Снятие психоэмоционального напряжения у одаренных детей

Особенности развития одаренных детей.

Познавательное развитие.

1. Отличаясь широтой восприятия, они остро чувствуют все происходящее в окружающем их мире и чрезвычайно любопытны в отношении того, как устроен тот или иной предмет. Они способны следить за несколькими процессами одновременно и склонны активно исследовать все окружающее.

2. Они обладают способностью воспринимать связи между явлениями и предметами и делать соответствующие выводы; им нравится в своем воображении создавать альтернативные системы.

3. Отличная память в сочетании с ранним языковым развитием и способностью к классификации и категоризированию помогают такому ребенку накапливать большой объем информации и интенсивно использовать ее.

4. Одаренные дети обладают большим словарным запасом, позволяющим им свободно и четко излагать. Однако ради удовольствия они часто изобретают собственные слова.

5. Наряду со способностью воспринимать смысловые неясности, сохранять высокий порог восприятия в течение длительного времени, с удовольствием заниматься сложными и даже не имеющими практического решения задачами одаренные дети не терпят, когда им навязывают готовый ответ.

6. Они отличаются продолжительным периодом концентрации внимания и большим упорством в решении той или иной задачи.

Психосоциальная чувствительность.

1. Одаренные дети обнаруживают обострённое чувство справедливости; опережающее нравственное развитие опирается на опережающее развитие восприятия и познания.

2. Они предъявляют высокие требования к себе и окружающим.

3. Живое воображение, включение элементов игры в выполнение задач, творчество, изобретательность и богатая фантазия (воображаемые друзья, братья или сестры) весьма характерны для одаренных детей.

4. Они обладают отличным чувством юмора, любят смешные несоответствия, игру слов, шутки.

5. Им недостает эмоционального баланса, в раннем возрасте одаренные дети нетерпеливы и порывисты.

6. Порой для них характерны преувеличенные страхи и повышенная чувствительность.

7. Эгоцентризм в этом возрасте, как и у обычных детей.

8. Нередко у одаренных детей развивается негативное самовосприятие, возникают трудности в общении со сверстниками.

Физические характеристики.

1. Одаренных детей отличает высокий энергетический уровень, причем спят они меньше обычного.

2. Их моторная координация и владение руками часто отстают от познавательных способностей

Проблемы одаренных детей.

Лета Холлингуорт внесла большой вклад в понимание проблем адаптации, стоящих перед одаренными детьми.

1. Неприязнь к школе. Такое отношение часто появляется оттого, что учебная программа скучна и неинтересна для одаренных детей. Нарушения в поведении могут появляться потому, что учебный план не соответствует их способностям.

2. Игровые интересы. Одаренным детям нравятся сложные игры и неинтересны те, которыми увлекаются их сверстники. Вследствие этого одаренный ребенок оказывается в изоляции, уходит в себя.

3. Конформность. Одаренные дети, отвергая стандартные требования, не склонны к конформизму, особенно если эти стандарты идут вразрез с их интересами.

4. Погружение в философские проблемы. Для одаренных детей характерно задумываться над такими явлениями, как смерть, загробная жизнь, религиозные верования и философские проблемы.

5. Несоответствие между физическим, интеллектуальным и социальным развитием. Одаренные дети часто предпочитают общаться с детьми старшего возраста. Из-за этого им порой трудно становиться лидерами.

6. Стремление к совершенству. Для одаренных детей характерна внутренняя потребность совершенства. Отсюда ощущение неудовлетворенности, собственной неадекватности и низкая самооценка.

7. Потребность во внимании взрослых. В силу стремления к познанию одаренные дети нередко монополизируют внимание учителей, родителей и других взрослых. Это вызывает трения в отношениях с другими детьми. Нередко одаренные дети нетерпимо относятся к детям, стоящим ниже их в интеллектуальном развитии. Они могут отталкивать окружающих замечаниями, выражающими презрение или нетерпение

Все эти факторы тормозят процесс социализации. Нередко среди них встречаются дети с заниженной самооценкой; дети, отрицающие авторитеты и не умеющие прислушиваться к чужому мнению; застенчивые, молчаливые, тревожные дети. Наибольшее значение в процессе социализации одаренных детей играют Я-концепция, самооценка, мотивация деятельности. Ускоренное психическое развитие одарённого ребёнка иногда может  вызывать нервно-психическое напряжение, невротизацию, и привести к  школьной дезадаптации, проблемам с учёбой и взаимоотношениям со сверстниками.

Ну, и конечно же родители своих одаренных детей загружают иногда немыслимыми нагрузками помимо детского сада,- это и различные кружки, спортивные секции и развивающие клубы и т.п. Порой, такой ребенок загружен не меньше, а зачастую и больше взрослых. Такие нагрузки отрицательно сказываются на психическом здоровье детей. Именно поэтому очень важно использовать в работе с одаренными детьми метод психомышечной релаксации-мышечное расслабление.

Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять свои телом. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии.

Следовательно, имея нарушения в эмоциональной сфере одаренных детей старшего возраста и волшебную сенсорную комнату, была написана программа «Сеансы расслабления».

Цель программы: профилактика и предупреждение психоэмоционального напряжения у одаренных детей старшего дошкольного возраста.

Количество сеансов:8-12.

Время: от 15 мин. до 45 мин.

Занятия проводятся как групповые, так и индивидуальные.

В программу входят следующие методы по снятию психоэмоционального напряжения:

-метод песочной терапии;

-релаксационные упражнения;

-аутотренинг;

-телесно-ориентированный метод;

-дыхательная гимнастика;

А также непосредственная работа с оборудованием сенсорной комнаты.

Метод песочной терапии очень уникален тем, что ребенок, когда играет осваивает мир, проигрывая, создавая, моделируя различные ситуации из своей жизни. Пространство песка позволяет лепить, закапывать-откапывать, строить-ломать и т.п.Тем самым способствуя развитию сюжетно-ролевых игр, а значит и развитие коммуникативных навыков ребенка .А также содействует снятию психоэмоционального напряжения, содействует отреагированию негативных эмоций и состояний.

Релаксационные упражнения, аутотренинг, дыхательная гимнастика- все эти методы дают новые ресурсы; учат ребенка расслабляться, успокаиваться, в трудных для него жизненных ситуациях.

Оборудование сенсорной комнаты, способствует снятию психоэмоционального напряжения, а также дети получают новый сенсорный опыт, который очень важен для правильного восприятия действительности; дает ребенку быть «здесь и сейчас». Ну, и конечно, же развиваются познавательные процессы.

Таким образом, вся система работы в сенсорной комнате ведет к снятию психоэмоционального напряжения, развитию коммуникативных навыков, повышению самооценки и приобретению нового опыта.