

Труднощі, які відчувають обдаровані діти

У вас росте обдарована дитина й останнім часом вона бореться з низкою соціальних, емоційних чи шкільних негараздів? Обдарованість часто супроводжується дивною сукупністю проблем: від перфекціонізму й духу суперництва до складнощів у дружніх стосунках. Далі освітлено деякі поширені проблеми та відповідні заходи, які ви можете вжити для їх вирішення, а також для допомоги дитині в гармонійному розвитку.



Проблема заниженої самооцінки

Обдарована в навчанні дитина може відчувати, що відрізняється від своїх однолітків, до того ж вона може піддаватись їх цькуванню (булінгу) й перебувати у зв'язку з цим у депресивному стані. Дослідження показали, що чим вище рівень інтелектуальної обдарованості дитини, тим вище ризик виникнення соціальних труднощів. Дуже важливо стежити за самооцінкою своєї дитини і, якщо вона потерпає від її нестачі, своєчасно консультуватися з учителями та дитячими психологами. Про наявність цієї проблеми можуть свідчити її негативні думки про себе й періодичні перепади настрою. Порада: знайдіть такий вид спорту або хобі, які допоможуть вашій дитині розвинути почуття впевненості в собі, відчути себе «нормальною», почати поважати себе та знайти спільну мову з однолітками. Як варіанти можна розглянути футбол, сучасні танці, гру на гітарі.

Почуття провини



Деякі обдаровані діти відчувають потребу віддавати себе, «розплачуватися» за свою, як вони вважають, особливу вдачу бути інтелектуально обдарованими. Допомога іншим людям і добрі справи – це чудово, але якщо ваша дитина починає відчувати себе винною за свою обдарованість та емоційно перенапружуватись, порозмовляйте з нею про ці переживання. Допоможіть їй знайти здоровий баланс між турботою про себе та своїми добровільними обов'язками допомагати іншим людям.

Порада: попросіть дитину протягом чверті або півріччя зосередити свою «віддачу» тільки на одному певному виді волонтерської діяльності, яка їй найбільше подобається.

Перфекціонізм

Обдаровані діти часто намагаються досягати максимальних результатів у всіх сферах свого життя. Ваша дитина може відкладати виконання домашнього завдання, початок шкільного проекту або витратити на це надто багато додаткового часу, а все тому, що в неї є бажання зробити все ідеально. Крім того, ваша дитина може бути надзвичайно обдарованою в певних предметах, але при цьому мати середні здібності в інших, і це також може розбурхати проблему перфекціонізму. Прагнення виконати все ідеально забирає багато часу, стомлює й навіть шкідливе для здоров'я. Перфекціонізм супроводжується болями в животі, голові, розладом харчування й навіть формуванням obsесивно-компульсивного розладу.

Порада: коли дитина маленька, уникайте виправлення будь-яких її невеликих граматичних або фактичних помилок і нагадуйте

про те, що дуже важливо вміти розслаблятися, особливо, коли перфекціонізм переходить межу.

Якщо мова йде про дитину старшого віку, допоможіть їй установити основні завдання та критерії досягнення успіху у шкільному проекті або доповіді ще до того, як вона візьметься за його виконання. Наприклад, вивчіть завдання разом з дитиною, отримайте уявлення про те, наскільки довгою й докладною повинна бути доповідь (скільки сторінок, скільки цитат у ній мусить бути і т. п.), зробіть чорновий варіант і встановіть часові рамки, в які дитина повинна вкластися з урахуванням впливу цього проекту чи доповіді на її успішність. Інакше кажучи, допоможіть дитині «дізнатись, коли треба кинути» і просто насолоджуватися процесом виконання проекту, а не хвилюватися через його недосконалість.

Питання контролю

Багато обдарованих дітей люблять усе тримати під контролем. З раннього віку ваша не по роках розвинена дитина може демонструвати надмірну незалежність. «Я зроблю це сама!», – часто заявляє вона. Із плином



часу бажання вашої дитини все контролювати може призвести до «диктаторства» у ставленні до однолітків, а також до страху приймати на себе ризики – особливо, коли дитина дорослішає й більше дізнається про можливі наслідки.

Порада: порадьте дитині спробувати нові веселі розваги, наприклад, покататись на незвичайних гойдалках у парку атракціонів. Крім того, допоможіть їй знайти здоровий вихід для свого прагнення до лідерства, наприклад, у вигляді допомоги при навчанні або тренуванні молодших дітей.

Нереалістичні очікування

Обдаровані діти, як правило, найсуворіші критики у ставленні до самих себе. Багато хто з них надмірно хвилюється перед іспитами через очікування захмарних результатів. У школі після отримання в основному оцінок «10-12», отримання «8» або «5» на іспиті стає катастрофою для дитини й шоком для батьків. Допомагайте дитині зберігати здорову перспективу власної успішності. Неможливо отримувати «12» з дитячого садка до закінчення школи. Крім того, підтримайте дитину, якщо в минулому році всі визнавали її «обдарованою», а в цьому – ні.



Порада: «обдарованість» – це термін, призначений для батьків і вчителів, щоб допомогти яскравим, здібним учням, але жодним чином не мета, поставлена перед вашою дитиною. Замість того щоб використовувати термін «обдарованість» як джерело мотивації або певний стандарт успішності дитини у школі, спробуйте зберігати ті ж високі, але здорові очікування від дитини, як у той час, коли ви вважали її просто здібною.

Нетерплячість

Обдаровані діти можуть обурюватись і втрачати терпіння у ставленні до себе та інших дітей. Ваша дитина може розхвилюватись, якщо миттєво не зрозуміє якесь слово у книзі або запитання з домашнього завдання, може легко відмовитись від позакласних заходів, якщо не досягає успіху в них відразу. Молодші діти, які ще не знають про свою обдарованість, можуть сердитись на своїх однокласників, котрі не засвоюють предмет так швидко, як вони.

Порада: коли дитина відчуває себе надмірно схвильованою, примусьте її зробити паузу, закрити очі і зробити кілька глибоких вдихів. Порадьте їй в моменти розчарувань думати тільки про хороше як у ставленні до себе, так і у ставленні до інших людей.

Проблема дружніх відносин

Один з найбільш складних аспектів обдарованості – це проблема знаходження друзів і збереження довготривалих дружніх стосунків. Обдаровані діти можуть здаватися соціально зрілими й добре пристосованими до життя в суспільстві, але при цьому відчувати себе самотніми й журитися із приводу проблем з однолітками. Ваша дитина може відчувати, що в неї занадто мало спільного з однокласниками або зіштовхнутися з проблемою у процесі входження в товариство однолітків для ігор та іншої спільної діяльності. Іноді дитина може легко заводити друзів, але потім друзі починають сприймати її як «задаваку». В обдарованої дитини можуть виникати очікування від дружби, які відрізняються від очікувань її однолітків, оскільки вона більше розвинена інтелектуально й більш чутлива та емоційна.



Найбільш обдаровані діти, як правило, відчувають найбільші труднощі із дружбаю. Дуже важливо допомагати дітям у подоланні соціальних та емоційних проблем на ранніх стадіях їх виникнення, при цьому варто звернутись по допомогу до вчителів або психолога. Кількість соціальних проблем може збільшуватися з віком.

Порада: допоможіть дитині знайти відповідне товариство, організовуючи спільні заходи з дітьми зі схожими інтересами та рівнем інтелекту. Попросіть учителя знайти інших обдарованих дітей у школі (не тільки в її класі). Відвідуйте з дитиною наукові гуртки та літературні семінари, там вона може зустріти яскравих і здібних однолітків.

Питання уваги й самоорганізації

Багато обдарованих дітей зіштовхуються із проблемами браку уваги й організаційних навичок, оскільки зазвичай мислять абстрактно і їм швидко стає нудно. Експерти в галузі освіти виявили, що хлопчикам більш властиво бути дезорганізованими й відволікатись. На щастя, існують поради та прийоми, які ви можете використовувати, щоб допомогти вашій обдарованій дитині, хлопчику чи дівчинці, побороти проблеми браку уваги й

дезорганізації. Визначте особливості своєї дитини, порозмовляйте з учителем про проблеми, що виникли, й можливі шляхи вирішення.

Порада: нехай дитина виконує домашнє завдання письмово, а не за допомогою мобільного телефону або Інтернету. При цьому давайте їй короткі перерви приблизно кожні 30 хвилин, щоб її мозок встигав відпочити.

Виснаження фізичних і душевних сил

Багато обдарованих учнів мають підвищену енергетику. При цьому вони



схильні до ризику виникнення виснаження та спустошення. У той час як інтелектуальна обдарованість вашої дитини приходить природно, великий обсяг домашньої роботи, прагнення до самоорганізації й досягнення успіху в позашкільних заходах не проходять безслідно. Стрес і перевтома можуть призвести до порушення сну, хвороб і неприємностей у школі.

Порада: крім витрати енергії на різні види діяльності організм дитини споживає велику кількість енергії для фізичного зростання! Подбайте про добре харчування та раціональний режим сну вашої дитини.