



Труднощі, які відчувають обдаровані діти

Дев'ять труднощів, з якими зіштовхуються обдаровані діти, а також поради батькам про те, як їх подолати

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.

- **Порада:** знайдіть такий вид спорту або хобі, які допоможуть вашій дитині розвинути почуття впевненості в собі, відчувати себе «нормальною», почати поважати себе та знайти спільну мову з однолітками.

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.

- **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 проєкту або витратити на це надто багато додаткового часу, а все тому, що в неї є бажання зробити все ідеально.

- **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 проєкті або доповіді ще до того, як вона візьметься за його виконання. Інакше кажучи, допоможіть дитині «дізнатись, коли треба кинути» і просто насолоджуватися процесом виконання проєкту, 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.

• **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.

Проблема дружніх стосунків

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. 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). Відвідайте 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.