

## **Как поддержать одарённого ребёнка: растим не вундеркинда, а счастливого человека**

### **Уважаемые родители и педагоги!**

Обнаружить у ребёнка яркие способности — радостное и волнительное событие. Однако за словом «одарённость» часто скрывается не только потенциал к выдающимся достижениям, но и повышенная психологическая уязвимость. Такой ребёнок может чувствовать себя «не таким», испытывать давление ожиданий, скучать на уроках или страдать от одиночества. Наша задача — не просто развивать его талант, а помочь ему вырасти гармоничной, устойчивой личностью, способной реализовать свои дары без потери радости детства.

### **Что на самом деле нужно одарённому ребёнку?**

Чаще всего ему требуется не больше нагрузок, а больше понимания, принятия и баланса. Его одарённость — это лишь одна из граней личности, а не её полное определение.

### **Ключевые принципы поддержки:**

#### **1. Видеть ребёнка, а не его достижения.**

· Что это значит: Отделяйте личность ребёнка от его результатов. Ваша любовь и принятие должны быть безусловными: не «я горжусь тобой, потому что ты победил на олимпиаде», а «я горжусь тобой, потому что ты мой ребёнок, и я люблю тебя любого».

- Что говорить: «Мне интересно, что ты сам думаешь об этой задаче», «Как ты себя чувствовал во время выступления?», а не только «Какое место ты занял?»».

## 2. Давать право на ошибку и «не-гениальность».

Одарённые дети часто болезненно перфекционисты и боятся неудачи, так как привыкли всё делать лучше других.

- Что делать: Создавайте безопасную среду, где можно пробовать новое, ошибаться и даже быть посредственным. Показывайте на своём примере, что ошибки — часть обучения. Цените усилия и процесс, а не только идеальный результат.

- Что говорить: «Этот сложный проект — отличный вызов! Интересно, что у нас получится, даже если не с первого раза», «Главное — не идеально, а интересно».

## 3. Заботиться о разностороннем развитии и балансе.

«Однобокая» гениальность может обернуться эмоциональной незрелостью и социальной беспомощностью.

- Что делать: Поощряйте не только интеллектуальные, но и физические, творческие и социальные активности. Обязательны прогулки, спорт, хобби, не связанные с основным даром (музыка, рисование, театр), и простое общение со сверстниками «ни о чём».

- Правило «трёх С»: Сон, Свободная игра, Социальные связи — это не менее важно, чем спецкурсы.

## 4. Помогать строить отношения со сверстниками.

Им может быть сложно найти «себе подобных» или просто договориться в игре из-за опережающего развития.

- Что делать: Помогайте находить среду, где ценятся его интересы (кружки, лагеря, онлайн-сообщества). Одновременно мягко обучайте социальным навыкам: как слушать других, как объяснять сложное простыми словами, как проигрывать в играх. Поддерживайте контакты с 1-2 близкими по духу друзьями.

#### **5. Сотрудничать со школой, а не бороться с ней.**

- Для педагога: Создавайте для такого ученика «индивидуальные образовательные маршруты»: давайте более сложные задачи, вовлекайте в проекты, предлагайте роль консультанта для одноклассников. Это лучше, чем просто пропускать материал.

- Для родителя: Выстраивайте диалог с учителем, не как «требовательный заказчик», а как союзник, который хочет помочь ребёнку адаптироваться. Предложите свою помощь (ресурсы, идеи) и обсудите разумные компромиссы.

#### **Чего важно избегать? Типичные ошибки поддержки**

- «Эффект хрустальной вазы». Гиперопека и ограждение от любых трудностей. Ребёнок не научится справляться с фрустрацией и реальностью мира.

- Эксплуатация таланта. Жизнь ребёнка превращается в «проект по производству гения». Все решения принимаются исходя из пользы для дара, а не для ребёнка.

- Пренебрежение эмоциональным интеллектом. Развивая ум, нельзя забывать об умении понимать свои и чужие эмоции, эмпатии.

· Публичное выставление напоказ. Постоянное подчёркивание исключительности ребёнка при других создаёт у него «синдром самозванца» и отталкивает сверстников.

### **Практические шаги для родителей и педагогов**

1. Обеспечьте интеллектуальную «пищу». Давайте доступ к энциклопедиям, музеям, научным кружкам, интересным собеседникам. Но пусть ребёнок сам выбирает меню из этого «буфета».

2. Научите учиться. Часто одарённые дети схватывают всё на лету и не развивают навык систематических усилий. Помогите им ставить долгосрочные цели и разбивать их на шаги.

3. Обсуждайте ценности. Зачем нужны его способности? Как он может сделать мир лучше? Это придаёт смысл его деятельности и борется с эгоцентризмом.

4. Создайте «тихую гавань». Дом/класс должен быть местом, где можно отдохнуть от своего «дара», побыть просто собой, без ожиданий и оценок.

Самая большая поддержка для одарённого ребёнка — это взрослый, который верит не в его гениальность, а в него самого. Который помогает ему построить мост между его ярким внутренним миром и внешней реальностью, оставаясь при этом здоровым, устойчивым и счастливым человеком.

*Если вы чувствуете, что не справляетесь с накалом эмоций (со стороны ребёнка или своих собственных), что он теряет мотивацию, замыкается или испытывает трудности в общении — обращайтесь за консультацией. Вместе мы выработаем стратегию, которая подойдёт именно вашему уникальному ребёнку.*

С верой в баланс между талантом и счастьем, ваш педагог-психолог,  
Малышева Алина Денисовна