

Психологические советы и консультации для родителей: «Одарённые дети и «звёздная болезнь»»

Материал полезен для родителей одарённых, талантливых и способных детей. Даны рекомендации по формированию адекватной самооценки одарённых детей, профилактики «звёздной болезни».

Цель: Познакомить родителей одарённых детей с опасностями «звёздной болезни» и дать рекомендации по формированию у них адекватной самооценки

Задачи:

- повышение педагогической культуры родителей;
- ознакомление родителей с основными симптомами «звёздной болезни»;
- своевременное предупреждение и преодоление «звёздной болезни»;
- формирование адекватной самооценки у одарённых детей.

В школе занимаются много одарённых, талантливых, способных детей. Но существуют факторы, препятствующие росту одарённости.

Одним из таких факторов является самооценка - один из мощнейших регуляторов личностного и творческого роста. От самооценки напрямую зависит, как человек взаимодействует с другими людьми (сфера коммуникации); как относится к себе; каким будет его локус контроля (будет ли человек брать ответственность за происходящее с ним на себя либо же станет перекладывать вину на обстоятельства); какова его эмоциональная возбудимость.

Во всех этих случаях зависимость носит линейный характер: то есть чем адекватнее самооценка, тем благополучнее личность, и, напротив, при неадекватной (**заниженной**) самооценке - возникают проблемы с общительностью, самоуверенностью, уважением к себе; человек становится раздражительным, невротизированным, появляются депрессивные настроения; он понапрасну винит себя в том, чего на самом деле нет, и т. д.

К числу крайне опасных психологических кризисов, избежать которых, к сожалению, удаётся далеко не каждому одарённому ребенку, относится кризис, получивший в быту очень точное название, — **«звёздная болезнь»**.

Не существует прямой зависимости между силой «звёздной болезни» и достижением. Уровень достижения сам по себе может быть абсолютно ничтожным: победа в матче, первая публикация, удачно сыгранная первая роль и т. п. Реакция же несоизмерима.

Основным симптомом «звёздной болезни» является возвеличивание себя, которое проявляется в самых разных сферах деятельности.

Для людей с синдромом «звезды» свойственно приходить в ярость от малейшей критики.

Люди такого типа живут с постоянным чувством зависти ко всем, кто добился успеха и даже к тем, кто живет обычной насыщенной и интересной жизнью. Проблемы в общении у таких личностей возникают на фоне того, что они своим поведением вызывают у окружающих негативное отношение к себе.

Такие личности считают всех остальных ниже себя. Они ищут восхищения окружающих прежде всего для того, чтобы получить подтверждение своего величия и сохранить свое превосходство над другими. Чтобы защитить свое слабое Я от разрушения, они используют различные защиты, но самое излюбленное их средство от тревоги – это идеализация и обесценивание.

Они либо идеализируют кого-то и обесценивают себя, либо идеализируют себя и обесценивают других. Когда их стратегии наталкиваются на препятствие, они могут впасть в депрессию. Но не любое стремление к успеху может приводить к «звездной болезни».

Все зависит от того, какие мотивы движут вашими стремлениями к успеху. У любого здорового организма есть вполне нормальная потребность в саморазвитии. Мотивом к новым достижениям выступает стремление к самореализации, поиску новых знаний, развитию навыков и способностей, которые открывают все новые перспективы в жизни. В этом случае человек стремится не к славе как таковой, а к новым достижениям, открытиям, развиваясь в профессиональном и личностном плане.

В болезненном (невротическом) проявлении правят другие мотивы, это стремление к престижу, потребность производить впечатление на других, быть объектом восхищения и уважения.

Это является основным отличием невротических стремлений к власти, престижу, богатству от здоровой потребности в личностном развитии и самореализации, что в конечном счете и является смыслом нашего существования.

Проблема завышенной самооценки, собственной исключительности и «звездности» зачастую ведет к формированию у ребенка соответствующего стиля поведения. Презрительные взгляды свысока на своих сверстников очень часто делает такого умника изгоем. И это, как ни парадоксально, еще больше убеждает ребенка в собственном превосходстве и неповторимости. «Они меня не понимают!» - восклицает он. А не понимают когда? Правильно, когда ты - слишком умный, а все остальные - дураки. Конечно, с таким отношением к окружающим ребёнку живется нелегко! На самом деле он глубоко переживает конфликт с социумом. Недостаток общения делает

одаренного ребенка замкнутым, угрюмым и неразговорчивым. В какой-то момент в лагерь «не понимающих» начнут переходить учителя, а затем и родители.

Он будет ставить перед собой чрезмерно сложные задачи, которые не всегда в состоянии решить, что в свою очередь может породить агрессию. Завышенная самооценка порождает в человеке такие отрицательные черты, как самоуверенность, высокомерие, нескритичность к себе и к окружающим. Нередко «маленькие короли» нетерпимы к другим, заносчивы, конфликтны, из-за чего не могут ужиться в школе, не способны завести друзей. В учебе они предпочитают либо слишком трудные задачи, либо, наоборот, легкие, решение которых подтвердит его умения и не поставит под сомнение умственные способности. Любую неудачу самоуверенный ребенок спишет на «обстоятельства», «лень», «дурное настроение», но никогда – на нехватку способностей.

Ребёнок уверен, что в любой работе он будет на высоте, т.к. талантлив, одарен, возможно, гениален! Даже если ребенок двоечник, он обязательно вспомнит событие или дело, где показал высокие результаты. Иными словами, дети с большим самомнением не способны критично оценивать результаты своего труда и ставить перед собой адекватные цели. А в будущем это отразится не только на обучении, но и на личной жизни. Но часто не сам ребёнок, а его родители и окружение виноваты, что навязали ему мысль о том, что он – самый лучший. И ему самому очень непросто жить с постоянным грузом «своей идеальности».

Для того чтобы ребенок четко представлял границы своих возможностей, необходимо правильно оценивать результаты его деятельности. Чаще всего оценка взрослых сводится к банальным «хорошо-плохо». При этом не поясняется, в чем прав или не прав ребенок, где допустил ошибку, по какой причине. Но оценочное мнение должно быть аргументированным – только тогда оно станет конструктивным.

Когда вы ругаете или наказываете ребенка

- **он должен четко представлять**, за что его наказывают. Необходимо спокойно обсудить с ним, что он сделал неверно и как следовало поступить;
- **надо оценивать поступок**, а не личность ребенка. Замените фразу «Ты плохой!» на «Ты неправильно поступил»;
- **возьмите за правило:** если вы очень разозлились на ребёнка, постарайтесь отложить момент наказания до того, как успокоитесь;
- **помните:** наказание исчерпывает проступок. Ребенок выполнил работу над ошибками, провел неделю без телевизора, попросил прощения – больше к «отработанному» наказанием поступку возвращаться нельзя никогда!

Имейте в виду, что наказание не должно быть очень отсроченным. Плохо выполненная контрольная работа не должна стать причиной отказа взять на интересное мероприятие.

Щедро хвалите ребенка за успехи, но и не делайте из них сенсацию. Заметив признаки «звездной болезни» мягко поставьте ребенка на место. При этом необязательно задевать область его способностей, повод может быть куда более бытовой: «Что же, такая умница, а посуду помыть не можешь?» И, напротив, почувствовав, что ребенок неуверен в своих силах, подбодрите его, ненароком заметив, что преподаватель прекрасно отзывался о его последней работе, назвав ее лучшей.

Если же вообще перестать хвалить умника, чтоб, не дай Бог, не зазнался, то есть риск добиться противоположного результата, когда он будет очень неуверен в своих, пусть даже, по мнению окружающих, и блестящих способностях (ведь мама с папой никогда об этом не говорили, а, значит, так вовсе не считают!)

Выбирая единственную верную на ваш взгляд тактику воспитания, помните, что забота о ребенке не должна превратиться в гиперопеку, которую, к сожалению, нередко можно наблюдать в семьях с одаренным ребенком. Но не нужно впадать и в другую крайность и держать малыша в «ежовых рукавицах». Кстати, это еще одна распространенная ошибка родителей юных талантов, когда они самонадеянно полагают, что диктатура и излишний авторитаризм, следствием которых является ситуация постоянного стресса и напряжения в семье, прекрасно стимулируют творческий процесс

Золотая середина – вот то, что вы должны отыскать. Общих правил и схем здесь быть не может. Все зависит только от вас.

Упражнения и рекомендации по коррекции завышенной самооценки

Упражнения:

1. Напиши 10 своих главных достоинств. Оцени их выраженность по пяти бальной шкале. Попроси сделать то же самое своих родителей, друзей или одноклассников. Сравни полученные результаты. Есть ли разница в оценках? Как ты думаешь почему? Старайся увидеть причину расхождений в себе и своем поведении, а не в окружающих тебя людях.

2. Напиши 10 своих отрицательных качеств. Как ты считаешь, они мешают тебе? А людям, с которыми ты общаешься? Подумай над этим.

3. Попробуй назвать дело, с которым ты справишься очень хорошо. А теперь попробуй назвать трех своих знакомых, одноклассников, которые смогли бы справиться с этим делом лучше тебя.

4. Попробуй выделить недостатки, которые мешают твоим достоинствам стать идеальными. Например: я остроумен, но иногда бываю бестактным; у меня прекрасная реакция, но иногда мои действия опережают мысль.

Рекомендации:

1. Подумай, насколько твоё мнение о себе соответствует мнению родителей, одноклассников и друзей?

2. Учись прислушиваться к мнению других людей, их одобрению или неодобрению: ведь окружающие часто могут оценить тебя вернее, чем ты сделаешь это самостоятельно.

3. Относись к критическим замечаниям со стороны товарищей, родителей или учителей как к конструктивному совету и «руководству к действию», а не как к «досадной помехе» или «непониманию тебя».

4. Получив отказ в просьбе о чем - либо или не справившись с порученным тебе делом, ищи причины в себе, а не в обстоятельствах или других людях.

5. Помни, что комплименты или похвалы не всегда бывают искренними. Старайся понять, насколько соответствует похвала тому реальному делу, которое тебе удалось сделать.

6. При сравнении с другими пытайся сравнивать себя с теми, кто добивается максимальных успехов в конкретных видах деятельности и в жизни вообще.

7. Прежде чем взяться за ответственное дело, тщательно проанализируй свои возможности и только после этого делай вывод о том, сможешь ли ты с ним справиться.

8. Не считай свои недостатки мелочью: ведь ты же не считаешь мелочью недостатки других людей?

9. Старайся относиться к себе критичнее: разумная самокритичность способствует саморазвитию и более полной реализации потенциальных возможностей.

10. Не разрешай себе «почивать на лаврах». Успешно завершив какое-нибудь дело, подумай о том, можно ли было сделать его лучше, и если да, то, что помешало этому.

11. Всегда ориентируйся на оценку результатов своих действий другими людьми, а не на собственное чувство удовлетворения.

12. Уважай чувства и желания других людей, они имеют точно такое же значение, как и твои собственные.

Главная задача и педагогов, и родителей – научить талантливое ребёнка любить искусство в себе больше, чем себя в искусстве