

Трудности, которые испытывают одаренные дети

Девять трудностей, с которыми сталкиваются дети, а также советы родителям о том, как их преодолеть



У вас растет одаренный ребенок и в последнее время он борется с рядом социальных, эмоциональных или школьных проблем? Одаренность часто сопровождается удивительным набором проблем: от перфекционизма и духа соперничества до сложностей в

дружеских отношениях. Далее представлены некоторые распространенные проблемы и соответствующие меры, которые вы можете предпринять для их решения, а также помощи ребенку в гармоничном развитии.

Проблема заниженной самооценки

Будучи одаренным в учебе, ребенок может чувствовать, что отличается от своих сверстников, к тому же, он может подвергаться их травле (буллингу) и испытывать в связи с этим депрессивное состояние. Исследования показали, что чем сильнее ребенок одарен интеллектуально, тем выше риск возникновения социальных трудностей. Очень важно следить за самооценкой своего ребенка и, если он страдает от ее недостатка, своевременно консультироваться с учителями и детскими психологами. О наличии этой проблемы могут свидетельствовать его негативное мнение о себе и частые перепады настроения.

- *Совет:* найдите такой вид спорта или хобби, которые помогут вашему ребенку развить чувство уверенности в себе, почувствовать

себя «нормальным», начать уважать себя и найти общий язык со сверстниками. Как варианты можно рассмотреть футбол, современные танцы, игру на гитаре.

Чувство вины

Некоторые одаренные дети чувствуют потребность отдавать себя, «расплачиваться» за свою, как они считают, чрезмерную удачу быть интеллектуально одаренными. Помощь другим людям и добрые дела – это великолепно, но если ваш ребенок начинает чувствовать себя виноватым за свою одаренность и эмоционально перенапрягаться, поговорите с ним об этих переживаниях. Помогите ему найти здоровый баланс между заботой о себе и своими добровольными обязанностями помогать другим людям.

- *Совет:* попросите ребенка в течение четверти или полугодия сосредоточить свою «отдачу» только на какой-то одной волонтерской работе, которая ему больше всего нравится.

Перфекционизм

Одаренные дети часто пытаются достигать максимальных результатов во всех сферах своей жизни. Ваш ребенок может откладывать выполнение домашнего задания или начало школьного проекта или тратить на это слишком много дополнительного времени, а все потому, что у него есть желание сделать все идеально. Кроме того, ваш ребенок может быть чрезвычайно одаренным по одним предметам, но при этом иметь средние способности по другим, и это также может раздуть проблему перфекционизма. Стремление выполнить все идеально отнимает много времени, утомительно и даже вредно для здоровья. Перфекционизм сопровождается болями в животе, голове, расстройством питания и даже формированием обсессивно-компульсивного расстройства.

- *Совет:* когда ребенок маленький, избегайте исправлять любые его небольшие грамматические или фактические ошибки и

напоминайте ему о том, что очень важно уметь расслабляться, особенно, когда зашкаливает перфекционизм.

- Если речь идет о ребенке старшего возраста, помогите ему установить основные цели и критерии достижения успеха в школьном проекте или докладе еще прежде, чем он приступит к его выполнению. Например, изучите задание вместе с ребенком, получите представление о том, насколько длинным и подробным должен быть доклад (сколько страниц, сколько цитат в нем должно быть и т. д.), сделайте черновой набросок и установите временные рамки, в которые ребенок должен уложиться с учетом влияния этого проекта или доклада на его успеваемость. Другими словами, помогите ребенку «узнать, когда нужно бросить» и просто наслаждаться процессом выполнения проекта, а не переживать из-за его несовершенства.

Вопрос контроля

Многие одаренные дети любят все держать под контролем. С раннего возраста ваш не по годам развитый ребенок может демонстрировать предельную независимость. «Я сделаю это сам!», – часто заявляет он. С течением времени желание вашего ребенка все контролировать может привести к «диктаторству» по отношению к сверстникам, а также к страху принимать на себя риски – особенно, когда ребенок взрослеет и больше узнает о возможных последствиях.

- *Совет:* посоветуйте ребенку попробовать новые веселые развлечения, например, покататься на самых необычных качелях в парке аттракционов. Кроме того, помогите ему найти здоровый выход для своего стремления к лидерству, например, в виде помощи при обучении или тренировке младших детей.

Нереалистичные ожидания

Одаренные дети, как правило, самые жесткие критики по отношению к самим себе. Многие из них излишне переживают перед экзаменами из-за ожидания заоблачных результатов. В школе после получения в

основном оценок «10–12», получение «8» или «5» на экзамене становится катастрофой для ребенка и шоком для родителей. Помогайте ребенку сохранять здоровую перспективу собственной успеваемости. Невозможно получать «12» с детского сада до окончания школы. Кроме того, поддержите ребенка, если в прошлом году все признавали его «одаренным», а в этом году – нет.

- *Совет:* «одаренность» – это термин, предназначенный для родителей и учителей, чтобы помочь ярким, способным ученикам, но никак не цель, поставленная перед вашим ребенком. Вместо того чтобы использовать термин «одаренность» как источник мотивации или определенный стандарт успеваемости ребенка в школе, попробуйте сохранять те же высокие, но здоровые ожидания от ребенка, как в то время, когда вы считали его просто способным.

Нетерпеливость

Одаренные дети могут злиться и терять терпение по отношению к себе и другим детям. Ваш ребенок может разволноваться, если мгновенно не поймет какое-то слово в книге или вопрос из домашнего задания, или может легко отказаться от внеклассных мероприятий, если не преуспевает в них с самого начала. Младшие дети, еще не знающие о своей одаренности, могут сердиться на своих одноклассников, которые не схватывают предмет, так же быстро, как они.

- *Совет:* когда ребенок чувствует себя чрезмерно взволнованным, заставьте его сделать паузу, закрыть глаза и сделать несколько глубоких вдохов. Посоветуйте ему в моменты разочарований думать только о хорошем как по отношению к себе, так и по отношению к другим людям.

Проблема дружеских отношений

Один из наиболее сложных аспектов одаренности – это проблема обретения и сохранения друзей. Одаренные дети могут казаться социально зрелыми и хорошо приспособленными к жизни в обществе, но при этом чувствовать себя одинокими и грустить по поводу проблем со сверстниками. Ваш ребенок может чувствовать, что у него слишком мало общего с одноклассниками, или столкнуться с проблемой в процессе вхождения в компанию сверстников для игр и другой совместной деятельности. Иногда ребенок может легко заводить друзей, но затем друзья начинают воспринимать его как «задаваку». У одаренного ребенка могут возникать ожидания от дружбы, которые отличаются от ожиданий его сверстников, так как он сильнее развит интеллектуально и более чувствителен и эмоционален.

Наиболее одаренные дети, как правило, испытывают наибольшие трудности с дружбой. Очень важно помогать детям в преодолении социальных и эмоциональных проблем на ранних стадиях их возникновения, при этом стоит обратиться за помощью к учителям или психологам. Количество социальных проблем может увеличиваться с возрастом.

- *Совет:* помогите ребенку найти подходящую компанию, организовав совместные мероприятия с детьми со схожими интересами и уровнем интеллекта. Попросите учителя найти других одаренных детей в школе (не только в его классе). Посещайте с ребенком научные кружки и литературные семинары, там он может встретить ярких и способных сверстников.

Вопросы внимания и самоорганизации

Многие одаренные дети сталкиваются с проблемами недостатка внимания и организационных навыков, так как обычно мыслят абстрактно и им быстро становится скучно. Эксперты в области образования обнаружили, что мальчикам более свойственно быть

дезорганизованными и отвлекаться. К счастью, существуют советы и приемы, которые вы можете использовать, чтобы помочь вашему одаренному ребенку, мальчику или девочке, побороть проблемы недостатка внимания и дезорганизации. Определите особенности своего ребенка и поговорите с учителем о существующих проблемах и возможных путях решения.

- *Совет:* пусть ребенок выполняет домашнее задание письменно, а не с помощью мобильного телефона или Интернета. При этом давайте ему короткие перерывы примерно каждые 30 минут, чтобы его мозг успевал отдохнуть.

Истощение физических и душевных сил

Многие одаренные ученики обладают повышенной энергетикой. При этом они подвержены риску возникновения истощения и опустошения. В то время как интеллектуальная одаренность вашего ребенка приходит естественно, большой объем домашней работы, стремление к самоорганизации и преуспеванию во внешкольных мероприятиях не проходят бесследно. Стресс и переутомление могут привести к нарушению сна, болезням и неприятностям в школе.

- *Совет:* помимо расхода энергии на различные виды деятельности, организм ребенка потребляет большое количество энергии для физического роста! Позаботьтесь о хорошем питании и достаточном времени сна вашего ребенка.