
ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ
И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

ЦЕНТР ПО РАБОТЕ С ОДАРЁННЫМИ ДЕТЬМИ
В АЛТАЙСКОМ КРАЕ

**РОЛЬ СЕМЬИ В ВЫЯВЛЕНИИ И РАЗВИТИИ
ОДАРЁННОГО РЕБЁНКА**

Методические рекомендации

Барнаул 2013

«Роль семьи в выявлении и развитии одарённого ребёнка»-методические рекомендации для родителей, а также педагогов- психологов образовательных учреждений - Центр по работе с одарёнными детьми в Алтайском крае; Барнаул, 2013.-71с.

В данных методических рекомендациях представлен теоретический и практический материал, который позволит родителям, воспитывающим талантливого ребёнка, глубже понять особенности личности, мышления, поведения одарённых детей, их предпочтения, их трудности, а так же задачи, стоящие перед родителями в семье, имеющей одарённых детей. Так же данный материал может быть полезен для педагогов-психологов в выстраивании концепции и стиля сопровождения семьи одарённого ребёнка.

Авторы- составители: Ефремова Ж.В., Переверзева О.В.

Центр по работе с одарёнными детьми
в Алтайском крае

Оглавление

Введение	4
Реализация одарённости в современном обществе	4
Притча “Бабочка”	9
Глава1	10
Влияние родительской позиции на формирование личности ребёнка	
Глава2	23
Одарённый дошкольник - начало развития способностей закладывается в семье	
Глава 3	33
Одарённый школьник - разве ему может быть трудно ?	
Глава 4	45
Подростковый возраст –варианты и пути развития одарённости	
Глава 5	58
Родители одарённого ребёнка	
Пути и способы снятия «родительского стресса»	

Введение

Реализация одарённости в современном обществе

Еще полвека назад одаренность не являлась актуальной в аспектах общественного развития. Мировая педагогика не признавала высокие ступени развития детей как фактор прогрессирования общественного строя. Сегодня уже ни для кого не секрет, что одаренность является одним из ведущих факторов увеличения научного потенциала общества, что талантливые люди влияют на развитие и характер общества в целом. Вот почему феномен одарённости детей сделался предметом специального интереса науки — не только психологии и педагогики, но и генетики, эндокринологии, обществоведения, социологии, экономики. На старте XXI в. явление одаренности по-прежнему остается загадкой. Для широкой общественности же наиболее важными проблемами являются не столько научные основания одаренности, сколько, прежде всего, их реальные жизненные проявления, влияние таланта на потенциал развития общества в целом. Забота об одаренных детях сегодня — это забота о развитии науки, культуры и социальной жизни завтра. Известный российский ученый лауреат Нобелевской премии П.Л. Капица напрямую связывает уровень развития общества с ростом и развитием интеллектуальных способностей людей. Прогресс в образовании и науке, экономике, искусстве и культуре, в политике, спорте, в образе жизни всего общества в значительной степени определяется многообразием деятельности свободных в творчестве и поведении талантливых людей.

Анализ зарубежной и отечественной практики работы с одаренными детьми показывает, что под понятием «особо одаренные дети» чаще всего имеются в виду либо так называемые «вундеркинды», т.е. дети с резко повышенным по сравнению со сверстниками развитием интеллекта, либо - реже- талантливые дети, т.е. обладающие повышенными специальными способностями прежде всего в области искусств и спорта. Именно потому, в понятие «одаренные дети» и тем более «особо одаренные дети» вкладывается прежде всего представление о значительных интеллектуальных, т.е. умственных способностях. Для всех тех, кто работает с одарёнными детьми, бесспорным является тот факт, что они - другие не только по своим интеллектуальным и творческим возможностям, но и личностным структурам, то есть по складу характера и путям его формирования, по взглядам на мир и поведению по отношению к окружающим.

Самая сильная потребность у интеллектуально одаренных детей - познавательная. Одарённый ребёнок испытывает по-настоящему комфортное состояние только тогда, когда он может спокойно приобретать знания. Любое отвлечение от этого комфорта лишь раздражает его. Одаренные дети очень рано настраиваются на накопление и переработку знаний. Во многих случаях это просто непрерывное их поглощение. В силу этого и некоторых других причин одаренные дети испытывают значительно большие трудности, когда им предлагается проявить нестандартный подход, найти оригинальное решение, чем при усвоении. По данным многих психологов, высокий уровень интеллектуальных способностей у одаренных детей довольно редко соответствует их творческим возможностям, что впоследствии приводит к большим

трудностям самореализации. Таким образом, первая *проблема особо одаренных детей - креативность*. Кроме того, самореализация особо одаренных детей весьма затруднена в силу недостаточно развитых навыков общения, а так же недостаточности социальных навыков и социального опыта. Особо одаренные дети не могут общаться со сверстниками, так как резко забегают вперед в интеллектуальном развитии, но не могут полноценно общаться с более старшими детьми в силу несоответствия социального опыта своему интеллектуальным развитию. Также, общению мешает и особая организация личности этих детей. Таким образом, следующая *проблема особо одаренных детей - недостаточная социальная компетентность*.

Особую *проблему составляют иногда недостатки волевой регуляции*, у особо одаренных детей. Следует отметить, что те или иные проблемы с формированием волевых привычек есть практически у всех детей. Однако у одаренных детей это усугубляется особой ситуацией развития, в которой основной их деятельностью является любимый ими, не требующий у них специальной волевой регуляции, умственный труд. И, наконец, *одну из самых острых проблем этих детей составляют трудности профессионального самоопределения - специализации способностей*.

Все указанные выше проблемы особо одаренных детей уместаются в глобальную проблему и тем самым задачу развития их личности и способностей: ***необходимость формирования у них зрелой способности и потребности в самореализации своих талантов в социуме***. Эта задача является центральной при работе с особо одаренными детьми, и именно с одаренными она

приобретает подлинно драматический характер.

Самореализация личностных и творческих возможностей человека в общественно ценной деятельности, с одной стороны, всегда требует усилий и напряжения сил и некоторого бескорыстия, отражаемого в субъективной удовлетворенности прежде всего процессом, а затем уже результатом такой деятельности. Отказ человека от усилий по реализации своего потенциала чреват возникновением патологии: нервными или психическими расстройствами, соматическими заболеваниями или, в наиболее тяжелом случае, развитием *метанатологии*, «свертыванием» отдельных способностей, инволюцией, деградацией. И здесь мы неизбежно возвращаемся к тому, что самореализация человека в обществе, достижение успеха, возможно только при наличии в его характере определённых качеств, которые способствуют достижению им успеха. Мы будем говорить об этих качествах и способах их воспитания на протяжении всего нашего пособия. В этой главе хотелось бы остановиться подробнее вот на чём. Пять качеств успешных людей с точки зрения психологов:

1. Успешные люди честолюбивы.

Они видят себя способными стать лучше. Они развивают в себе способности, ни минуты не сомневаясь в правильности своих решений. Одарённым детям необходимо внушать потребность развиваться и менять себя к лучшему.

2. Успешные люди смелы и умеют рисковать.

Они работают, чтобы преодолевать опасения, которые сдерживают большинство людей. Два самых больших врага вашего успеха — опасения и сомнение. Устранение опасений и сомнения — ключ к успеху.

3. Успешные люди верят в себя и свое дело, они привержены своей идее.

Успешные люди в каждой области, в которой они работают, полностью преданы своему делу. Они верят в себя; они верят в свою компанию; они верят в свои изделия и услуги; они верят в своих клиентов; они имеют огромную веру. Вера в себя и свои возможности, в свои мысли и идеи – вот то, в чём нуждается каждый одарённый человек. Эта вера имеет своим основание безусловную веру родителей в своего ребёнка.

4. Успешные люди профессиональны и компетентны.

Они профессиональны в любом деле, которым занимаются, так как постоянно учатся и совершенствуются. Они вечные ученики. Профессионал никогда не прекращает узнавать новое. Они готовятся к любой ситуации, обдумывают вопросы перед каждой деловой встречей. Страсть к познанию нового, свойственная одарённым людям, позволяет достигать им больших профессиональных высот.

5. Успешные люди ответственны.

Они видят себя президентом своей собственной персональной корпорации услуг. Самая большая ошибка, которую мы можем когда-либо сделать, состоит в том, чтобы думать, что мы работаем для кого-то еще, кроме себя. Научитесь сами и научите своего одарённого ребёнка верить, что он — президент своей собственной жизни.

6. Успешные люди страстно жаждут - достичь своей цели, выполнить намеченное, внести изменения в свою жизнь.

7. Успешные люди конкурентоспособны – они умеют оставаться на плаву в самых экономически трудных ситуациях и ищут пути и способы финансирования своих проектов.

Психологи утверждают, что успешный человек успешен в любом деле. Что же объединяет успешных людей? Как правило, дело не только в таланте и врожденных способностях.

Их отличают:

- *активность*: они ценят активный образ жизни, с удовольствием проявляют инициативу;
- *креативность*: они рассматривают проблемные ситуации как интересные задачи для решения и не боятся их;
- *ответственность*: готовы брать ответственность за свои поступки и решения на себя;
- *уверенность*: верят в свои силы и стремятся проявить свои возможности в полной мере;
- *коммуникабельность*: умеют грамотно дать обратную связь, поддержать, попросить о помощи.

Завершить эту главу мне бы хотелось притчей.

Притча “Бабочка”

Однажды в коконе появилась маленькая щель. случайно проходивший мимо человек долгие часы стоял и наблюдал, как через эту маленькую щель пытается выбраться бабочка. Прошло много времени, бабочка как будто оставила свои усилия, а щель была все такой же маленькой. Казалось, бабочка сделала все, что могла, и ни на что другое у нее не было больше сил.

Тогда человек решил помочь бабочке, он взял перочинный ножик и разрезал кокон. Бабочка тотчас вылетела. Но ее тельце было слабым и немощным, ее крылья были прозрачными и едва двигались.

Человек продолжал наблюдать, думая, что вот-вот крылья бабочки расправятся и окрепнут и она улетит. Но ничего не случилось!

Остаток жизни бабочка волочила по земле свое слабое тельце, свои нерасправленные крылья. Она так и не смогла взлететь.

Иногда именно усилие необходимо нам в жизни. Если бы нам позволено было жить, не встречаясь с трудностями, мы были бы обделены. Мы не смогли бы стать такими сильными, как сейчас. Мы никогда не смогли бы летать.

Я просил сил... А жизнь дала мне трудности, чтобы сделать меня сильным.

Я просил мудрости... А жизнь дала мне проблемы для разрешения.

Я просил богатства... А жизнь дала мне мозг и мускулы, чтобы я мог работать.

Я просил возможность летать... А жизнь дала мне препятствия, чтобы я их преодолевал.

Я просил любви... А жизнь дала мне людей, которым я мог помогать в их проблемах.

Я просил благ... А жизнь дала мне возможности.

Я ничего не получил из того, о чем просил. Но я получил все, что мне было нужно.

Глава 1

Влияние родительской позиции на формирование личности ребёнка

Семья является тем социальным институтом, той ячейкой общества, в которой происходит формирование вступившего в жизнь человека. Она становится тем первым домом, в котором человек вырастает и получает первые

жизненные уроки, в котором он получает поддержку и помощь, в котором учится любви к миру и к людям. У ребенка, сохраняются на всю жизнь самые добрые и светлые воспоминания, согревающие его сердце и укрепляющие светлую волю в самые трудные моменты жизни. Детско-родительские отношения, которые мы станем рассматривать с самых разных сторон- это понятие очень широкое и содержит в себе следующие компоненты:

- эмоциональная часть взаимоотношений родителей и ребёнка. Проявляется в чувствительности к состояниям и настроениям ребёнка, собственно эмоциях родителя в присутствии ребёнка и в поведении, через которое он это выражает. Эмоциональное отношение взрослого к ребёнку можно описать с помощью знака этого отношения - позитивное - принятие, негативное - отвержение, амбивалентное- смешанные чувства, индифферентное – безразличное. В описании отношения родителя к ребёнку можно так же упомянуть о таком явлении, как эмоциональная дистанция между родителями и детьми.

-характер взаимодействия взрослого с ребёнком в процессе их общения. Родительское руководство ребёнком характеризуется целенаправленностью, способами и приёмами инструктирования и передачи информации, ориентацией на действия ребёнка , контролем и оцениванием. В этих взаимоотношениях ведущим всегда является взрослый, именно он задаёт контекст общения и наполняет его содержанием, формирует предметную среду и окружающее пространство под эти отношения. Ребёнок же постепенно осваивает предложенные взрослым возможности, обретая опыт и коммуникативные навыки, результатом чего являются различные психические

новообразования ребёнка в виде новых представлений об окружающем мире и о себе. Исследования неизменно указывают на двойственность отношения родителя к ребёнку. С одной стороны, центральной характеристикой этого отношения является любовь, которая определяет радость и удовольствие от общения с ребёнком, доверие к нему, стремление защитить и поддержать. С другой стороны – родительская позиция предполагает наличие требовательности и контроля по отношению к ребёнку.

Основные причины трудностей при общении родителя и ребёнка описывает в своих трудах О.А.Карабанова, профессор кафедры возрастной психологии факультета психологии МГУ :

1) неадекватность образа ребёнка у родителей, в котором неправильно отражены его потребности и мотивы, возрастные особенности и индивидуально-личностные характеристики;

2) неадекватность образа «Я как родитель» - нереалистичное представление родителя о себе как об «идеальном родителе», либо наоборот – как об очень плохом родителе (зависит от взаимоотношений в его родительской семье);

3) неправильные представления о цели и особенностях общения родителя с ребёнком, обусловленная отсутствием необходимых знаний;

4) неадекватность образа родителя у ребенка, обусловлена возрастными-психологическими особенностями самого ребёнка.

Было бы интересно рассмотреть, как стиль общения родителей с ребёнком влияет на него самого, какой

создаёт в семье климат и как определяет развитие способностей.

Прежде всего, важно отметить, что тип воспитания в семье может оказывать развивающее или сдерживающее влияние на развитие ребёнка и его особых способностей. Можно с уверенностью утверждать, что система воспитания не всегда складывается осознанно. Здесь имеется в виду и понимание целей воспитания, и формулировка его задач, и более или менее целенаправленное применение методов и приемов воспитания, учет того, что можно и чего нельзя допустить в отношении ребенка.

Небольшой тест: это диагностика типа родительского отношения, предложенная Д. Льюисом и адаптированная А. И. Савенковым для использования российскими родителями. Этот тест – не просто вопросы, отвечая на которые вы сможете лучше понять ваши взаимоотношения с ребёнком, но и своего рода – коррекционная программа для вашего общения.

Итак, **Тест родительской одарённости (Д.Льюис-А.И. Савенков)**

Прочитайте предложенные утверждения и посчитайте, со сколькими из них вы согласны.

1. Я отвечаю на все вопросы ребенка насколько возможно терпеливо и честно.
2. Серьезные вопросы и высказывания ребенка я воспринимаю всерьез.
3. Дома я выделил специальное место, где ребенок может демонстрировать свои работы.

4. Я не ругаю ребенка за беспорядок в его комнате или на столе, если это связано с творческим занятием или если работа еще не закончена.
5. Я предоставил ребенку комнату или часть комнаты исключительно для его занятий.
6. Я показываю ребенку, что он любим таким, какой он есть, а не за его достижения.
7. Я поручаю ребенку посильные заботы.
8. Я помогаю ребенку строить его собственные планы и принимать решения.
9. Я беру ребенка в поездки по интересным местам.
10. Я помогаю ребенку улучшить результат его работы.
11. Я помогаю ребенку нормально общаться с детьми из разных социальных и культурных слоев.
12. Я устанавливаю разумный поведенческий стандарт и слежу, чтобы ребенок ему следовал.
13. Я никогда не говорю ребенку, что он хуже других детей.
14. Я никогда не наказываю ребенка унижением.
15. Я помогаю ребенку находить книги и материалы для его любимых занятий.
16. Я стараюсь приучать ребенка мыслить самостоятельно.
17. Я регулярно читаю ребенку.
18. Я приучаю ребенка к чтению с малых лет.
19. Я пробуждаю ребенка придумывать истории, фантазировать.
20. Я внимательно отношусь к индивидуальным потребностям и интересам моего ребенка.
21. Я каждый день нахожу время, чтобы побыть с ребенком наедине.
22. Я позволяю ребенку принимать участие в планировании семейных дел и путешествий.

23. Я никогда не дразню ребенка за ошибки.
24. Я хвалю ребенка за выученные стихи, рассказы и песни.
25. Я учу ребенка свободно общаться со взрослыми любого возраста.
26. Я придумываю разные практические эксперименты, чтобы помочь ребенку больше узнать.
27. Я позволяю ребенку играть с ненужным хламом, если ему это интересно.
28. Я побуждаю ребенка находить проблемы и затем решать их.
29. В занятиях ребенка я всегда нахожу то, что достойно похвалы.
30. Я не хвалю его беспредметно и неискренне.
31. Я честен в оценке своих чувств к ребенку.
32. Не существует тем, которые я совершенно исключаю для обсуждения с ребенком.
33. Я действительно даю ребенку возможность принимать решения.
34. Я помогаю ребенку быть личностью.
35. Я помогаю ребенку находить заслуживающие внимания телепрограммы.
36. Я развиваю в ребенке позитивное восприятие его способностей.
37. Я никогда не отмахиваются от неудач ребенка, говоря: «Я этого тоже не умею».
38. Я поощряю в ребенке максимальную независимость от взрослых.
39. Я верю в здравый смысл ребенка и доверяю ему.
40. Я предпочитаю, чтобы основную часть работы, за которую взялся ребенок, он выполнял самостоятельно, даже если я не уверен в позитивном конечном результате.

Коротко результаты теста можно описать так: если вы согласны с 30 и более из 40 утверждений, это означает, что вы с лишком сконцентрированы на своём ребёнке и необходимо предоставить ему большую свободу для действий и принятия решений. Если вы согласны менее, чем с 10 утверждениями – возможно, Вам стоит подумать и над другими из них и начать применять их в жизни.

Психологи выделяют четыре наиболее общие тактики воспитания в семье и отвечающие им четыре типа семейных взаимоотношений: *диктат*, *опека*, *"невмешательство"* и *сотрудничество*.

Диктат в семье проявляется в систематическом подавлении одними членами семейства (преимущественно взрослыми) инициативы и чувства собственного достоинства у других его членов. Родители, разумеется, могут и должны предъявлять требования к своему ребёнку, исходя из целей воспитания, норм морали, конкретных ситуаций, в которых необходимо принимать педагогически и нравственно оправданные решения. Однако те из них, которые предпочитают всем видам воздействия приказ и насилие, желают утвердить собственное превосходство на ощущении зависимости другого, как правило, – более слабого, сталкиваются с сопротивлением ребёнка, который отвечает на нажим, принуждение, угрозы своими контрмерами: лицемерием, обманом, вспышками грубости, а иногда откровенной ненавистью. Но даже если сопротивление оказывается сломленным, вместе с ним оказываются сломленными и многие ценные качества личности: самостоятельность, чувство собственного достоинства, инициативность, вера в себя и в свои возможности. Безоглядная авторитарность родителей, игнорирование интересов и мнений ребёнка, подавление,

принуждение, а, в случае сопротивления ребенка порой еще и эмоциональное или физическое насилие над ним, систематическое лишение его права голоса при решении вопросов, к нему относящихся, - все это гарантия серьезных неудач и потерь в формировании его личности.

Опека в семье - это система отношений, при которых родители, обеспечивая своим трудом, удовлетворение всех потребностей ребенка, ограждают его от каких-либо забот, усилий и трудностей, принимая их на себя. Вопрос об активном формировании личности отходит на второй план. В центре воспитательных воздействий оказывается другая проблема - удовлетворение потребностей ребенка и ограждение его от трудностей. Родители, по сути, блокируют процесс серьезной подготовки их детей к столкновению с реальностью за порогом родного дома. Именно эти дети оказываются наиболее неприспособленными к жизни в коллективе. По данным психологических наблюдений именно такие подростки дают наибольшее число срывов в переходном возрасте. Как раз эти дети, которым казалось бы не на что жаловаться, начинают восставать против чрезмерной родительской опеки. Если диктат предполагает насилие, приказ, жесткий авторитаризм, то опека - заботу, ограждение от трудностей. Однако результат во многом совпадает: у детей отсутствует самостоятельность, инициатива, они так или иначе отстранены от решения вопросов, лично их касающихся, а тем более общих проблем семьи.

Система межличностных отношений в семье, строящаяся на признании возможности и даже целесообразности независимого существования взрослых от детей, может порождаться тактикой "*невмешательства*" - этот тип отношений называется

дистанция. Чаще всего в основе этого типа взаимоотношений лежит пассивность родителей как воспитателей, а порой и их эмоциональная холодность, безразличие, неумение и нежелание учиться быть родителями. Причем такой вариант может встречаться как в семьях с низким материальным достатком, неустроенных семьях (скажем, семья алкоголиков, где родители заинтересованы только в том, как в очередной раз раздобыть себе выпивки и им совершенно наплевать на детей), так и относительно устроенных, хорошо обеспеченных материально и благополучных семьях (состоятельные родители достигли высоких результатов в своей профессиональной сфере, в карьере, и, желая прежде всего обеспечить будущее материальное благополучие своих детей, с раннего возраста приучают их к своей будущей (иногда выбранной самими родителями) профессиональной ориентации, которая сама по себе может включать долгие периоды разлуки с родителями, в течение которых ребенок оказывается, предоставлен самому себе; после же того, как ребенок "встанет на ноги", практически всякая забота о нем прекращается).

Сотрудничество как тип взаимоотношений в семье предполагает опосредованность межличностных отношений в семье общими целями и задачами совместной деятельности, ее организацией и высокими нравственными ценностями. Именно в этой ситуации преодолевается эгоистический индивидуализм ребенка. Семья, где ведущим типом взаимоотношений является сотрудничество, где родители общаются в детьми на равных, где каждый может обратиться к другому с вопросом или просьбой и получить помощь,- обретает особое качество, становится группой высокого уровня

развития - коллективом. Это наиболее конструктивный стиль воспитания ребёнка и взаимоотношений с ним. Его обеспечивают такие черты личности родителя, как: стремление наиболее полно проявить свои задатки и способности; созидательность; умеренная тревожность; способность брать на себя ответственность; склонность к самоанализу, рефлексии. Такая семья обычно открыта социальным контактам, круг общения её достаточно широк, а интересы затрагивают самые различные сферы. Можно предположить, что хотя бы один, а ещё лучше - оба родителя могут являть собой образец для подражания с точки зрения качества жизни и очень заинтересованы в развитии своего ребёнка, тогда способности обретают почву для развития, роста и проявления.

Уже было сказано, что стиль взаимоотношений в семье складывается не совсем осознанно и определяется набором преобладающих качеств характера родителей. Неконструктивные стили воспитания в семье, такие как диктат, опека и невмешательство, приводят к формированию у ребёнка неврозов и различных других аномалий личности, начиная с самого детского возраста. Так, один из основоположников отечественной психиатрии И.М.Балинский (1859) считал, что строгое, несправедливое отношение к детям в семье является немаловажной причиной развития у них душевного болезненного состояния; чрезмерно снисходительное отношение - причиной переходящей через край эмоциональности у детей; предъявление чрезмерных требований - причиной душевной слабости ребенка. Жестокое воспитание (по мнению Сикорского И.А.) способствует возникновению у ребенка чувства страха; изнеживающее (расслабляющее) воспитание формирует субъективизм и непостоянство

характера; пренебрежение воспитанием ведет к трудностям в воспитательном отношении вообще. Многие источники, также, указывают на то, что воспитание в условиях строгих, но противоречивых требований и запретов является предрасполагающим фактором для невроза навязчивых состояний и психастении; воспитание по типу чрезмерного внимания и удовлетворения всех желаний ребенка ведет к развитию истерических черт характера с эгоцентризмом, повышенной эмотивностью и отсутствием самоконтроля; предъявление непосильных требований к детям признан этиологическим фактором неврастении. А.Адлер (1928, 1930) отмечает, что изнеживающее воспитание способствует развитию чувства неполноценности и тенденции к доминированию, вплоть до тирании. С. Блюменфельд, И.Александреско, Т. Георгиу (1970) считают, что, прежде всего, к неустойчивости психики, и агрессивности детей, приводит родительская гиперпротекция(опека) или радикальное пренебрежение. Б.Берельсон, Г. Стейнер, обобщая результаты многих исследователей, считают установленным тот факт, что чем меньше ласки, заботы и тепла получает ребенок, тем медленнее он созревает как личность, тем больше он склонен к пассивности и апатичности и тем более вероятно, что в дальнейшем у него сформируется слабый характер (Захаров А.И., 1998). Интересно, что исследователи отмечают, что российские родители чаще всего используют в воспитательных целях высокий уровень контроля, часто применяют строгие меры наказания, даже тогда, когда сильно выражено принятие своего ребенка. Прослеживается недостаточное применение сотрудничества, признание прав ребенка,

частое присутствие воспитательной конфронтации в семье, стремление родителей к инфантилизации ребенка.

В своем исследовании Д. Боумрин (Семья в консультативной практике, 1989) пришел к выводу, что оптимальным условием воспитания является сочетание высокой требовательности и контроля с демократичностью и принятием. В своей работе он даёт общую характеристику идеальной пары родителей, с точки зрения воспитания детей: общительные, доброжелательные, им характерно осознанное соблюдение норм и правил поведения, настойчивость в достижении цели, точность, ответственность. Они откровенны, доверчивы, благожелательны к людям, терпимы, уживчивы, свободны от зависти. Для женщин характерна женственность, способность к эмпатии, стремление к покровительству, тревожность, впечатлительность. Для мужчин - мужественность, самоуверенность, рассудочность, уверенность в себе. Для этих родителей характерно принятие, средний уровень контроля, последовательность в требованиях, признание прав ребенка, сотрудничество с ним.

Для остальных родителей могут быть свойственны следующие черты:

тревожность, ранимость депрессивность, напряженность, фрустрированность, взвинченность, возбуждение и беспокойство, а также активное неудовлетворение стремлений, склонность все усложнять, пессимистичность в восприятии действительности.

Процесс воспитания в семье носит характер обратной связи и, воспитывая своих детей, родители воспитывают тем самым и самих себя. В зависимости от характера воспитания (модели воспитания), отношения

родителей к ребенку происходит формирование определенных, порой достаточно устойчивых, взаимоотношений между ними. И если деспотичное, авторитарное поведение родителей и подавление интересов ребенка своими интересами, насильственное навязывание ему своих взглядов и представлений с жесткой критикой в адрес его собственных также как и политика "невмешательства", игнорирование интересов ребенка, полное отсутствие заинтересованности к его жизни (гипоопека) формируют слабую, несамостоятельную, неуверенную в себе личность, то сочетание внимательного, заботливого отношения в своем ребенке без излишней навязчивости, стремления "залезть в душу" с любовью и готовностью помочь, если об этом попросят, поддержать, воодушевить в трудных ситуациях становятся залогом формирования полноценного, душевно здорового, готового и способного помочь окружающим человека.

Таким образом, для того, чтобы максимизировать положительные и свести к минимуму отрицательное влияние семьи на воспитание ребенка необходимо регулярно предпринимать определённые действия, имеющие воспитательное значение:

- Принимать активное участие в жизни семьи;
- Всегда находить время, чтобы поговорить с ребенком;
- Интересоваться проблемами ребенка, вникать во все возникающие в его жизни сложности и помогать развивать свои умения и таланты;
- Не оказывать на ребенка никакого нажима, помогая ему тем самым самостоятельно принимать решения;

- Иметь представление о различных этапах в жизни ребенка;
- Уважать право ребенка на собственное мнение;
- Относиться к ребенку как к равноправному партнеру, который просто пока что обладает меньшим жизненным опытом;
- С уважением относиться к стремлению всех остальных членов семьи делать карьеру и самосовершенствоваться.

Глава2

Одарённый дошкольник - начало развития способностей закладывается в семье

С моей точки зрения, основная цель раннего развития — это предотвратить появление несчастных детей.

Ребенку дают слушать хорошую музыку и учат играть на скрипке не для того, чтобы вырастить из него выдающегося музыканта. Его учат иностранному языку

не для того, чтобы воспитать гениального лингвиста, и даже не для того, чтобы подготовить его в «хороший» детский сад и начальную школу.

Главное — развить в ребенке его безграничные потенциальные возможности, чтобы больше стало радости в его жизни и в мире.

Масару Ибука

Хочется привести ещё одну цитату Масару Ибука, известного японского инженера и предпринимателя, одного из основателей корпорации Sony и создателя новаторской концепции по воспитанию и развитию юных

гениев, которую он изложил в своей книге «После трёх уже поздно»: «Исследования физиологии мозга, с одной стороны, и детской психологии, с другой, показали, что ключ к развитию умственных способностей ребенка - это его личный опыт познания в первые три года жизни, т.е. в период развития мозговых клеток. Ни один ребенок не рождается гением, и ни один - дураком. Все зависит от стимуляции и степени развития головного мозга в решающие годы жизни ребенка. Это годы с рождения до трехлетнего возраста. В детском саду воспитывать уже поздно». Считается, что умственное развитие ребёнка от рождения до 3 лет по своим возможностям аналогично развитию от 4 до 17 лет.

Для того чтобы лучше понять, как нам быть с нашим одарённым малышом, обратимся в начале к теории. Согласно наблюдениям психологов, одарённость в человеке формируется и развивается под влиянием двух факторов: задатки и влияние окружающей среды. Задатки - это особые анатомо-физиологические особенности, позволяющие человеку, их имеющему, воспринимать информацию определённого рода и формировать умения и навыки для конкретной деятельности скорее, чем другие. Они определяются генетически, даются от природы и передаются наследственно, мы не можем как-либо повлиять на это. А вот воздействие окружающей среды - это тот фактор, где значимость влияния семьи на открытие и развитие способностей переоценить просто невозможно. Учёные разных направлений - психологи, социологи, педагоги сходятся в одном мнении - семья - это основной фактор, определяющий развитие способностей ребёнка.

О чём важно помнить и задумываться родителям, если они хотят соучаствовать в развитии интеллекта и креативности своего маленького человечка?

Дошкольный возраст - оптимальный период наиболее интенсивного развития всех способностей. Проявляются они в соответствующем порядке доступности малышу той или иной деятельности: самой ранней обнаруживается художественная одаренность - сначала к музыке, затем к рисованию, позже к науке, причем раньше других проявляется одаренность к математике. Проявиться и развиться одаренность может только в деятельности, поэтому правильно организованная деятельность ребёнка – единственный путь для формирования таланта. К.Д.Ушинский писал: «Основной закон детской природы можно выразить так: ребенок нуждается в деятельности непрерывно и утомляется не деятельностью, а ее однообразием или односторонностью». Задача родителей - создавать удобную для малыша предметную среду, предоставляющую всевозможные предметы: конструкторы, материалы, карандаши, краски, бумага, ножницы, клей и всё другое, необходимое малышу для реализации его идей.

Известный психолог Н.С. Лейтес указал на два важнейших свойства одаренного ребёнка, необходимых в проявлении и реализации одаренности- это его неугасающая активность и саморегуляция. Работоспособность малыша значительно выше, чем у взрослого, и задача родителей поддержать её и направить в деятельность, соответствующую интересам, потребностям и склонностям ребёнка. Самое важное, просто бесценное для его будущего, качество, которое родители могут сформировать у своего малыша - это

трудолюбие. Им необходимо так управлять деятельностью малыша, чтобы он научился доводить начатое дело до конца и получать результат, не смотря на трудности. При этом важно учитывать возрастные особенности детского мышления и восприятия, наполняя время ребёнка возможностями для реализации специфически детских видов деятельности: предметная игра, рисование, лепка, конструирование- именно они необходимы для развития малыша в этот возрастной период. Академик А.В Запорожец, посвятивший свои изыскания вопросам развития в дошкольном возрасте, указывал, что если не позволить сформироваться наглядно – действенному мышлению ребёнка, то его восприятие окружающего мира в дальнейшем станет слишком оторванным от реальности.

Открытие ребёнком своей одарённости, как отличия от окружающих, может произойти в самом разном возрасте. Однако, как правило, одарённые дети очень рано начинают осознавать своё отличие от других людей. Маленький человек не открывает в себе именно одарённость или некие сверхспособности. Почти во всём одарённый ребёнок такой же, как и все остальные дети, а уникален он в чём – то немногом, но именно эта уникальность определяет его развитие и судьбу. Он просто начинает понимать и остро переживать эту самую разницу между собой и окружающими. То, каким будет это переживание - позитивным или негативным, целиком и полностью зависит от позиции родителей и их собственного отношения к одарённости их сына или дочери. Представление ребёнка о самом себе складывается как кристаллизация того, как на него реагируют - прежде всего родители, а затем уже – другие люди. Исследуя окружающий мир и общаясь, ребёнок опытным путём

познаёт, что он может или не может сделать в реальном мире, а окружающие своим отношением показывают ему, что именно в этом для них ценно. В любом возрасте человек формирует, развивает и усиливает те приёмы и модели поведения, которые приносят желаемый эффект, и отбрасывает те, что этого эффекта не приносят. Родителям важно вести себя так, чтобы в ребёнке формировалось правильное здоровое самовосприятие, понимание системы ценностей и представление о том, чего от него ждут. Тем, кто воспитывает одарённых детей, необходимо присмотреться к своим собственным реакциям на ребёнка: какие аспекты поведения обычно находят в вас самый сильный отклик? Что в его поведении вызывает вашу улыбку, одобрительный взгляд, внимательный поворот головы? О каких ребячьих достижениях вы с восторгом и любовной гордостью говорите по телефону? Всё это впечатлительные малыши прекрасно улавливают и отчётливо понимают. Родителям необходимо быть бдительными и честными перед собой, чтобы не допускать искажений в семейной системе поддержки и развития одарённого ребёнка.

Наиболее продуктивной с точки зрения развития, конечно же, является заинтересованная позиция родителей по отношению к одарённости их ребёнка. Она выражается в том, что родители много беседуют с ребёнком, отвечают на его вопросы, играют и занимаются с ним, посещают развивающие занятия, а так же участвуют в жизни того дошкольного учреждения, которое ребёнок посещает. Кроме того, для правильного развития ребёнка необходимо учитывать его возрастные особенности, его образное мышление, несформированную волевою сферу и потребность в игровых формах взаимодействия. Такое

отношение родителей позволяет способностям ребёнка развиваться в наибольшей степени – развиваются все стороны познавательной и личностной сферы - мышление, речь, внимание, память, креативность, что обеспечивает высокие результаты не только в настоящий момент, но и в дальнейшем.

Но встречается и другое отношение родителей к талантам ребёнка. Например, если всё внимание родителей заострено только на способностях ребёнка- его самовосприятие сильно искажается. Такое отношение может привести к эмоциональной травме, т.к. малыш тонко чувствует, что нужен и любим не он сам, а его необычные способности и его достижения. Малыш прилагает все силы, чтобы соответствовать ожиданиям взрослых, но творческие задачи ему становятся не по плечу и его развитие замедляется. Школьные трудности вызовут у такого малыша самый настоящий стресс, потому что его основной интерес - это не узнавание и открытие мира, а получение хороших оценок. Он может быть хорошо осведомлён и быть успевающим младшим школьником, но его познавательная активность снижена, он часто чувствует себя усталым, неуверенным в себе и его ничего не интересует. И тогда успешный дошкольник может стать весьма средним старшеклассником.

Ещё один вариант отношения к одарённости ребёнка со стороны родителей - это игнорирование. Когда родители не понимают и пугаются необычных проявлений своего малыша, и хотят только одного, чтобы он был как все, будучи уверенными, что только это позволит ему стать счастливым и найти своё место среди людей. Игнорирование - это не нейтральное отношение, это особая враждебная реакция, приводящая к погашению

нежелательного поведения. И такое отношение приводит к совершенно неожиданному результату. Особые таланты ребёнка никуда не исчезают из-за такого отношения родителей, ведь они – неотъемлемая часть сущности ребёнка, но ему самому приходится разбираться в тех задачах, которые ставит перед ним социум, и он не имеет никакой возможности обсудить свои трудности с самыми близкими людьми – своими родителями. «Твои способности нас не радуют!» - как бы сообщают родители своему ребёнку, и ребёнок, сбитый с толку тем, что он не такой как все, вынужден скрывать их. Ежедневно, он фальсифицирует свою личность, скрывая свои способности и стыдясь того, что отличает его от сверстников. Это сильно тормозит личностное развитие из-за невозможности свободно разобраться в себе и получить поддержку взрослых.

Нужно отметить, что одним из наиболее ярких признаков необычных способностей малыша - является высокий уровень речевого развития(об этом говорит К.Тэкэкс в своей книге«Счастливые родители одарённых детей») Одарённые дети начинают говорить значительно раньше, практически сразу используя в своей речи сложные для их возраста конструкции. Но важно понимать, что речевое общение, несмотря на всю развитость этого канала у одарённых детей, - это лишь малая и не главная часть канала общения и опыта для маленького ребёнка. Как всякий ребёнок, одарённый ребёнок общается прежде всего – эмоционально, понимая своих родителей и окружающих людей через их жесты и мимику.

Ещё один фактор, отмечаемый у одаренных детей- это несоответствие между его умственным развитием и

уровнем развития тонкой моторики рук и общей моторной координацией – руки и тело могут быть не столь ловкими, как у его сверстников, что в школе станет дополнительным источником переживаний для малыша. Чуткое и внимательное отношения взрослых к этой трудности ребёнка поможет преодолеть её быстрее, чем суровая дрессура.

В поведении многих одарённых детей, по наблюдениям родителей и психологов, часто проявляются два аспекта, которые беспокоят и тех и других, и зачастую болезненно сказываются на самих детях. Одно из них – стремление преуспеть во всём. Это одно из отличительных качеств всех людей, имеющих большие достижения – одарённые дети отличаются от своих способных сверстников именно тем, что с очень раннего возраста они хотят достичь успеха. С точки зрения психологии, это обусловлено тем, что такая устремлённость заложена в ребёнке генетически – это потребность одарённости как социального явления в реализации себя для тех изменений в обществе и в мире, которые она и должна осуществить. Ещё одна особенность одарённых детей, доставляющая массу беспокойства и хлопот – это их стремление к справедливости и истине, проявляющееся как потребность командовать всеми, поправлять и указывать на ошибки. Один из приёмов, подходящих ситуации для того, чтобы сгладить эти проявления – это ролевая игра. Возьмите на себя роль такого же одарённого ребёнка: поставьте перед малышом задачу с недостаточными условиями, скажите ему ответ прежде, чем он сумеет сообразить сам и пожурийте за слишком медленную или неправильную реакцию. Такие ситуации в реальной жизни практически не случаются с одарённым ребёнком, и ему невозможно понять, как его

поведение влияет на окружающих людей. Вопросы, вроде «А если бы ты был на его месте?» или «А тебе хорошо бы было, если бы он так сделал?» - не оказывают воздействия на малыша и не вызывают желаемой реакции сопереживания, так как не подкреплены собственным опытом ребёнка. Поскольку естественный эгоцентризм, свойственный всем детям до 7 лет, а одарённым в особенности, не позволяет принять точку зрения другого человека, взрослые должны найти другой способ помочь ему воспринять всё так, как следует. Ролевая игра для понимания любой возникающей ситуации является гораздо лучшим инструментом, чем просто речевая коммуникация, используя её взрослые могут добиться впечатляющих результатов в социальном развитии ребёнка, несмотря на то, что одарённый ребёнок превосходно владеет речью.

Очень важно для воспитания одарённого малыша, чтобы родители определились в своих собственных человеческих и социальных ценностях. Что самое важное в жизни? Что они хотят дать своему ребёнку, чему научить? Какие слабые стороны ребёнка получают поддержку и развитие в их семейной жизни? Какие награды даются за готовность помочь, щедрость души, терпение, упорство, ответственность, оптимизм, храбрость и честность, когда эти черты проявляются в поступках маленького человека? Родители должны спрашивать себя «Что я вижу, что я больше всего ценю в моём ребёнке и как показать ему это?» Тогда ребёнок сможет увидеть себя через призму родительских оценок во всей своей многогранности, а не как в кривом зеркале, в котором гипертрофированно отражаются его таланты. Очень важно для развития ребёнка положительное, активное и заинтересованное отношения к жизни у самих родителей. Исследования

семей одарённых детей показало, что родители детей, демонстрирующих высокий уровень развития способностей, проводят своё свободное время очень активно и с большим интересом к окружающему миру. Социально открытая и активная позиция всей семьи, активное взаимодействие и сотрудничество между всеми родственниками, позитивное общение с родителем противоположного пола оказывают самое положительное влияние на развитие способностей детей.

Одарённый ребёнок вправе рассчитывать на внимание и поддержку родителей в поиске наилучшего использования его способностей и для него самого, и для окружающих. Отношения между ним и его родителями- это самое важное в воспитании добрых чувств к самому себе и всему миру.

Итак, обобщая можно привести несколько советов родителям при воспитании одарённого малыша:

- Помните, что самый бесценный период для развития вашего малыша – это период до трёх лет.
- Сохраняйте заинтересованную позицию по отношению к своему ребёнку. Именно такое отношение позволяет одарённости и всем качествам личности ребёнка раскрыться наиболее полно.
- Приучайте своего ребёнка к трудолюбию, к труду в радости, это станет его бесценным багажом в будущем.
- Хвалите и одобряйте ребёнка за его попытки овладеть самыми разными способами и сферами деятельности, а не только за результаты и достижения. Это позволит малышу понимать, что вам важен он сам, а не его успехи.

- Будьте честными. Все дети весьма чувствительны ко лжи, а к одаренным детям это относится в большей степени.
- Помните, что речевой обмен с ребёнком до 7 лет – не всегда эффективный путь к взаимопониманию. Используйте для коммуникации такие приёмы, как ролевая игра. Избегайте длинных объяснений или бесед (нравоучений).
- Старайтесь вовремя уловить изменения в ребенке. Они могут выражаться в неординарных вопросах или в поведении и являться признаком одаренности.
- Проанализируйте вашу собственную систему ценностей в отношении воспитания детей. Способствует ли она реализации личности и одаренности?
- Уважайте в ребенке индивидуальность. Не стремитесь проецировать на него собственные интересы и увлечения.

Глава 3

Одарённый школьник - разве ему может быть трудно ?

Трудным одарённый ребёнок бывает не из-за того, каким он является, а из-за того, каким он не является. Не одарённость становится «драмой», а запущенность тех сторон детской личности, которые оказываются невостребованными...

Развивать надо не только специфическое дарование. Необходимо учитывать всю личность, её эмоциональные, интеллектуальные, художественные, социальные способности.

Когда одарённому ребёнку помогают подобающим образом,

*он не бывает проблематичным.
Эрика Ландау, из кн. «Одарённость требует мужества»*

Признание и распознавание таланта в собственном ребёнке требует от его родителей не только мужества, но и обладания соответствующими знаниями и представлениями. Как понять, просто ли это проявление ускоренного психического развития, свойственное детству или на самом деле неординарность и талантливость ребёнка, требующая внимания и развития? В настоящее время российские психологи и их иностранные коллеги год за годом проводят свои исследования, стараясь уточнить и сделать свои методики выявления таланта всё более универсальными и всё более точными, учитывающими все нюансы и тонкости детской психики. Но сколько бы не существовало методик выявления способностей, основное мерило – это наша родительская чуткость, позволяющая в самое раннее время уловить в своём ребёнке проявление одарённости и дать ей возможность прорасти и сформироваться. Никакие тесты не заменят родительского внимания к тому, что ребёнок делает и как он себя проявляет. Анкета, разработанная учеными – психологами, специалистами в области детской психологии А. де Хоаном и Г. Кафом, потребует от родителей точного знания всех проявлений ребёнка в деятельности и общении. Отметив те пункты, которые действительно ярко выражены, можно получить достаточно точную карту области (областей), в которых ребёнок талантлив.

Как распознать талант

(методика А. де Хоан - Г. Кафа)

У вашего ребёнка:

Очевидные технические способности, если он:

- Интересуется самыми разнообразными механизмами и машинами.
- Может чинить испорченные приборы и механизмы, использовать старые детали для создания новых игрушек, приборов, поделок, находит оригинальные решения.
- Любит и умеет рисовать, “видит” чертежи и эскизы механизмов.
- Интересуется специальной, даже взрослой технической литературой.

Музыкальный талант, если он:

- Любит музыку и музыкальные записи, всегда стремится туда, где можно послушать музыку.
- Очень быстро и легко отзывается на ритм и мелодии, внимательно вслушивается в них, легко их запоминает; поет или играет на музыкальном инструменте, вкладывает в исполнение много чувства и энергии, а также свое настроение.
- Сочиняет свои собственные мелодии;
- Научился играть на каком –либо музыкальном инструменте.

Артистический талант, если он:

- Часто выражает свои чувства мимикой, жестами и движениями.
- Стремится вызвать эмоциональные реакции у других, когда с увлечением о чем – то рассказывает.
- Меняет тональность голоса, непроизвольно подражая человеку, о котором рассказывает.
- С большим желанием выступает перед аудиторией, причем стремится, чтобы его зрителями были взрослые.

- Любит и понимает значение красивой или характерной одежды.

Незаурядный интеллект, если он:

- Хорошо рассуждать, ясно мыслит, понимает недосказанное, улавливает причины и мотивы поступков других людей.
- Обладает хорошей памятью.
- Легко и быстро схватывает новый школьный материал.
- Задает очень много продуманных и оправданных ситуаций вопросов.
- Обладает чувством собственного достоинства и здравым смыслом, рассудителен, не по годам, даже расчетлив.
- Очень восприимчив, наблюдателен, быстро, но не обязательно остро, реагирует на всё новое и неожиданное в жизни.

Спортивный талант, если он:

- Он очень энергичен и все время хочет двигаться.
- Он смел до безрассудности и не боится синяков и шишек.
- Лучше многих других сверстников физически развит и координирован в движениях, двигается легко, пластично, грациозно.
- Предпочитает книгам и другим спокойным развлечениям игры, соревнования, даже беготню.
- Кажется, что он никогда всерьез не устает.

Литературное дарование, если он:

- Рассказывает о чем – либо, умеет придерживаться выбранного сюжета, не теряя основную мысль.
- Любит фантазировать или импровизировать на тему действительного события, причем придает событию что – то новое и необычное.
- Изобретает персонажи своих фантазий интересными, очеловеченными.

- Любит, уединившись, писать рассказы, стихи, не боится начать писать роман о собственной жизни.

Художественные способности, если он:

- Не находя слов или захлебываясь, прибегает к рисунку или лепке для того, чтобы выразить свои чувства или настроение.
- В своих рисунках и картинках отражает все разнообразие предметов, людей, животных, ситуация, а не “зацикливается” на изображение чего – то вполне удавшегося.
- Серьезно относится к произведениям искусства, становится вдумчивым и очень сосредоточенным, когда его внимание привлекает какое – либо произведение искусства или пейзаж.
- Стремится создать какое – либо произведение, имеющее очевидное прикладное значение для дома, одежды, или что – ни будь подобное.

Проанализировав карту одарённости вашего ребёнка, вы сумеете понять как и в чём помогать нашему ребёнку в развитии, на что обращать внимание и концентрировать усилия и внимание, с чем, наиболее вероятно, будет связана его деятельность и будущее. Это не означает, что все остальные сферы развития нужно игнорировать. Разнообразные навыки и знания в самых разных областях только обогатят и разнообразят вашу жизнь. Кроме того, те занятия, в которых дети показывают не самые блестящие результаты, если их использовать с разумной частотой, позволят вам оградить детей от присущего им переживания собственного несовершенства в случае неудачи. Очень важно, чтобы ребёнок с выдающимися способностями иногда чувствовал себя посредственностью, таким образом

он обучается терпимости, и лучшему пониманию самого себя и окружающих.

Рассмотрев различные пути и способы того, как родители могут помочь своему одарённому малышу стать успешным, в продолжении этой главы нам будет важно коснуться преимущественно трудностей, которые возникают у одарённых детей.

Наиболее ярко и интенсивно трудности одарённого ребёнка начинают проявляться с приходом его в школу. Новые условия и требования, которые предъявляет непривычная ситуация, новые социальные роли, даже внезапно изменившиеся ожидания со стороны родителей - всё это создаёт дополнительную нагрузку на ребёнка. При том, что начало обучения в школе совпадает с возрастом, наиболее благоприятным для впитывания новых знаний: это период, когда мозг активно поглощает новую информацию, а характерные особенности детей 6-7 лет - доверчивая готовность подчиняться авторитетам, очень тонкая восприимчивость и впечатлительность, наивно-игровое отношения к тому, с чем они сталкиваются - очень этому способствуют. В начале школьного пути ранний подъём умственных сил можно наблюдать практически у каждого ребёнка. К сожалению, с возрастом происходит не только увеличение возможностей детей, но и утрата многих возможностей детской психики. И можно с уверенностью сказать, что результат развития одарённости зависит от тех качеств личности ребёнка, которые сформировали или заложили в нём родители на предыдущих этапах. Об этом же говорят исследования в области развития одарённости детей. Не только одарённость или качества ума влияют на то, каким человеком вырастет ребёнок, но и наоборот - именно

качества личности создают возможность или невозможность для проявления способностей в социуме. Наличие одарённости обычно приводит к неравномерности развития психики ребёнка: какие – то её свойства развиваются стремительно и очень быстро «взрослеют», а другие – тормозятся и так и остаются в инфантильном состоянии на долгое время. Очень часто случается так, что особенности одарённого ребёнка воспринимаются окружающими людьми как признаки отставания, а не одарённости. Они могут быть следующими: трудности в нахождении друзей, близких по духу и возможностям, ранний интерес к мировым проблемам и судьбе человечества, нежелание участвовать в играх сверстников, если они им неинтересны, проблемы подстраиваться под ожидания других, быть таким, как все, школьные трудности, обусловленные скукой при отсутствии там стимулов для умственной деятельности и развития. Очень часто одарённые дети не распознаются взрослыми ещё и потому, что последние остро осознают свою непохожесть, воспринимают её как аномалию и начинают скрывать от окружающих, о чём уже упоминалось в предыдущей главе. Такие дети очень быстро переходят в категорию так называемых «недостиженцев». Кроме того, в школьном возрасте одарённость оценивается через призму академических успехов и хорошей успеваемости.

М.Карне, один из соавторов американского сборника «Одарённые дети», отмечает следующие психологические факторы, как мешающие развитию способностей детей: негативные отношения к школе и к учёбе; нарушение взаимоотношений с родителями, подверженность колебаниям настроения, депрессии, духу негативизма и противоречия, эмоциональная неуравновешенность, скука;

низкая самооценка, чувство «гонимости»; перекалывание вины на других, тенденция к полному самооправданию всех своих недостатков, чувствительность к критике и стремление критиковать других; склонность к фантазированию и нереалистичные цели; неумение строить межличностные отношения, недоверие к людям; недостаток настойчивости, склонность отвлекаться на нечто более лёгкое и увлекательное и откладывать дела; отсутствие самодисциплины и ответственности; недостаток лидерских качеств; отсутствие увлечений или избыточный интерес к ним, уход в них в ущерб остальным обязанностям или деятельности. Все их можно разделить на три большие группы: нарушение взаимоотношений с окружающими (прежде всего- с родителями), слабая адаптивность и отсутствие социальной рефлексии; неприязнь к школе и учению; эмоциональная неуравновешенность и отсутствие самодисциплины и мотивации.

Все психологи, работавшие в области одарённости и создававшие модели одарённости как особой структуры, признают, что на эволюцию одарённости однозначно влияет уровень развития и сформированности личности. Мы уже размышляли о том, как важен факт одобрительного отношения к одарённости со стороны родителей и окружения ребёнка на её становление. Общеизвестный в психологии факты утраты ярких способностей к моменту взросления так же связывается с личностными особенностями ребёнка.

Нужно отметить, что для ребёнка 7-8 лет ещё важно делать приятное родителям, преуспевать в их глазах – практически, это главный мотив деятельности в этом

возрасте. Родителям очень важно хвалить и поощрять малыша за различные попытки освоить разные виды деятельности, а не только за достижение успеха в чём-либо. Тогда ребёнок будет пробовать себя в различных областях, а не стремиться к похвале любой ценой. Критика очень ранит сверхчувствительного одарённого ребёнка. Может случиться так, что самые безобидные и нейтральные замечания вызывают в нём бурную реакцию там, где другой бы ничего и не заметил. С этим необходимо считаться и вырабатывать в ребёнке терпеливое отношение к мнению других людей, о чём мы так же говорили выше. Ещё одна болезненная черта, которую часто проявляют одарённые дети - это стремление во всём достигать совершенства. Они предъявляют к своим детским достижениям взрослые требования, и всегда остаются недовольны собой и своим продуктом, оценивая их как неудачные, что приводит к личным драмам и глубоким внутренним переживаниям неудовлетворённости и собственной никчёмности. Временами у одарённого ребёнка могут проявляться повышенная молчаливость и замкнутость или, наоборот, потребность в общении и отстаивании своего мнения.

На проявление одарённости у детей, по мнению английской исследовательницы Дж. Фримен, сильное влияние оказывает гендерный фактор. Так, девочки одарённые от природы так же ярко, как мальчики, очень часто недооценивают свои возможности и способности и чаще подвержены перепадам настроения и депрессиям. Она указывает, что при воспитании одарённого ребёнка необходимо создавать обстановку радости, вносить в его жизнь как можно больше позитивных эмоций.

Процесс обучения – это всегда процесс сравнения ребёнком себя с другими. В таких условиях необходимо учить одарённого ребёнка наиболее полным и точным знаниям о себе, в противном случае он может стать жертвой чужих негативных мнений и оценок, что приведёт к блокированию его активности. В исследовании А.В.Захаровой отмечается: "Необходимо учить детей самостоятельно и аргументировано оценивать свои возможности, умения и личные качества, как со своей собственной точки зрения, так и с точки зрения другого человека; точнее, адекватнее и стабильнее оценивать свои знания и умения, проявляющиеся как в учебной, так и в трудовой деятельности. Большие возможности для формирования у ребенка этих способностей представляет также любая деятельность ребенка, имеющая творческий характер"

Такой фактор развития личности как самооценка и характер её изменения существенно влияют на ход психического развития ребёнка.

Особенности детей с различным уровнем самооценки:

- если самооценка ребёнка – школьника адекватна, то ему свойственны следующие качества: активность, бодрость, чувство юмора, жизнерадостность, общительность. Такие ребята адекватно оценивают свои достоинства и недостатки и терпимо относятся к критике.
- заниженная самооценка приводит к тому, что ребёнок делается пассивен, замкнут, мнителен и очень раним. У него пессимистическое восприятие мира и самого себя. Критика приводит к ещё более угнетённому состоянию. Эти дети практически не видят своих достоинств и преувеличивают недостатки.

- если самооценка завышена - ребёнок начинает проявлять высокомерие, бестактность, стремление любой ценой привлечь внимание. Преувеличивая собственные возможности, критикуют одноклассников и взрослых, на критику себя отвечают нападением.

Особенность самооценки одарённого ребёнка в том, что она подвержена очень сильным колебаниям в зависимости от малейшей неудачи. Причиной самобичевания и самоуничтожения может стать любой повод- стремление не подводить родителей, потребность доводить всё до совершенства и т.д. Факторы, которые оказывают подобное влияние на самооценку одаренного ребенка следующие:

- завышенные стандарты оценки своей деятельности и чувство неудовлетворенности, возникающее в случаях, когда достигнутые результаты оказываются ниже, чем ожидалось;

- чрезвычайно высокие личные стандарты, которые складываются под влиянием окружающих, критичное отношение к себе и мучительное ощущение своего несоответствия этим требованиям, страх не оправдать ожидания окружающих;

- повышенная чувствительность, неумение адекватно пережить малейшую неудачу;

- ответная реакция на неуспех в школьном обучении (известно, что высокая творческая и интеллектуальная одаренность может сочетаться с низкой успеваемостью в школе);

- объективные и субъективные сложности вхождения одаренного ребенка в детский коллектив (эффект "белой вороны"), феномены "социального" и "эмоционального дисбаланса" (при которых высокий уровень

интеллектуального и творческого развития не соответствует развитию коммуникативных и эмоциональных процессов);

- несоответствие между высоким интеллектуальным развитием и развитием двигательных навыков (феномен "двигательного дисбаланса") - Немало дополнительных переживаний выпадает на долю такого ребенка, если ему почему – либо не даются физкультура, занятия по труду.

Эти же факторы тормозят развитие способностей ребёнка.

В заключение данной главы предлагаю ознакомиться с рекомендациями американских психологов.

Как надо вести себя родителям с одаренным ребенком.

- Считать себя самым счастливым из родителей.
- Понять ребенка и признать его неординарность, учитывать всю уникальность его данных.
- Хвалить за его реальные успехи и достижения, независимо от того, считаете ли вы их социально важными или нет.
- Обратить внимание на своё стремление преуспеть и выделиться среди окружающих за счёт демонстрации способностей вашего ребёнка и освободить его от необходимости делать вам приятное , напрягая все свои силы.
- Помнить, что его жизнь – это поле для проявления Его собственный увлечений, интересов и возможностей, а не для удовлетворения наших родительских амбиций и ожиданий.
- Создать ребенку атмосферу творчества и всемерно поддерживать возникший интерес. Не подрезать ребенку крылья, а отправляться с ним “полет”.
- Учить терпению и поощрять за все старания.

- Деликатно помогать ему и проявлять тактичность и бережность в общении с ним.
- Помочь наладить отношения со сверстниками. Учить быть дружелюбными в коллективе.
- Учить проигрывать и не воспринимать любую неудачу как трагедию.
- Всё время ободрять его.
- Стараться всеми способами уменьшить ранимость ребёнка и учить его быть как можно менее уязвимым эмоционально.
- Спокойно относиться к его эмоциональным перепадам и смене настроения и поведения, учить понимать себя и владеть своими эмоциями.
- Попытаться помочь изжить чувство неудовлетворенности в себе, немного приземлив тот идеал, к которому он стремится.
- Делать все, что от вас зависит, чтобы он не занижал свою самооценку и в то же время, чтобы не выставлял свою одаренность напоказ.
- Если в семье есть другие дети, важно демонстрировать ценность каждого из них для вас.
- Следить за уровнем развития моторики и помогать осваивать различные физические навыки.
- Суметь создать доброжелательную атмосферу по отношению к нему, привлекая не только близких, но и воспитателей ребенка.
- Считать себя самым счастливым из родителей.

варианты и пути развития одарённости

Что порождает конфликт поколений и как это использовать с пользой.

*«...ничего не остается неподвижным, неподатливым,
а всегда может быть достигнуто, изменяться к
лучшему,
лишь бы были осуществлены соответствующие
условия».*

И.П. Павлов

В подростковом возрасте проблемы развития продолжают возникать и , при определённых условиях, заостряться, принимая неожиданные формы. В это время очень остро встаёт проблема успехов в обучении и социализации подростка, так как подростковый возраст является критическим с точки зрения самореализации человека, во многом определяя благополучие его дальнейшего существования в обществе. Одна из статей в психологической литературе тех времен, когда вопросы одарённости ещё только начинали изучаться, т.е. более 20 лет назад, начиналась со слов «Одарённых детей порой трудно учить, с ними непросто жить, но воспитывать их совершенно невозможно». Утверждение, с которым совершенно никак нельзя согласиться, потому что взаимодействие с одарённым ребёнком - процесс чрезвычайно увлекательный – это всегда совместный поиск, это всегда обмен- мнениями, знаниями, представлениями о мире, мечтами в конце концов. А качества личности и особенности поведения одарённых детей - это как увеличивающее зеркало, отражающее наши собственные, родительские, недостатки и ошибки в

воспитании. Так какие же проблемы вызывают такое сильное раздражение и разочарование у родителей некоторых из детей, особенно, когда ребёнок становится подростком?

В период подросткового возраста психика ребёнка и его интеллект претерпевают совершенно непредсказуемые изменения. В психологии одаренности признается тот факт, что одаренные дети и подростки имеют *свои* особенности личностного развития. Их непохожесть объясняется не только яркостью и неповторимостью таланта, оригинальностью и своеобразием мышления. Как правило, одарённый ребёнок выделяется среди своих сверстников тем, что взрослеет и созревает раньше. Однако общие тенденции развития сохраняются, и хотелось бы сейчас их осветить.

Все исследователи сходятся во мнении о том, что подростковый возраст- это время перехода на качественно иной уровень развития. В это время подросток активно ищет себя, сопоставляя себя со своими сверстниками и со взрослыми, он начинает осознавать свою уникальность и неповторимость, и ориентироваться на свои критерии оценки поступков и поведения- своих и окружающих его людей. Быстро и бурно идёт становление самосознания, формирование Я-концепции. Это возраст повышенной активности, инициативности, стремления к познанию, опасности, риску. У подростков развивается волевая сфера личности. Но часто проявляя волевые усилия в одной деятельности, школьник становится безвольным в другой. Подростки очень импульсивны, вспыльчивы, легко возбудимы, они подвержены к колебаниям настроения и аффективным вспышкам. Значительное влияние на формирование личности подростка оказывает половое

созревание. Прохождение через этап полового созревания нередко бывает очень болезненным. Подростки чрезвычайно критически настроены по отношению к собственной внешности; переживания связаны с недостаточностью развития или с быстрыми его темпами. В этом возрасте часто возникают дисморфобии. Проявляется стремление подростков к самоутверждению, самоопределению и самореализации. Осознание своего места в системе общественных отношений создает предпосылки для реализации своих способностей в дальнейшем.

Современные психологи, как например, Л.И.Божович, отмечают, что подростковый период переживается как кризисный из-за того, что быстрый темп психического и физического развития школьников создаёт в них такие потребности, которые не могут быть удовлетворены из-за их недостаточного личностного развития. Подросток считает себя взрослым и желает иметь такие же права и возможности, как у его взрослых родителей. В то же самое время он не имеет никакой возможности быть социально и экономически независимым от своих родителей, а так же достаточного жизненного опыта для реализации своих прав и своей независимости. В это время подросток начинает "дистанцироваться" от взрослых. При этом ожидает от взрослых понимания своих стремлений и желаний, поддержки, доверия, признание старшими его равноправия с ними...В противоположном случае возникают конфликтные ситуации.

В силу названных причин этот переломный и трудный период всегда создаёт напряжение и непонимание, даже

иногда и отвержение, в отношениях между подростком и его родителями. Ведущей деятельностью подростка становится общение со сверстниками, без общения возникает сильный эмоциональный голод. Все вышеописанные явления характерны и для одарённых подростков, но, в силу особенностей их психики, проходят они на много более остро и ярко, соответственно вызывая большее напряжение и трудности. При этом особенности общения и интеллекта одарённого подростка таковы, что ему не всегда удаётся адаптироваться и быть принятым в группе сверстников. Высокий уровень интеллектуального развития, определяемый с помощью традиционных тестов интеллекта, не гарантирует ни «эмоционального комфорта», ни столь же высокого уровня развития эмоциональных процессов, обеспечивающих успешность общения, самопознания и саморегуляции. Ребенок с высоким IQ может гораздо хуже, чем его «обычные» сверстники, распознает эмоции, понимает их причины, изображает различные эмоциональные состояния с помощью мимики, интонаций, может контролировать собственные эмоции, управлять ими и т.п. Кроме того, развитию одарённых детей свойственно неравномерность эмоционального развития вообще. Так, имея высокий уровень интеллекта, подросток долго не понимает «социальных» эмоций, возникающих при взаимодействии с другими людьми, а так же эмоций, связанных с творческой деятельностью и творческими процессами. Одна из первых психологов-исследователей одарённых детей Л.Холлингворт установила, что их адаптация зависит от

уровня интеллектуального развития. IQ от 185 до 190 - чрезвычайно одаренные подростки обнаруживают тенденцию к изоляции. Их самовосприятие может измениться в негативную сторону, т.к. они часто не принимаются своими сверстниками, не выбираются на лидерские роли. Если их способности не востребованы и требования к ним невысоки, то они становятся инертными, ленивыми. По мнению Л.Холлингуорт индивиды, чей IQ приближается к 170 редко бывают поняты людьми в силу их высокого интеллектуального потенциала. Интеллектуальный показатель IQ 125-155 является "оптимальным интеллектом", такие дети(а так же взрослые) социально адаптированы и превосходят других в эмоциональной стабильности и контроле. Очень способные люди имеют проблемы, интеллект "создает" психологические барьеры.

"Особые стрессы" одаренных подростков могут способствовать развитию у них депрессии и суицидальных наклонностей. Какими качествами личности они провоцируются? Исследования одарённых детей показывают наличие у них следующих особенностей нервной системы и психики, способствующие нарастанию дезадаптации и нервного напряжения: эмоциональная лабильность, подвижность нервной системы, хорошая долговременная и эмоциональная память (прочно удерживающая подростка в его переживаниях, ребёнок просто вязнет в своих эмоциях и слабо реагирует на попытки ему помочь). Сюда же можно добавить такие черты характера, типичные в целом для одаренных детей,

как эмоциональная чувствительность, жалостливость, наивность, доверчивость, застенчивость, неуверенность в себе, обостренное чувство собственного достоинства, самолюбие, недостаток спонтанности и естественности в проявлении чувств, рефлексивность.

Существенную роль при этом играют особенности эмоционального отношения ребенка к трудностям, с которыми он сталкивается в обучении и в повседневной жизни. Существуют два пути, способа справляться с трудностями: это преодоление (когда включается вся мотивационная сфера, позволяя человеку переосмыслить ситуацию и поставить новые цели) и защита (отказ от борьбы и возвращение к комфортному состоянию, с отрицанием наличия проблемы вообще). Неадекватное отношение ребенка к трудностям не только негативно влияет на развитие его способностей, но и является причиной многих эмоциональных проблем. Вместо реального преодоления преград у детей, в поведении которых преобладают пессимистические, пораженческие тенденции, может возникать ярко выраженное стремление к пассивному или активному «уходу» из затруднительных ситуаций. Это может сопровождаться различными формами депрессивного или агрессивного поведения.

Выше мы говорили, что очень многие особенности личности именно одарённого подростка закладываются его окружением, взаимоотношениями в семье, отношением к нему самого ближайшего окружения. На формирование адекватного эмоционального отношения ребенка к трудностям значимо влияют особенности семейного

воспитания. К сожалению, часто родители, напуганные яркой аффективной реакцией своих детей на возникшие интеллектуальные преграды, оказывают им преждевременную помощь. В результате вместо самостоятельной борьбы с трудностями дети приучаются манипулировать взрослыми, иногда даже искусственно изображая различные негативные эмоциональные состояния.

Кроме страха перед трудностями, психологи ещё указывают на наличие у интеллектуально одарённых подростков «страха перед творчеством». Одни из них сомневаются в том, что обладают какими-либо способностями, других - пугает собственный талант. В результате человек не стремится к самосовершенствованию, к наиболее полному раскрытию своих потенциальных возможностей. Творческий рост требует от человека значительного мужества, преодоления сложившихся стереотипов, умения рисковать, не бояться совершить ошибку. Если эти качества отсутствуют, страх и тревожность существенно возрастают, возникает явно выраженная тенденция к возврату более спокойного и безопасного образа жизни, что приводит к формированию вялости, лени и инертности.

Ещё одна черта, свойственная одарённым подросткам – это особенности проявления агрессивности в поведении. Существует распространённое мнение о позитивном влиянии высокого уровня интеллектуального развития на проявление агрессии. Предполагается, что «умные люди» реже становятся источником конфликтных столкновений в

коллективе, менее склонны к проявлениям агрессивного поведения в любых формах и т.п. Вместе с тем экспериментальные данные, которые, к сожалению, весьма немногочисленны и отрывочны, говорят об обратном. Жалобы на агрессивное поведение входят в число часто встречающихся поводов для консультирования одаренных детей и их родителей. Результаты исследований показали, что высокие показатели агрессивности у одаренных подростков могут объясняться несколькими причинами: 1) предъявлением повышенных требований со стороны родителей; 2) информационным перенасыщением; 3) негативным характером взаимоотношений с одноклассниками; 4) навязываемым соревнованием с другими одаренными сверстниками; 5) отсутствием свободного времени; 6) повышенными субъективными требованиями к результатам. Эти данные позволяют предположить, что агрессивное поведение может являться следствием дискомфортных для подростков условий существования. В этих условиях дети и подростки могут проявлять агрессию даже по отношению к самым близким для них людям, например, к своим матерям. Влияние высокого уровня интеллектуального развития может проявляться в изменении способов её выражения. Например, физическая агрессия может трансформироваться в вербальную и косвенную, причем эти тенденции, как правило, усиливаются с возрастом.

Хочется упомянуть ещё о двух факторах, которые могут вызывать проблемы социализации одарённого ребёнка. Первый - современное социально-экономическое положение, сложившееся в нашей стране, к сожалению, во

многим не способствует расцвету талантов. Появилось большое количество семей, находящихся в крайне сложных материальных условиях. У детей из таких семей нередко ограничен кругозор, речь неправильна, может сопровождаться ненормативной лексикой (если семья имеет и низкий культурный уровень). Учителя в школах зачастую не могут в таких детях разглядеть признаки одаренности, так как их заслоняют встречающиеся трудности и проблемы в развитии. Для таких учащихся может быть характерно отклоняющееся поведение. Они негативно относятся к учителям, одноклассникам, даже собственным успехам. Им трудно ставить перед собой долгосрочные цели. При решении своих проблем могут быть чрезвычайно вспыльчивыми, агрессивными, склонными к насилию. Практика показывает, что при организации обучения, призванного компенсировать недостатки окружения, дети добиваются высоких результатов, в противоположном случае наблюдается резкое снижение интеллектуального уровня, проявление асоциальных форм поведения.

Второй фактор, или проблема социализации одарённых детей и подростков, и мало обсуждаемая в современном обществе – это проблема реализации способностей девочек. Л.В. Попова, член Генерального комитета Европейского Совета по высоким способностям (ЕСНА), подчёркивает роль социально- психологических факторов в нереализации одарённости женщин. Одаренные девочки отличаются высокой чувствительностью к ожиданиям социальной среды, высоко развитой способностью к социальной адаптации, склонностью к самопринижению. Последствиями зачастую являются неудовлетворенные потребности, нереализованные способности, выбор

профессии и стиля жизни, не соответствующих реальности. Кроме того, одаренность проявляется у девочек раньше, чем у мальчиков, вследствие общей закономерности - более быстрого развития девочек. Согласно данным Л. Темена и А. Доен, девочки с высокими умственными показателями выше, физически сильнее и здоровее, чем их сверстницы с нормальным интеллектом. Одаренные девочки больше похожи на своих одаренных сверстников. Их отличает высокий уровень притязаний, они мечтают о профессиях астрономов, астронавтов, палеонтологов, дипломатов. В детстве одаренные девочки превосходят мальчиков в достижениях по всем предметам. Рассмотрим подробнее, что происходит с проявлениями одаренности у девочек, когда они достигают подросткового возраста. Как уже упоминалось выше, одаренные девочки отличаются хорошим психическим здоровьем, однако в этот период своего развития они могут испытывать тревожность и пониженную уверенность в себе. В одном из сравнительных исследований 14-летних девочек был обнаружен резкий переход от потребности в достижениях и высокой самооценке к потребности в любви и принадлежности к группе. Это исследование показало также, что одаренные девочки в младшем школьном возрасте мечтают об успехах в школе, о будущих достижениях, тогда как в более старшем возрасте их мечты изменяются: они - о близкой дружбе, популярности. Одаренные девочки явно озабочены тем, как воспринимают окружающие их одаренность, как они к ней относятся. Хотя большинство одаренных полагает, что их способности дают им некоторые преимущества, девочки видят в них больше отрицательных сторон, чем их

сверстники. У них проявляется двойственное отношение к ярлычку "одаренность" и выраженное беспокойство относительно того, что другие могут отрицательно относиться к нему. Именно в подростковом возрасте начинается процесс маскировки одаренности: согласно американским данным, в начальной школе девочки составляют половину всех одаренных детей. К старшим классам они составляют только одну треть от одаренных. Согласно результатам одного из исследований, уверенность в себе может служить лучшим основанием для прогноза достижений, которые будет иметь ребенок, когда станет взрослым, чем высокие отметки в школе или же высокие притязания. Так или иначе, напрашивается заключение, что одаренных девочек необходимо обучать самостоятельному, независимому поведению. Они должны учиться работать в одиночку, получать удовольствие от неопределенности и двойственности, работать без внешних поощрений и одобрений.

Всё вышесказанное об одарённых подростках означает, что необходимо вносить коррективы в устоявшийся процесс социализации, т. е. направлять большие усилия на переобучение родителей, учителей, широкого социального окружения. Родителям и педагогам одарённых детей необходимо владеть знаниями о природе и функционировании одарённости в личности ребёнка и умениями создавать такие условия для его развития, которые приведут к гармонии между качествами личности, здоровьем и способностями. Только это позволит одарённому ребёнку найти пути для реализации своих возможностей в социуме.

Итак, обобщая всё сказанное выше, хочется вновь и вновь повторить:

- Всё изменимо, главное - создать правильные условия и приложить правильные усилия. Усилия родителей в период подростковой их одарённого ребёнка должны быть направлены на сохранение контакта, поддержку и признание для него.
- Подростковый период – один из самых важных в жизни человека с точки зрения его дальнейшей самореализации и проявления одарённости в социуме. Помогите вашему ребёнку становиться успешным и реализовывать свои возможности.
- Все самые острые противоречия подросткового возраста становятся ещё более ярко выраженными у одарённых подростков благодаря особому устройству их психики, обеспечивающему существование одарённости.
- Если одарённость ребёнка не востребована и не признаётся обществом - он становится ленивым и инертным.
- Поведение подростка во много определяется тем, как он относится к трудностям, с которыми сталкивается в жизни - внешними, и внутренними. Учите его справляться с трудностями – интеллектуальными и социальными, сохраняя контакт и помогая выстраивать цели на будущее.
- Проявления агрессии одарённых детей в наибольшей степени обусловлено неблагоприятным внешним окружением. Изучайте то, что делает вашего ребёнка счастливым, какими смыслами наполнена его ежедневная жизнь, и предоставляйте ему это.
- Одарённым девочкам труднее реализовать свои способности в обществе. Их нужно обучать самостоятельности и независимости в поведении, помня,

что уверенность в себе даёт больше шансов для успеха в жизни, чем отличные отметки и послушное поведение.

- Для реализации одаренности немаловажную роль играет возможность человека чувствовать и сохранять ощущение «внутреннего двигателя». Одарённому ребёнку необходим высокий уровень здоровья и когнитивных способностей и навыков. Здоровье - есть один из главных определяющих факторов его успешности.

Глава 5

Родители одарённого ребёнка

Пути и способы снятия «родительского стресса»

Воспитание ребёнка, независимо от уровня его способностей, это всегда процесс энергозатратный и требующий большой самоотдачи и силы духа. Помимо усилий, направленных непосредственно на заботу о чаде, требуется постоянный честный взгляд на себя, свои поступки и решения, и не только в отношении ребёнка и ситуаций, с ним связанных, но и в отношении своей жизни в целом. Если хотите - родительство это даже регулярная перестройка Я-концепции, которая вызвана необходимостью иногда предпринимать нестандартные действия и шаги и получать реакцию окружающих, которая так же может быть непредсказуемой. Тревоги и ожидания, успехи и неудачи, болезни и пути выздоровления, рост и развитие - ничего не оставляет безразличными нас, родителей. И иногда мы ловим себя на том, что чувствуем себя усталыми и опустошёнными, несмотря на то, что безусловно, любим своих детей и

желаем им добра и счастья, и готовы понимать, и помогать, и поддерживать. А кто поддержит нас? Наши родители? Не все взрослые дети имеют такую возможность - получить поддержку своих родителей. И это значит, что нам просто необходимо заботиться не только о счастье и развитии своего ребёнка, но так же и о своём здоровье, прежде всего, душевном.

Прежде, чем вы продолжите чтение, пожалуйста, остановитесь и возьмите лист бумаги и ручку или карандаш. Подумайте и напишите на листе все способы, которыми вы отдыхаете и восполняете свои силы – от самых простых, вроде принять душ или выпить чашку чая, и до самых возвышенных и необычных.

Много получилось? Если меньше 20, то стоит задуматься - насыщена ли и разнообразна ваша жизнь, или вы все усилия направляете только на развитие и заботу о ребёнке, тем самым сужая свои возможности и горизонты, снижая свой уровень энергии, а значит- и уровень энергии своей семьи и ребёнка так же. В одной из первых глав мы с вами говорили о том, что одарённость ребёнка имеет больше шансов проявиться в той семье, где родители занимают активную жизненную и социальную позицию, а семья открыта для самых разнообразных взаимоотношений и общения. Проверьте, действительно ли вы активны и заинтересованы в разнообразной и интересной жизни – для вас самих и ваших близких?

А теперь давайте рассмотрим ваш список с точки зрения содержания. Наши радости и способы восстановления сил можно условно разделить на 7 групп. 1 группа- это радости только для себя (здесь может быть душ, уход за телом, приобретение вещей и продуктов, доставляющих удовольствие именно вам, общение с

животными, приобщение к природе, соблюдение режима дня,..); 2 группа – это приёмы и способы заботы о своём внутреннем мире (медитации, созерцание мира и т.д.); 3 группа - это все виды активности, физической или социальной (прогулки, тренировки, участие в праздниках и парадах, подвижные игры, занятия танцами или йогой); 4 группа-это все виды помощи или благотворительности (участие в жизни родных и близких, а так же учреждения, которое посещает ваш ребёнок, бескорыстная помощь друзьям или соседям, забота о животных и т.д.); 5 группа-совместные дела и общение (в том числе совместные игры с детьми или друзьями, общение и пикники); 6 группа - творческая самореализация (всё, что вы делаете своими руками, все ваши идеи и усилия по их реализации, интерес к художественному и музыкальному наследию, накопленному человечеством); 7 группа – самосовершенствование, обретение новых навыков (изучение иностранных языков, посещение различных тренингов, консультации у психолога и т.д.); 8 группа-домашние дела, планы на будущее– да-да, не удивляйтесь. Домашние дела, а особенно их результаты, отлично снимают стресс и создают позитивное настроение и веру в будущее. Поставьте рядом с записанными вами способами отдыха номер группы, к которой они на ваш взгляд относятся. Посмотрите, в какой группе оказалось больше всего записей? Не оказались ли ваши способы несколько однообразны и похожи один на другой - например, только домашние дела или только физическая активность? А мы помним, что однообразие может быть не менее утомительно и угнетающе, чем проблемы. И наоборот, включение в нашу жизнь новых привычек раздвигает горизонты и создаёт прилив сил и веру в себя (поэтому

группа 7-самообразование и обретение новых навыков относится к одной из самых «стрессоснимающих», наряду с физической активностью).

Последующие размышления и способах преодоления стресса ни в коем случае не претендуют на некую окончательность. Но, возможно, они смогут помочь кое-кому почерпнуть какие-либо полезные и новые для себя идеи как разнообразить вашу жизнь, либо позволит иначе взглянуть на всё старое и привычное.

Способы быстро снять стресс и набраться сил
1. Забота о себе (внешность и здоровье, красота)

Думаю, для вас не будет секретом, что один из самых важных пунктов заботы о себе и своём здоровье – это соблюдение режима дня. Привычка ложиться до 22 и вставать до 6 позволяет сохранять активность, бодрость духа и позитивный взгляд на происходящее в течение всего дня. Естественным образом, наш день продолжают гигиенические процедуры, а вот часто ли вы позволяете себе баню или посещение SPA? Не говоря уже об отдыхе в санатории? Все водные процедуры, даже просто принятие ванны с аромамаслами или солями, отлично расслабляют наше тело, а вместе с ним и душу. Все эстетические процедуры, связанные с посещением салонов и парикмахерских, помимо их важного социального значения, так же отличное противострессовое средство.

Очень важным оздоравливающим средством является массаж. Кроме этого, работа с мышцами выравнивает и изменяет наше настроение. В нашем обществе принято выше ценить услуги массажистов-мужчин, но для снятия стресса лучше, если массаж делает женщина, которая умеет помимо мануальных воздействий, создать

благоприятную эмоциональную обстановку. Полезен и регулярный самомассаж, который можно использовать несколько раз в течение дня.

Общение с природой, сбор трав и цветов, созерцание красивых пейзажей, восхода и заката (не в интернете), хождение босиком по траве – всё это позволяет снять груз проблем и почувствовать себя вдохновлёнными и новыми. А хозяева пушистых домашних питомцев согласятся, что позитивный контакт с ними, даже и забота о них – отвлекает и переключает внимание, расслабляет загруженный ум. Самые экзотические способы отдыха с животными, такие, как катание на лошадях и купание вместе с дельфинами, конечно, доступно не каждый день, но вполне можно позволить себе хотя бы изредка.

А вот есть отдельные рекомендации для мам – женщинам очень важно баловать себя вкусностями и разнообразными мелкими покупками, вроде мороженого, коктейля, пирожного – это необходимо нам для того, чтобы чувствовать себя уравновешенными и спокойными. И конечно же, вечно высмеиваемый мужчинами, шопинг – как бы вы к нему не относились, но он отлично снимает стресс. Не обязательно тратить деньги, можно просто примерить и порадоваться новым возможностям.

В завершение обсуждения этого раздела антистрессовых средств важно заметить, что само по себе соблюдение здорового образа жизни (правильное питание, отсутствие вредных привычек или их минимальное количество) позволяет нам приобрести запас оптимизма и стойкости для самых трудных времён и решения проблем.

2. Внутренний мир (наедине, для души, отношения со Вселенной)

Забота о внутреннем мире, создание себе хорошего настроения и места позитивным мыслям в нашем уме, ничуть не менее важна, чем ежедневные гигиенические процедуры, особенно, для женщин. Проявления стресса у женщин имеет свои отличия от мужских, и требует своих особых приёмов снятия. Забота о настроении, переключении чувств, о расслаблении и освобождении ума от перегруженности мыслями и обязанностями очень важна именно женщинам. К таким действиям можно отнести чтение красивых стихов и романов, сказок со счастливым концом (будьте внимательны, современные детские сказки не всегда подходят для этого), а так же просмотр качественных и красивых фильмов о природе, животных, об отношениях между людьми. Слушать красивую музыку и рассматривать красивые картины, фотографии, рукоделие и журналы мод- то, чем просто обожают заниматься женщины, потому что это наполняет их жизненными силами и вдохновением. Очень полезно каждое утро улыбаться себе в зеркале, повторяя аффирмацию: «Впереди у меня 35 лет активной творческой жизни»- в каком возрасте бы вы ни пребывали (это так же хорошо и для мужчин). Кроме этого, женщинам очень полезно мечтать. Можно даже завести для себя дневник мечтаний, или дневник хотелок. Есть такое упражнение: утром запишите в дневничок 12 своих желаний, тех, которые придут на ум сразу, как только вы начали писать, даже если вам покажется, что они нереалистичные – запишите. И реализуйте их в течение дня, отмечая галочками те, которые исполнились. А те желания, которые от вас не зависят- можно просто озвучить или обсудить с подругой. Когда вы увидите, что БОльшую часть вам всё-таки реализовать удаётся- вы удивитесь, как

это поднимает настроение. Можно завести красивые тетради, в которые вы сможете записывать идеи подарков для близких, или свои успехи за день или благодарности – миру, близким, себе - кому вам захочется, или просто похвалы себе (а так же своим детям, мужьям, близким, особенно тогда, когда у них период трудностей и нас основательно это утомляет и раздражает). Все эти простые и непритязательные действия, а, главное, не требующие много времени и особых усилий, отлично переключают внимание и помогают сосредоточиться на позитивном.

Очень хорошо снимает женский стресс молчание. Прогулки в одиночестве, особенно в парке, сквере или на территории храма, просто сохранять некоторое время молчание, особенно внутреннее - это отлично восполняет энергию. В периоды трудностей, женщине очень важно ощущать помощь и поддержку своих близких, родных и друзей. Когда женщина чувствует, что она не одна и есть с кем разделить трудности, уже одно это расслабляет хватку стресса. А для того, чтобы получить помощь – важно уметь об этом сказать и попросить.

Ещё одна группа стрессоснимающих факторов – это *3. Активное времяпровождение (тренировки, прогулки, поездки)*

Все виды физических нагрузок и усилий отлично снимают стресс, как у женщин, так и у мужчин. Йога, занятия в спортзале, танцы- с партнёром и без, посещение бассейна- это давно и широко используемые пути снятия стресса. Как и традиционные пикники на природе- с семьёй, с друзьями, походы в зоопарк или в лес. А вот часто ли вы играете там в подвижные игры с детьми или с друзьями -давно ли бегали в догонялки, прятались или хотя

бы просто побросали волейбольный мяч в кругу? Или оправдываетесь тем, что устали и хочется посидеть? Все активные виды спорта на природе- лыжи, коньки, санки, велосипед - принося нашему телу здоровую усталость, душе нашей дают отдых и наполненность.

Сейчас очень популярно путешествовать, если позволяют материальные средства. Случалось ли вам устроить себе экскурсии по, казалось бы, знакомым местам в городе, где живёте, и взглянуть на привычные улицы глазами незнакомого с ними туриста? Давно ли были в музеях или смотрели картины в вернисажах? Просто так, для души, может быть, даже и без спутников? Или устраивали себе и семье пеший поход по пригородным местам, исследуя околки и незнакомые вам речки? Это всё не требует больших средств, просто нужно однажды отважиться. А результат не замедлит- радость открытия нового и возможность вновь и вновь убедиться в том, что место, в котором вы прожили столько лет, на самом деле- прекрасно и таит в себе новые возможности, и вы всегда об этом знали, просто немного забыли.

Отличный способ снять стресс - это поучаствовать в жизни того учреждения, которое посещает ваш ребёнок. Если отнестись к этому как к заботе о нём, и его окружении- то мытьё окон в садике или какие-то ещё привычные поручения воспитателей и учителей из скучной и неприятной обзалошки превратятся в коллективное дело на благо многих, которое позволит вам лучше узнать родителей друзей своего ребёнка и завести с ними хорошие приятельские отношения. А как будет горд и доволен ваш ребёнок! Главное, не забудьте обсудить с ним позитивные моменты. Отличную возможность для снятия стресса предоставляют нам праздники. Общее веселье, красивые

наряды, игры, танцы и смех, сюрпризы ... Если не перестараться с подготовкой, а сделать из неё приятный для себя и близких процесс, праздник запоминается на всю жизнь и долгое время подпитывает душу взрослого и ребёнка самыми нежными и тёплыми чувствами.

4. Забота о других (служение, окружение любовью, благотворительность)

Вы можете возразить, мол, я итак всё время забочусь о близких, а стресс от этого не уменьшается. Да, наша взрослая жизнь наполнена обязанностями, которые, кажется, не заканчиваются никогда. Но дарить подарки или делать приятные сюрпризы, отправить по почте с любовью выбранную открытку – просто так, безо всякого повода, просто поделиться своим счастьем и хорошим настроением с другими людьми – позвольте себе, и вы станете вспоминать об это с удовольствием.

Забота о близких, участие и помощь в их делах - это позволят нам самим почувствовать себя более сильными и защищёнными. Помочь подруге с её ребёнком, по очереди сидеть с детьми, высвобождая время для каких-то личных нужд, помогать по дому и не стесняться просить об этом – отлично поднимет настроение вам и даст возможность пообщаться детям. Покормить вместе с ребёнком бездомных животных, сделать кормушку для птичек и повесить за окошко - какой радостью наполнится ваша жизнь, когда вы получите возможность просто наблюдать за ними. Здесь же уместно вспомнить о цветах - женщины отлично знают и чувствуют, как уход за растениями дома и на даче, общение с землёй восполняет жизненные силы и позволяет пережить самые большие трудности.

Наше общество не умеет позаботиться о пожилых людях, которые уже не всегда имеют силы достойно заботиться о себе самостоятельно, а близкие их могут находиться где-то далеко. А ведь во все времена почтительное отношение и забота о старших относились к тем действиям, которые увеличивают благополучие и удлиняют жизнь. Помогите одинокой старушке так, как можете- накормить, материально, просто поговорить- и её благодарность наполнит так же и ваше сердце, снимая напряжение и придавая сил.

Часто ли вы разбираете вещи в шкафу? У нас скапливаются лишние вещи, которые мы и наши дети уже не носим, игрушки, в которые они больше не играют. Мы складываем это всё на антресоли, или куда-либо ещё, занимая места в доме – и в нашей жизни. Раздайте ненужное вам в церкви, в детские дома или больницы, чтобы там могли помочь обездоленным, и вы заметите, что в доме стало легче дышать.

5. Взаимоотношения (совместные дела, общения, отношения)

Когда-то давно, в нашем детстве мы обожали проводить всё наше свободное время с друзьями. Мы придумывали себе занятия, всё время общались и попадали в самые разные приключения. А когда мы вырастем, почему-то начинаем отказывать себе и нашим друзьям в этом удивительном источнике радости и жизненных сил. Работа требует времени и сил, забота о доме, о семье...И всё-таки оставайтесь всегда в курсе дел своих подруг и родственников, ведь для этого в нашем мире становится всё больше и больше возможностей. Устраивайте званые обеды и экзотические чайные церемонии. Говорите

комплименты всем женщинам вокруг вас, восхищайтесь и хвалите людей вокруг. Добрые взаимоотношения, которые вы создадите в своём мире всегда поддержат вас и создадут оптимистичный взгляд на мир. Если вы чем-то очень увлечены и хотите поделиться этим с другими- встречайтесь у кого-нибудь и организуйте свой клуб по интересам(рукоделия, здоровья, литературных произведений...) Общение с единомышленниками, людьми , настроенными позитивно и вдохновлёнными идеей всегда дарит заряд веры в будущее и хорошего настроения. Обязательно проводите свободное время с семьёй весело и с пользой, заранее обдумывая и организовывая его, ведь его не так уж много, учитывая все наши необходимости и обязанности. Играйте вместе с детьми, как только вам предоставится такая возможность- пускайте мыльные пузыри, качайтесь на качелях и прыгайте в классы, отпустите с балкона кучу шариков и посмотрите, куда они полетят... Вряд ли окружающие посмотрят косо, скорее всего- они с удивлением подумают, что счастливыми быть так просто. А иногда , да, можно просто выбрать самое уютное кафе и спокойно и чинно провести там время всем вместе, обсуждая ваши дела, выслушивая друг друга , обретая друг в друге всё самое лучшее, что только можно найти. Регулярное общения со счастливыми людьми делает вас самих на много счастливее, так почему бы и не сделать людей вокруг себя немножко счастливее, ведь в этом и есть секрет хороших взаимоотношений. .

6. Творческая деятельность, личное хобби

Думаю, что многие из нас слышали самые удивительные истории о том, как люди сохраняли силу духа и оптимизм в самых невыносимых, казалось бы, ситуациях благодаря

своим увлечениям. Увлечения и хобби могут быть самыми неожиданными. А со стороны даже и несколько нелепо выглядеть. Но это неважно, позвольте себе делать то, что радует именно вас. И пусть вы уже давно взрослая женщина, но вы всё ещё хотите играть в куклы- почему бы не заняться шитьём кукол или одежды для них- вместе с дочкой. Сочиняйте и фантазируйте, создавая украшения для себя, для дома, для интерьера и ландшафта. Лепите из глины, мастерите из ткани и дерева, рисуйте, пойте, пишите стихи и сказки! Просто так, для себя, показывая всё это тем, кто захочет посмотреть. Кулинарничайте и экспериментируйте, пусть как можно чаще приготовление еды для близких будет не просто исполнением обязанности (даже и очень приятной) , а источником неожиданных идей и удивительных впечатлений. Мы привыкли фотографировать, сохраняя тем самым в памяти самые красивые моменты нашей жизни. А давно вы устраивали себе или своим близким фотосессию? Самую настоящую, с костюмами и переодеваниями, с постановками и тщательным выбором самой красивого и впечатляющего изображения? Варите мыло, собирайте соломки, букеты, танцуйте чечётку в конце концов – пусть эти занятия не приносят пользы. Любая деятельность, в которой мы реализуем свои идеи, своё творчество, самих себя наполняет нашу жизнь новыми смыслами, а нас самих- силой жить и творить дальше.

7. Личностный рост и самообразование

Очень важной стороной жизни без стрессов является регулярное самообразование и обретение новых умений и навыков, расширение сознания, кругозора, личностных горизонтов- назовите это как хотите. Постигайте новые

знания в тех областях, которые вас интересуют- изучайте языки, культуру, искусство, историю, даже поваренные традиции страны, которая вам интересна, читайте о жизни известных людей, изучайте психологию, учитесь вокалу или инфобизнесу... Всё новое обязательно изменит вашу жизнь к лучшему, открывая новые возможности для вас в мире и новые способности в вас- для мира. Ходите к психологу, посещайте тренинги личностного роста, работайте над собой- над голосом, над внешностью, над манерами и пластикой, над качествами характера. Медленно, шаг за шагом, изменяя себя к лучшему, вы и не заметите, как усталость сменилась верой в будущее и оптимизмом.

8. Домашние дела (жильё, дом, быт, хозяйство)

Наше ежедневная жизнь проходит в доме, мы так привыкаем к нему, что иногда случается такое, что мы не то чтобы днями, а неделями не обращаем внимания на то, в каком он состоянии. Всё откладываем на потом ремонт в ванной или уборку на антресолях. Хотя ни для кого не секрет, что перестановка мебели или смена обоев способствуют перемене в настроении всех членов семьи. Наш дом- это наш внутренний мир. Содержите ли вы свой дом в порядке, или дверцы скрипят, а ручки привинчены плохо? Все эти мелочи могут стать как источником стресса и раздражения, так и наоборот – в уютном обустроенном доме все живущие в нём скорее и проще обретают мир в душе и уверенность в себе. Не забывайте использовать для вашего дома самую красивую посуду каждый день, а не хранить её в шкафах для каких-то особых случаев. Держите свой дом открытым для друзей и ходите в гости сами- пусть дома наполняются вашими самыми тёплыми

чувствами. Не стесняйтесь привлечь к заботам по дому всех членов семьи, разделяя обязанности между всеми по их силам- это важно для всех, чем больше человек вкладывает души и времени в свой дом, тем больше ему возвращается назад способностью преодолевать препятствия и трудности внешнего мира.