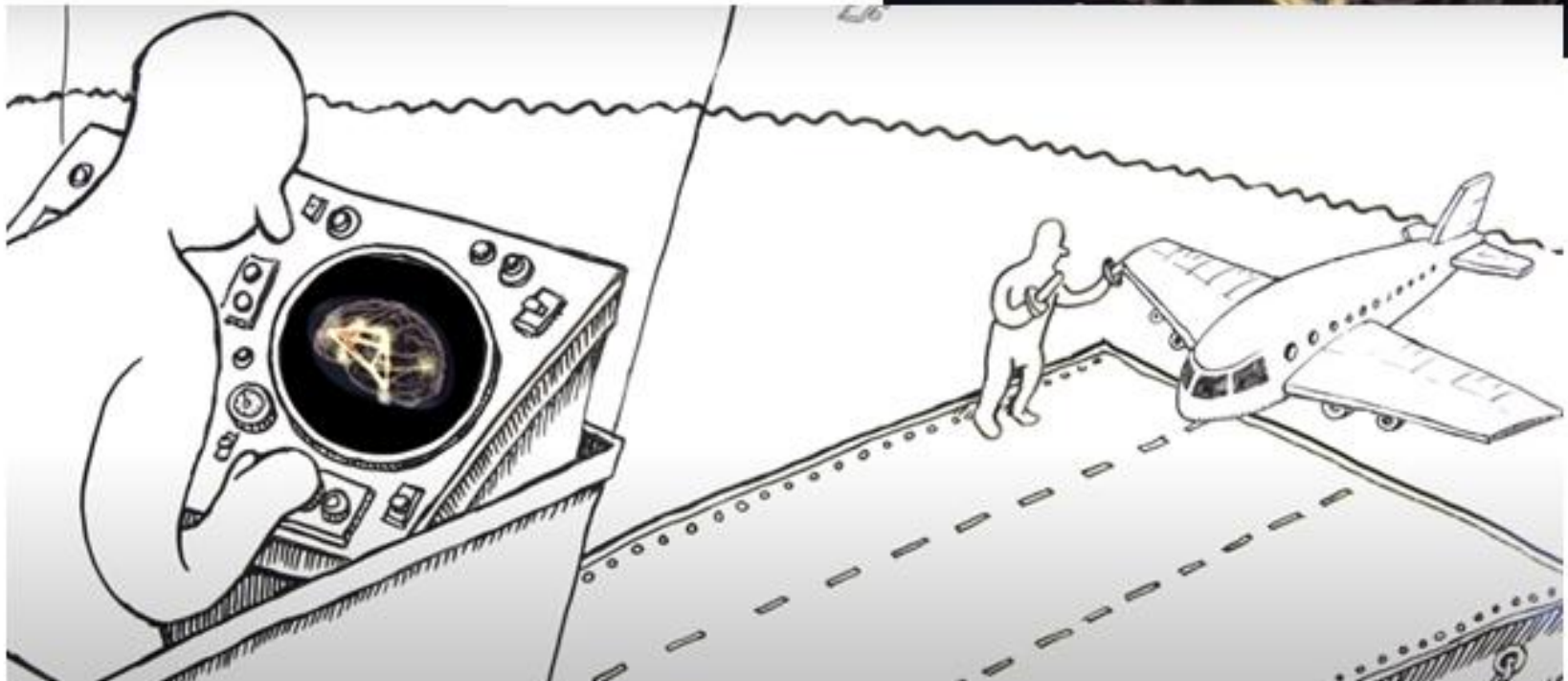
Вплив на пізнавальну діяльність

- пізнавальна діяльність визначається відсутністю попереднього орієнтування в завданнях, труднощами в дотриманні інструкції, слабкістю контролю, поспішністю оцінок і суджень, втратою інтересу до виконання завдання при виникаючих труднощах, відсутністю орієнтації на думку інших людей тощо

Нейропсихологічний підхід

Засади

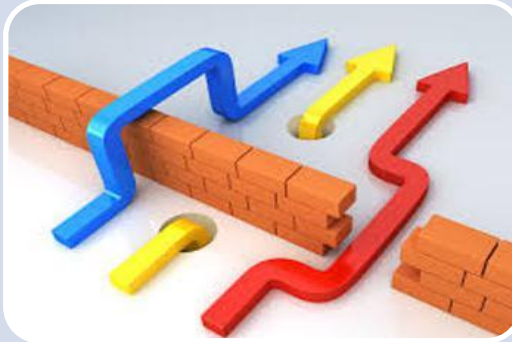
- Поняття про керівні функції



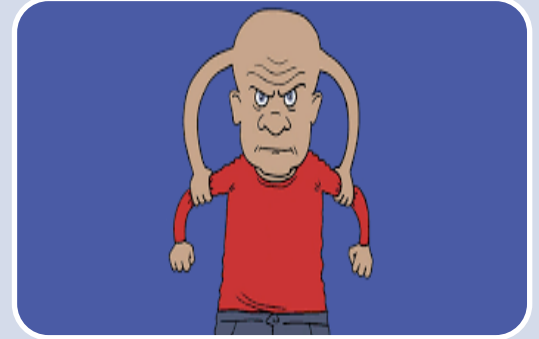
Компоненти К.Ф.



Робоча
пам'ять



Гнучкість
мислення



Самоконтроль

Самоконтроль

- у поведінці розглядається як спеціальна дія (М. Й. Боришевський)
- По мірі розвитку самоконтролю зменшується імпульсивність поведінки школярів, емоції стають більш стійкими і керованими.
- Без самоконтролю неможливо розвинути в особистості таку цінну якість, як повага до людини, здатність **поставити себе на її місце.**

- Зазвичай дитяча імпульсивність минає з віком.
- Але у деяких дітей звичка діяти поспіхом, без обмірковування наслідків своїх вчинків, зберігається надовго, закріплюється як риса характеру і перетворюється на **інфантилізм**.

Діагностика

- Опитувальник імпульсивності (В. А. Лосенкова)
- <https://docs.google.com/document/d/1QUnn-xUztMpgnvAkkCTEylt1vcY1PLqtzRzdBDIUfis/edit?usp=sharing>
- спостереження

Діагностика

- Анкета на визначення рівня імпульсивності у дошкільника
- <https://docs.google.com/document/d/11efWhYWLNZh9liB354GyQVJoS2r5Rvd3K-zXnUREaTI/edit?usp=sharing>

Підлітковий вік та старше

- «Дослідження імпульсивності» Пашукова
- https://docs.google.com/document/d/1dLi-r3vm76lS3EKdMg_f0mwZy4n8O9TxpEor-Qb8Uhw/edit?usp=sharing

Приклад аналізу ситуацій-колізій

- "На перерві Сашко штовхав Михайла та інших однокласників, за це діти на нього розсердилися, але він продовжував так робити. Як би ти повівся на місці Михайла?"
- Відповіді учнів були такі: "Я б штовхав його", "Я б дав здачі", "Я б штовхнув його і тоді була б бійка". У ситуації: "На уроці Іра відповідала, а Віка намагалась її перебити і відповісти за неї. Як би ти повівся на місці Іри після закінчення уроку...?" Учні відповідали: "Я б на неї накричала, щоб не перебивала".

Комплекс попереджувальних заходів

- 1) побудова конструктивних взаємовідносин з вихователями та педагогами;
- 2) оптимізація дитячо-батьківських стосунків;
- 3) організація розвивального навчання.

Вимоги до учителя на уроці (Ю. З. Гільбух)

- 1) поводитись спокійно та стримано, оскільки учні схильні до наслідування поведінки вчителя;
- 2) застосовувати індивідуальний підхід до цих дітей – майже завжди задовольняти їх імпульсивне прагнення відповісти на поставлене запитання, однак надавати таку можливість через деякий час упродовж якого відбудеться "перенесення" імпульсивності на внутрішні розумові дії учня;
- 3) постійно наголошувати на тому, що для розв'язання поставленого навчального завдання, яке вирізняється своєю складністю, необхідні виваженість, розсудливість і відсутність поспіху;

Вимоги до учителя на уроці (Ю. З. Гільбух)

- 4) формувати навички самоконтролю та саморегуляції;
- 5) навчати планувати свою діяльність та поведінку;
- 6) розвивати рефлексію;
- 7) привчати виконувати інструкції дорослих;
- 8) контролювати виконання діяльності;
- 9) попереджати необдумані вчинки.

При здійсненні індивідуального підходу до учнів, вчителю необхідно:

- привчати їх ставити перед собою цілі діяльності; навчатись контролювати себе; формувати відповідальність за власні вчинки; привчати стримувати свої емоції; дотримуватися режиму дня.

Психолого-педагогічні рекомендації для вчителів початкових класів полягають у тому, що:

- 1) у навчально-виховному процесі необхідно систематично дотримуватися провідних принципів особистіснодіяльного та особистісно-орієнтованого підходів, передусім принципу індивідуального підходу до учнів;
- 2) акцентувати увагу на вчинках і поведінці, а не на особистості учня;
- 3) обговорювати тільки провину учня, говорити тільки про те, що трапилось, не узагальнювати, не наклеювати ярлики: "Ти, як завжди";
- 4) не підсилювати напруження ситуації;
- 5) контролювати свої негативні емоції;
- 6) не порівнювати учнів один з одним, не втягувати в конфлікт інших дітей;
- 7) не наполягати на своїй правоті;

Психолого-педагогічні рекомендації для вчителів початкових класів полягають у тому, що:

- 8) не обговорювати ситуацію у стані збудженості;
- 9) не самостверджуватися за рахунок учня;
- 10) допомагати планувати навчальну діяльність;
- 11) розвивати навички міжособистісної взаємодії;
- 12) надавати дитині короткі, чіткі і конкретні інструкції;
- 13) розвивати здатність до рефлексії;
- 14) на уроках і у групі подовженого дня необхідно використовувати психотехнічні методики, що спрямовані на формування довільності у поведінці молодших школярів;
- 15) розвивати мотивацію досягнення успіху в учнів початкових класів;
- 16) створювати у школі сприятливий психологічний клімат для дітей.

Психолого-педагогічні рекомендації батькам

- 1) під час спілкування зберігайте спокій;
- 2) пояснюйте дитині, що саме і чому їй дозволено або заборонено;
- 3) підтримуйте дитину у тих випадках, коли вона намагається стримувати себе;
- 4) навчайте дитину ставити собі такі питання: "Зараз я це зроблю, але як я ставитимуся до цього завтра?";
- 5) навчіть дитину одному найважливішому правилу у прийнятті рішення: "Якщо я відчуваю, що це неправильно, небезпечно, якщо я невпевнений, то не треба цього робити" (якщо дитина відчуває, що може пожалкувати про прийняте рішення, вона повинна від нього відмовитися);
- 6) навчайте дитину поводитися правильно, вона повинна розуміти, що відповідатиме за свої вчинки;
- 7) розвивайте вміння ефективно виражати свої емоції;
- 8) розвивайте вміння розуміти стан іншої людини;

Психолого-педагогічні рекомендації батькам

- 9) помітивши у своєї дитини прояви агресивної та імпульсивної поведінки, не підтримуйте їх та водночас демонструйте відсутність цих проявів у власній поведінці;
- 10) застосовуйте у вихованні дітей психокорекційні вправи та ігри, що сприяють подоланню проявів агресії та імпульсивності в їх поведінці та розвитку здатності до саморегуляції власної поведінки, зокрема у конфліктних ситуаціях;
- 11) виховуйте та підтримуйте віру дитини у свої сили, застосовуючи таку оцінку її дій і вчинків, що випереджає успіх: "Молодець! Ти все робиш правильно!", "Я переконаний, що ти легко впораєшся з поставленим завданням!", "У тебе все виходить дуже добре, мабуть, твоя робота буде однією з найкращих";
- 12) не примушуйте дитину вчитися, а розвивайте в її мотиваційній сфері учіння відповідні мотиви, враховуючи позашкільні інтереси; будьте терплячими та наполегливими при формуванні мотивації учіння у власної дитини;
- 13) спілкуйтеся з дитиною на засадах демократичного стилю, на основах взаєморозуміння, взаємної довіри і взаємного проникнення у внутрішній світ один одного;
- 14) створіть вдома сприятливий психологічний клімат для дитини.

I. П. Підласий рекомендує :

- 1. заохочення кожної спроби імпульсивного школяра стримувати свої пориви, емоції, рухи, жести, прагнення не піддаватися першому бажанню;
- 2. похвала за терпіння, підкреслюючи, що будь-яка велика справа починається з маленької спроби;
- 3. вираз надії, що учень зможе, якщо захоче, позбутися свого недоліку, впоратися з собою;
- 4. вчити вмінню перебудовувати власну поведінку маленькими кроками: не поспішати з відповіддю або дією, подумати, перш ніж написати, оцінити наслідки своїх вчинків;
- 5. підкріплювати поради прикладами з життя видатних людей, які в дитинстві мали такі ж проблеми

Метадами корекції поведінки

- ігрова терапія;
- методи зміни діяльності (арттерапія, музична терапія, бібліотерапія);
- методи зміни ставлення до діяльності (особистий приклад дорослого і однолітка);
- ігнорування поведінки дитини;
- "дозвіл" на поведінку;
- зміна статусу дитини в колективі;
- заохочення чи педагогічна підтримка); нейропсихологічні вправи (розвиток у дитини мовної регуляції своїх дій);
- поведінковий тренінг, спрямований на навчання дитини адекватним формам поведінки в проблемних ситуаціях, на підвищення рівня "виконавської компетентності" щодо певних ситуацій взаємодії та спілкування з соціальним оточенням, предметним світом.