



Наукові перспективи
Видавнича група

ISSN 2786-5274 (Print)
DOI:10.52058/2786-5274-2026-2(54)

Ми їємо за те, чому
немає цін в усьому світі —
за Батьківщиною.
О. Довженко



Наукові інновації та передові технології



№ 2(54) 2026

Всеукраїнська Асамблея докторів наук із державного управління
у рамках роботи Видавничої групи «Наукові перспективи»

«Наукові інновації та передові технології»

№ 2(54) 2026

Київ – 2026

Ukrainian Assembly of Doctors of Sciences in Public Administration



within the work of the Publishing Group «Scientific Perspectives»

«Scientific innovations and advanced technologies»

№ 2(54) 2026

Kyiv – 2026



ISSN 2786-5274 Print

УДК 001.32:1 /3/(477)(02)

DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-2\(54\)](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-2(54))

«Наукові інновації та передові технології»: журнал. 2026. № 2(54) 2026. С. 3878

Науковий профіль видання (назва кластеру):

Розвиток людського капіталу, соціальні науки та журналістика.

A1 Освітні науки, A2 Дошкільна освіта, A3 Початкова освіта, A4 Середня освіта (за предметними спеціальностями), A5 Професійна освіта (за спеціалізаціями), A6 Спеціальна освіта (за спеціалізаціями), C4 Психологія.

Рекомендовано до друку Президією Всеукраїнської Асамблеї докторів наук з державного управління (Рішення від 06.02.2026, № 4/2-26)

*Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації:
серія KB № 24962-14902P від 13.09.2021 р.*

Журнал видається за наукової підтримки: Інституту філософії та соціології Національної Академії Наук Азербайджану (Баку, Азербайджан), громадської організації «Асоціація науковців України», громадської організації «Християнська академія педагогічних наук України» та громадської організації «Всеукраїнська асоціація педагогів і психологів з духовно-морального виховання»



Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 30.11.2021 № 1290 журналу присвоєно категорію "Б" із права

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 01.02.2022 № 89 журналу присвоєно категорію "Б" із педагогіки

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 07.04.2022 № 320 журналу присвоєно категорію "Б" із економіки та державного управління

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 20.06.2023 № 768 журналу присвоєно категорію "Б" зі спеціальностей 073 - менеджмент, 076 - підприємництво та торгівля, 015 - професійна освіта

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 23.08.2023 № 1035 журналу присвоєно категорію "Б" зі спеціальності 053 - психологія



Наукове видання включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus, міжнародної пошукової системи Google Scholar та до міжнародної наукометричної бази даних Research Bible.

Журнал започаткований з метою розвитку вітчизняного наукового людського капіталу, соціальних наук та журналістики.

Головний редактор:

Дибкова Людмила Миколаївна - доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри інформатики та системології Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана (Україна)





Ширяєва Л.М., Корнєва А.В.

2902

*ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ДОРОСЛОЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ
СОЦІАЛЬНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ ТА ОСОБИСТІСНИХ КРИЗ*

Шпак М.М.

2910

*КОМУНІКАТИВНІ ТРУДНОЩІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ТА
СТРАТЕГІЇ ЇХ ПОДОЛАННЯ*

Шуртигіна В.А., Павлова О.Г., Шукалова О.С., Борзик О.Б.

2924

*ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ: ПРИЧИНИ, СТАДІЇ ТА ПРОФІЛАК-
ТИКА*

Ямчук Т.Ю., Воронова О.Ю., Брецько І.І.

2937

*ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ
СФЕРИ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ МОВЛЕННЯ*

СЕРІЯ «Право»

Lisniak A.

2946

*FEATURES OF UNDERSTANDING PUBLIC SERVICES AND
RELATED CONCEPTS IN MODERN CONDITIONS*

Lukianova H., Hrynyshyn Yu.

2955

*ADMINISTRATIVE AND LEGAL MECHANISMS FOR THE
DEVELOPMENT OF A SAFE URBAN SPACE IN CONDITIONS OF
SOCIETAL TRANSFORMATIONS*

Zabzaliuk D.Ye., Romanova A.S.

2966

*JUSTICE AS A MORAL CATEGORY IN LAW: CONTEMPORARY
CHALLENGES OF DIGITALIZATION*

Арнаутова А.С.

2975

*ДЕЯКІ АСПЕКТИ АДМІНІСТРАТИВНО-ПРАВОВОГО РЕГУЛЮ-
ВАННЯ ОСКАРЖЕННЯ ВІДКРИТИХ ТОРГІВ*

Басалюк Н.В.

2983

ЕКСТРАДИЦІЯ: МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПОГЛЯД

Березняк В.С.

2994

*КРИМІНАЛЬНА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЗА САМОВІЛЬНЕ ЗАЛИ-
ШЕННЯ ВІЙСЬКОВОЇ ЧАСТИНИ АБО МІСЦЯ СЛУЖБИ*





УДК 159.928

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-2\(54\)-2910-2923](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-2(54)-2910-2923)

Шпак Марія Мирославівна доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки і методики початкової та дошкільної освіти, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, <https://orcid.org/0000-0001-7073-4673>

КОМУНІКАТИВНІ ТРУДНОЩІ ОБДАРОВАНИХ ПІДЛІТКІВ ТА СТРАТЕГІЇ ЇХ ПОДОЛАННЯ

Анотація. У статті досліджено природу та механізми комунікативних труднощів, що виникають в обдарованих підлітків у процесі їх інтенсивного інтелектуального та емоційного розвитку в сучасних умовах. Теоретичний аналіз побудований на основі концепції дисинхронії розвитку, яка дозволяє обґрунтувати суть невідповідності між інтелектуальною зрілістю та соціально-комунікативними навичками обдарованої підліткової групи. З урахуванням індивідуально-психологічного профілю обдарованих підлітків охарактеризовано такі ключові психологічні фактори, як інтелектуальний перфекціонізм, емоційна гіперчутливість, труднощі із саморегуляцією та схильність до соціальної ізоляції, які суттєво ускладнюють їх соціалізацію. Особливу увагу приділено захисним механізмам психіки – інтелектуалізації та мовному бар'єру, – які виникають в обдарованих підлітків у процесі взаємодії з однокласниками та адаптації до освітнього середовища.

Обґрунтовано, що комунікативні труднощі обдарованих підлітків зумовлені, з одного боку, їх психологічною своєрідністю, а з іншого – недостатньою готовністю системи освіти та сімейного інституту до підтримки їх соціально-комунікативного розвитку. Визначено, що суттєвий чинник формування комунікативної компетентності обдарованих підлітків – це взаємопов'язана діяльність школи, сім'ї та психологічної служби закладу освіти, що зумовлює необхідність спільних зусиль усіх суб'єктів навчально-виховного процесу.

Проаналізовано стратегії подолання комунікативних труднощів, які включають розвиток соціального інтелекту, адаптацію мовленнєвих стратегій, формування навичок соціально-компетентної поведінки та оновлення комунікативних установок підлітків через психокорекційну та психопрофілактичну роботу. З'ясовано, що ефективними формами психологічного супроводу є індивідуальне консультування, груповий тренінг комунікативних навичок та просвітницька робота з педагогами і батьками. Результати дослідження підтверджують, що комплексний підхід до психологічної підтримки обдарованих підлітків дозволяє суттєво знизити інтенсивність їх комунікативних



труднощів та сприяє їх успішній інтеграції в соціум і повноцінній реалізації творчого та інтелектуального потенціалу.

Ключові слова: комунікативні труднощі, обдарованість, підлітки, дисинхронія розвитку, інтелектуальний перфекціонізм, соціальний інтелект, захисні механізми, комунікативна компетентність, психологічний супровід, соціальна адаптація.

Shpak Mariia Myroslavivna Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Head of the Department of Pedagogy and Methods of Primary and Preschool Education, Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University, Ternopil, <https://orcid.org/0000-0001-7073-4673>

COMMUNICATION DIFFICULTIES OF GIFTED ADOLESCENTS AND STRATEGIES FOR OVERCOMING THEM

Abstract. The article investigates the nature and mechanisms of communicative difficulties that arise in gifted adolescents in the process of their intensive intellectual and emotional development in modern conditions. The theoretical analysis is based on the concept of developmental dyssynchrony, which allows us to substantiate the essence of the discrepancy between intellectual maturity and socio-communicative skills of the gifted adolescent group. Taking into account the individual psychological profile of gifted adolescents, such key psychological factors as intellectual perfectionism, emotional hypersensitivity, difficulties with self-regulation and a tendency to social isolation are characterized, which significantly complicate their socialization. Particular attention is paid to the protective mechanisms of the psyche - intellectualization and language barrier - that arise in gifted adolescents in the process of interaction with classmates and adaptation to the educational environment.

It is substantiated that the communicative difficulties of gifted adolescents are due, on the one hand, to their psychological uniqueness, and on the other hand, to the insufficient readiness of the educational system and the family institution to support their socio-communicative development. It is determined that a significant factor in the formation of communicative competence of gifted adolescents is the interconnected activities of the school, family and psychological service of the educational institution, which necessitates the joint efforts of all subjects of the educational process.

Strategies for overcoming communicative difficulties were analyzed, which include the development of social intelligence, adaptation of speech strategies, formation of skills of socially competent behavior and updating of communicative attitudes of adolescents through psychocorrective and psychoprophylactic work. It was found that effective forms of psychological support are individual counseling, group training of communicative skills and educational work with teachers and parents. The results of the study confirm that a comprehensive approach to psychological support of gifted adolescents allows to significantly reduce the intensity of their



communicative difficulties and contributes to their successful integration into society and the full realization of their creative and intellectual potential.

Keywords: communicative difficulties, giftedness, adolescents, developmental dyssynchrony, intellectual perfectionism, social intelligence, defense mechanisms, communicative competence, psychological support, social adaptation.

Постановка проблеми.

Проблема комунікативних труднощів обдарованих підлітків набуває особливої актуальності в контексті сучасних викликів модернізації освіти та суспільних трансформацій. Незважаючи на високий інтелектуальний потенціал, значна частина обдарованих підлітків стикається з серйозними перешкодами у встановленні та підтримці міжособистісних контактів, що негативно впливає на їх психологічне благополуччя та соціальну інтеграцію. За даними сучасних досліджень, від 40 до 60% обдарованих дітей демонструють ознаки недостатньої реалізації свого потенціалу, що значною мірою пов'язано з труднощами соціальної адаптації [12]. Ця проблема посилюється в підлітковому віці, коли формування ідентичності та потреба в належності до групи однолітків набувають критичного значення для особистісного розвитку.

Сучасні дослідження фіксують зміну характеру соціальних труднощів обдарованих дітей залежно від віку. Якщо в молодшому шкільному віці обдаровані діти часто повідомляють про близькі стосунки з друзями, то в підлітковому періоді спостерігається суттєве погіршення якості дружніх взаємин та зниження задоволеності соціальною підтримкою [8]. Це пов'язано з еволюцією соціальних норм та очікувань у підлітковому середовищі, де конформність та відповідність груповим стандартам набувають пріоритетного значення. Обдаровані підлітки, прагнучи інтелектуальної стимуляції та глибоких дискусій, стикаються з нерозумінням з боку однолітків, що призводить до відчуття відчуженості та самотності. Особливої уваги заслуговує феномен захисних механізмів психіки, які розвиваються в обдарованих підлітків як спосіб подолання комунікативних труднощів. Інтелектуалізація як захисний механізм проявляється в надмірному використанні абстрактних понять та складних термінологічних конструкцій у повсякденному спілкуванні, що створює додатковий бар'єр у комунікації з однолітками [9]. Мовний бар'єр виникає не лише через різницю в словниковому запасі, але й через якісно відмінні способи обробки інформації та формулювання думок. Обдаровані підлітки схильні до деталізації, нюансування та багатовимірного аналізу тем, що може сприйматися іншими як педантизм або зарозумілість.

Емоційна гіперчутливість, яка є характерною рисою багатьох обдарованих підлітків, додатково ускладнює їх соціальну адаптацію. Дослідження К. Дабровського, присвячені теорії позитивної дезінтеграції, демонструють, що обдаровані особи часто характеризуються надзбудливістю (overexcitability) в емоційній, інтелектуальній, уявній, психомоторній та сенсорній сферах [2].



Інтелектуальний перфекціонізм, притаманний більшості обдарованих підлітків, створює додаткові перешкоди в комунікації. Високі стандарти, які вони встановлюють для себе в інтелектуальній сфері, часто екстраполюються на соціальні взаємодії, призводячи до страху помилитися, бути неправильно зрозумілим або продемонструвати некомпетентність у соціальних ситуаціях [3]. Це може призводити до уникнення соціальних контактів або надмірної соціальної тривожності.

Важливим аспектом проблеми є недостатня готовність освітнього середовища та сімейного інституту до підтримки соціально-комунікативного розвитку обдарованих підлітків. Як свідчать дані Інституту обдарованої дитини Національної академії педагогічних наук України, робота з обдарованими дітьми в освітніх організаціях зосереджена переважно на розвитку спеціальних здібностей, тоді як сфера їх соціального розвитку та комунікації залишається поза увагою [6].

У контексті вищезазначеного актуальним завданням сучасної психологічної науки та практики є розробка комплексних стратегій подолання комунікативних труднощів обдарованих підлітків. Ці стратегії мають охоплювати кілька векторів роботи: розвиток соціального інтелекту та комунікативної компетентності самих підлітків; адаптацію мовленнєвих стратегій для ефективної взаємодії з різними соціальними групами; психокорекційну роботу, спрямовану на подолання захисних механізмів та зниження соціальної тривожності; просвітницьку діяльність з педагогами та батьками щодо специфіки психологічних потреб обдарованих підлітків; створення умов для взаємодії з інтелектуально сумісними однолітками.

Таким чином, дослідження комунікативних труднощів обдарованих підлітків та розробка науково обґрунтованих стратегій їх подолання є актуальною та практично значущою проблемою, від вирішення якої залежить не лише особистісне благополуччя обдарованих молодих людей, але й можливість повноцінної реалізації їхнього творчого та інтелектуального потенціалу на благо суспільства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз психолого-педагогічної літератури дає можливість стверджувати, що проблематика комунікативних труднощів обдарованих підлітків перебуває на перетині кількох дослідницьких напрямків: теорії обдарованості, психології підліткового віку та соціальної психології комунікації. Для окреслення теоретичного підґрунтя нашого дослідження проаналізуємо насамперед наукові підходи до визначення сутності обдарованості та специфіки соціально-емоційного розвитку обдарованих підлітків.

Вивчаючи розвиток творчо обдарованої особистості, вітчизняні психологи В.О. Моляко та О.Л. Музика дійшли висновку, що система задатків, схильностей і здібностей у комплексі є обдарованістю, яка забезпечує виконання професійної діяльності людиною на високому рівні і досягнення значних успіхів [1]. У



психолого-педагогічному дискурсі однією з найбільш визнаних є концепція обдарованості Дж. Рензулі, який виокремлює у структурі обдарованості такі компоненти, як інтелектуальні здібності, креативність та наполегливість [1].

Сучасні дослідження соціально-емоційного розвитку обдарованих підлітків демонструють неоднозначні результати. Систематичний огляд, проведений Р. Франсісом та колегами, показав, що більшість обдарованих дітей виявляють кращу соціально-емоційну адаптацію порівняно з однолітками [4]. Водночас низка досліджень фіксує специфічні комунікативні труднощі у значній частини обдарованої популяції. Зокрема, дослідження С. Лі та М. Андерсона виявило, що обдаровані підлітки часто відчують соціальну ізоляцію, недовіру до однолітків та труднощі у навігації групової динаміки [7]. Т. Кросс та колеги підкреслюють глобальний характер проблеми самотності та соціальної ізоляції серед обдарованих підлітків [5].

Емоційна гіперчутливість та надзбудливість обдарованих осіб знаходять теоретичне обґрунтування в працях К. Домбровського, присвячених теорії позитивної дезінтеграції [14]. Сучасне дослідження С. Вуд та колег підтверджує наявність різних форм надзбудливості у обдарованих дітей та підлітків, що суттєво впливає на їхню комунікативну поведінку [16].

Проблематика перфекціонізму обдарованих підлітків досліджувалася Ф. Діксоном та колегами, які виокремили емпіричну типологію перфекціонізму та його зв'язок з соціальною тривожністю [2].

П. Шулер встановив, що від 70% до 87,5% обдарованих підлітків демонструють перфекціоністичні тенденції [12]. Нещодавнє дослідження продемонструвало значущі кореляції між дезадаптивним перфекціонізмом та соціальною тривожністю обдарованих підлітків [15].

Отже, аналіз сучасних досліджень засвідчує актуальність проблеми комунікативних труднощів обдарованих підлітків та необхідність розробки комплексних стратегій їх подолання з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей цієї категорії дітей.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі природи, механізмів та чинників появи комунікативних труднощів в обдарованих підлітків, а відтак визначення стратегій психологічного супроводу, спрямованих на розвиток комунікативної компетентності та успішну соціальну адаптацію обдарованих підлітків.

Виклад основного матеріалу. Комунікативні труднощі обдарованих підлітків є багатограним феноменом, який виникає на перетині когнітивної винятковості, емоційної інтенсивності та соціальних очікувань.

Для глибокого розуміння цієї проблематики необхідно розглянути п'ять основних психологічних факторів, що формують специфічну комунікативну ситуацію розвитку обдарованого підлітка: дисинхронію розвитку, феномен соціальної ізоляції, інтелектуальний перфекціонізм, емоційну гіперчутливість та мовний бар'єр як прояв захисної інтелектуалізації.



Дисинхронія розвитку як основа комунікативних труднощів

Дисинхронія розвитку являє собою фундаментальну характеристику обдарованості, що виявляється в невідповідності між темпами інтелектуального, фізичного та емоційного дозрівання. Це поняття, запроваджене Ж.-Ш. Террасьє та систематизоване у працях Л. Сільверман, описує ситуацію, коли високий рівень когнітивних здібностей поєднується з типовим або навіть уповільненим розвитком емоційної саморегуляції та соціальних навичок. Колумбуська група дослідників, яка об'єднує провідних світових науковців у галузі обдарованості, визначає дисинхронний розвиток як основу своєї дефініції обдарованості.

Практичні прояви дисинхронії у комунікативній сфері можуть бути досить драматичними. Підліток може демонструвати здатність до складних дискусій про квантову фізику або філософські категорії, проте водночас реагувати на критику чи програв у грі з емоційною інтенсивністю, характерною для молодшої дитини. Дослідження показують, що обдаровані діти можуть проявляти моральні міркування, що випереджають їхній вік, але при цьому продовжувати потребувати емоційної підтримки, властивої значно молодшій дитині [5]. Ця внутрішня суперечність створює те, що можна назвати «комунікативною прірвою» – ситуацію, коли обдарований підліток не може знайти адекватного способу взаємодії ні з однолітками (які сприймають його як дивака чи незрілого), ні з дорослими (які не можуть забезпечити необхідну емоційну підтримку).

Важливо підкреслити, що дисинхронія не є статичною характеристикою – вона посилюється з віком та зі зростанням рівня інтелектуальних здібностей. Обдарована шестирічна дитина з IQ 135 має розумовий вік восьмирічної дитини; у дев'ять років її розумовий вік відповідає дванадцятирічній; а в дванадцять років вона матиме розумовий вік шістнадцятирічної [13]. Це означає, що з кожним роком розрив між інтелектуальними можливостями та соціально-емоційною зрілістю може поглиблюватися, створюючи все більше комунікативних викликів.

Стратегії подолання дисинхронії мають бути спрямовані на гармонізацію розвитку різних сфер особистості. Для самих підлітків ключовим є розвиток навичок рефлексії – здатності усвідомлювати власні емоційні стани та розуміти, коли емоції починають домінувати над раціональним мисленням. Техніки заземлення (grounding techniques), такі як усвідомлене дихання та практики «тут і зараз», можуть допомогти обдарованим підліткам повертатися до емоційної рівноваги в моменти стресу. Важливо також, щоб дорослі – батьки та педагоги – не очікували від обдарованої дитини «дорослої» поведінки у всіх сферах життя лише тому, що вона має високий IQ. Розуміння асинхронності розвитку дозволяє створити більш реалістичні очікування та забезпечити адекватну підтримку [2].

Феномен «білої ворони» та соціальна ізоляція

Теорія «комунікативного діапазону» пояснює механізм виникнення соціальної ізоляції обдарованих підлітків через концепцію обмеженого кола потенційних комунікативних партнерів. Згідно з цією теорією, обдаровані особи



можуть ефективно спілкуватися лише з тими, чий рівень інтелектуального розвитку перебуває в певному діапазоні їхнього власного. Коли різниця в інтелектуальному рівні перевищує приблизно 30 пунктів IQ, виникають значні труднощі у взаєморозумінні та підтримці змістовної комунікації. Це створює парадоксальну ситуацію: що вищий рівень обдарованості підлітка, то вужче коло його потенційних співрозмовників.

Невідповідність інтересів та когнітивних рівнів призводить до того, що обдаровані підлітки часто відчують, що з однолітками їм «нудно», тоді як однолітки сприймають спілкування з ними як «надто складне» або «заумне». Обдаровані підлітки можуть мати специфічні інтереси – від астрофізики до середньовічної філософії, – які не поділяють їхні однолітки. Це призводить до складнощів у підтримці «lighttalk» (поверхневих розмов) про популярні серіали, спортивні події чи інші теми, які домінують у підлітковому середовищі. Дослідження показують, що в молодшому шкільному віці обдаровані діти часто повідомляють про наявність близьких друзів, проте в підлітковому періоді спостерігається суттєве погіршення якості дружніх взаємин та зниження задоволеності соціальною підтримкою [15].

Відчуття відчуженості змушує багатьох обдарованих підлітків замикатися в собі або шукати товариства дорослих, які здатні підтримати їхні інтелектуальні інтереси. Однак така стратегія має свої обмеження: спілкування виключно з дорослими позбавляє підлітка можливості розвивати навички взаємодії з ровесниками, що є критично важливим для формування соціальної ідентичності в підлітковому віці. Крім того, постійне перебування в ролі «найрозумнішого серед дорослих» може призводити до формування нереалістичних очікувань щодо себе та інших.

Ефективні стратегії подолання соціальної ізоляції включають кілька напрямків роботи. По-перше, критично важливим є пошук «своїх зграй» – інтелектуально сумісних однолітків. Участь у профільних таборах, олімпіадах, наукових гуртках, онлайн-спільнотах за інтересами створює можливості для зустрічі з інтелектуальними ровесниками. По-друге, обдарованим підліткам потрібно розвивати те, що можна назвати «навичкою соціальної маски» – розуміння, що smalltalk (світська бесіда) не є марнуванням часу, а виступає соціальним «мастильним матеріалом», який полегшує співіснування в різних соціальних контекстах. Це не означає відмову від власної ідентичності, а радше розвиток гнучкості у виборі тем та рівня складності комунікації залежно від співрозмовника та ситуації.

Інтелектуальний перфекціонізм та страх помилки

Інтелектуальний перфекціонізм є однією з найбільш поширених характеристик обдарованих підлітків та водночас одним з найбільш проблемних факторів, що ускладнюють їхню комунікацію. Дослідження показують, що від 70% до 87.5% обдарованих підлітків демонструють перфекціоністичні тенденції різного ступеня вираженості [11]. Перфекціонізм у контексті обдарованості



може проявлятися в двох формах: адаптивний перфекціонізм, що характеризується високими особистими стандартами та прагненням до досконалості, та дезадаптивний (невротичний) перфекціонізм, який супроводжується надмірною заклопотаністю помилками, сумнівами щодо власних дій та страхом негативної оцінки [3].

У комунікативній сфері перфекціонізм проявляється особливо яскраво. Високі стандарти, які обдаровані підлітки встановлюють для себе в інтелектуальній діяльності, часто екстраполюються на соціальні взаємодії, створюючи нереалістичні очікування щодо власної комунікативної поведінки. Підліток може боятися сказати щось «недостатньо розумне» або «недостатньо оригінальне», що призводить до блокування спонтанного спілкування. Крім того, перфекціонізм може виявлятися у надмірній критичності до співрозмовників: обдарований підліток може відчувати роздратування від «простих» або «поверхових» думок інших, що сприймається навколишніми як зарозумілість чи снобізм.

Соціальна тривожність, пов'язана з перфекціонізмом, є особливо проблематичною в підлітковому віці. Дослідження демонструють значущі позитивні кореляції між дезадаптивним перфекціонізмом та соціальною тривожністю/сором'язливістю обдарованих підлітків, а також між перфекціонізмом та соціальним відокремленням. Страх помилитися, бути неправильно зрозумілим або продемонструвати некомпетентність у соціальних ситуаціях може призводити до повного уникнення соціальних контактів або до формування захисної позиції, яка проявляється як демонстративна зарозумілість [10].

Парадоксально, але обдаровані підлітки можуть одночасно відчувати себе і надзвичайно розумними (через здатність робити те, що не можуть однолітки), і дуже «відсталими» (через неспроможність виконувати звичайні соціальні дії, які є природними для інших). Ця бідирекціональна самоідентифікація створює внутрішній конфлікт та підриває самооцінку.

Стратегії подолання перфекціонізму мають бути спрямовані на формування здорового ставлення до помилок та невдач. Ключовою є «легалізація помилок» – створення безпечного простору, де помилка сприймається не як катастрофа, а як невід'ємна частина процесу пізнання та розвитку. Моделювання ситуацій, де дорослі відкрито говорять про власні помилки та демонструють конструктивні способи їх подолання, допомагає підліткам формувати більш реалістичні стандарти [11]. Корисною може бути практика «Сьогодні я новачок» – свідоме залучення підлітка до діяльності, де він завідомо не є лідером або експертом. Це знижує градус очікувань від себе та дозволяє відчути радість від процесу навчання, а не лише від результату.

Емоційна гіперчутливість та надзбудливість

Емоційна гіперчутливість обдарованих підлітків знаходить своє теоретичне обґрунтування в концепції надзбудливості (overexcitability), розробленій польським психіатром К. Домбровським в рамках його теорії позитивної



дезінтеграції. К. Домбровський ідентифікував п'ять форм надзбудливості – психомоторну, сенсуальну, інтелектуальну, уявну та емоційну, – які виявляються в обдарованих осіб значно частіше, ніж у загальній популяції. Надзбудливість описується як підвищена здатність сприймати та реагувати на стимули, що виявляється в збільшеній чутливості, усвідомленості та інтенсивності переживань [14].

Емоційна надзбудливість проявляється в підвищених, інтенсивних почуттях, екстремальному переживанні складних емоцій, ідентифікації з почуттями інших до рівня їх фактичного переживання та сильному афективному вираженні. Обдаровані підлітки з високою емоційною надзбудливістю можуть демонструвати фізичні реакції на емоційний стрес (болі в животі, почервоніння), виражену заклопотаність питаннями смерті та справедливості, схильність до депресивних станів. Вони мають виняткову здатність до глибоких взаємин, проявляють сильну емоційну прив'язаність до людей, місць та речей, демонструють співчуття, емпатію та чутливість у стосунках [2].

У комунікативній сфері емоційна гіперчутливість створює специфічні виклики. Будь-яке зауваження вчителя або жартівлива репліка однолітка можуть сприйматися обдарованим підлітком як особиста трагедія або акт агресії. Висока емпатія може призводити до емоційного виснаження, коли підліток «вбирає» емоції навколишніх та переживає їх як власні. Особливо болісно обдаровані підлітки реагують на несправедливість, нещирість та моральні суперечності, які вони помічають у поведінці інших. Інтенсивне проживання конфліктів може призводити до того, що незначні непорозуміння перетворюються на тривалі емоційні кризи. Дослідження демонструють, що обдаровані особи з надзбудливістю сприймають реальність у різний, більш інтенсивний та багатогранний спосіб. Це може бути як джерелом радості та натхнення, так і причиною страждань. Емоційна надзбудливість робить обдарованих підлітків особливо вразливими до критики та соціального відторгнення, що в поєднанні з підлітковою потребою в приналежності до групи створює внутрішній конфлікт між прагненням бути собою та бажанням бути прийнятим.

Стратегії роботи з емоційною гіперчутливістю включають кілька напрямків. По-перше, критично важливим є розвиток меж емпатії – навчання підлітка розрізняти власні емоції та емоції інших людей. Техніки емоційного менеджменту, такі як ведення щоденника емоцій, практики майндфулнесу, методи когнітивної реструктуризації, допомагають обдарованим підліткам краще розуміти та регулювати свої емоційні стани [15]. По-друге, необхідним є створення можливостей для сенсорного розвантаження. «Тихі зони» та паузи у спілкуванні дозволяють нервовій системі обробити інформацію та відновитися. По-третє, важливо допомогти підліткам розвинути емоційний словник – здатність називати та описувати свої почуття. Замість інтелектуалізації переживань («Соціальна ситуація є нестабільною») підліток має навчитися висловлювати емоції безпосередньо («Я відчуваю тривогу»).



Мовний бар'єр та інтелектуалізація як захисний механізм

Мовний бар'єр у комунікації обдарованих підлітків виникає не просто через різницю в словниковому запасі, а через якісно відмінні способи обробки інформації та формулювання думок. Обдаровані підлітки схильні до деталізації, нюансування, багатовимірного аналізу тем та використання абстрактних понять і складних термінологічних конструкцій. Для них це природний спосіб мислення та самовираження, проте для однолітків така манера комунікації може сприйматися як педантизм, зарозумілість або демонстрація інтелектуальної переваги.

З психоаналітичної перспективи, інтелектуалізація як захисний механізм проявляється в надмірному використанні розумових процесів для уникнення емоційного дискомфорту чи вразливості [9]. Обдарований підліток може «ховатися» за складними термінами та абстрактними концепціями, використовуючи мову як броню для захисту від можливого емоційного болю або відторгнення. Однолітки зчитують це як виклик або спробу їх принизити, що призводить до конфліктів та посилення соціальної ізоляції.

Важливо розуміти, що мовний бар'єр має двосторонній характер. З одного боку, обдаровані підлітки можуть не усвідомлювати, що їхня манера спілкування є незвичною або складною для сприйняття. З іншого боку, навіть усвідомлюючи це, вони можуть відчувати труднощі з «перемиканням» на простіший рівень комунікації, оскільки це вимагає свідомих зусиль та може сприйматися як «зрада» власному інтелекту або інтересам.

Подолання мовного бар'єру вимагає розвитку комунікативної гнучкості – здатності адаптувати свою мову та стиль спілкування залежно від аудиторії та контексту. Корисним є принцип Р. Фейнмана: вміння пояснювати складні речі простою мовою є ознакою справжнього розуміння, а не його відсутності. Розвиток навички «перекладу з професійної на людську мову» допомагає обдарованим підліткам стати більш ефективними комунікаторами, не втрачаючи при цьому глибини мислення.

Паралельно необхідно працювати над розвитком емоційного словника. Багато обдарованих підлітків мають багатий інтелектуальний словник, але обмежений емоційний. Навчання підлітка говорити не лише про ідеї та терміни, а й про почуття («Я відчуваю розчарування» замість «Ситуація не відповідає оптимальним параметрам») допомагає створювати більш щирі та глибокі зв'язки з іншими людьми. Це особливо важливо в контексті підліткового віку, коли емоційна відкритість та вразливість є основою для формування довірливих дружніх стосунків.

Інтегративна модель комунікативних труднощів

Розглянуті п'ять факторів – дисинхронія розвитку, соціальна ізоляція, перфекціонізм, емоційна гіперчутливість та мовний бар'єр – не функціонують ізольовано, а взаємодіють між собою, створюючи складну систему комунікативних труднощів. Наприклад, дисинхронія розвитку може посилювати



перфекціонізм (коли підліток намагається компенсувати емоційну незрілість інтелектуальною бездоганністю), що своєю чергою призводить до соціальної ізоляції. Емоційна гіперчутливість може активізувати захисний механізм інтелектуалізації, який створює мовний бар'єр у спілкуванні з однолітками.

Для ефективного подолання комунікативних труднощів необхідний комплексний підхід, що враховує всі ці фактори та їх взаємозв'язки. Дослідження показують, що найбільш ефективними є програми, які поєднують індивідуальну психологічну роботу з обдарованим підлітком, групові тренінги для розвитку комунікативних навичок у середовищі інтелектуально сумісних ровесників, та просвітницьку роботу з батьками і педагогами [4].

Важливо підкреслити, що мета психологічного супроводу полягає не в тому, щоб «виправити» обдарованого підлітка або зробити його таким, як усі, а в тому, щоб допомогти йому розвинути комунікативну компетентність, зберігаючи при цьому свою інтелектуальну ідентичність та автентичність. Як зазначають сучасні дослідники, обдарованість несе в собі як виклики, так і можливості для особистісного зростання. При адекватній підтримці комунікативні труднощі можуть трансформуватися в унікальні комунікативні сильні сторони — здатність до глибокого розуміння інших, емпатію, творчий підхід до вирішення міжособистісних конфліктів та вміння будувати змістовні, інтелектуально насичені стосунки.

Висновки. Проведений аналіз комунікативних труднощів обдарованих підлітків дозволяє стверджувати, що ці труднощі є закономірним наслідком складної взаємодії п'яти основних психологічних факторів: дисинхронії розвитку, соціальної ізоляції, інтелектуального перфекціонізму, емоційної гіперчутливості та мовного бар'єру як прояву захисної інтелектуалізації. Ці фактори утворюють інтегровану систему, де кожен елемент посилює інші, створюючи специфічну комунікативну ситуацію розвитку обдарованого підлітка.

Дисинхронія розвитку проявляється у невідповідності між високим рівнем когнітивних здібностей та віково-типовим розвитком емоційної саморегуляції, що створює комунікативну прірву у взаємодії як з однолітками, так і з дорослими. Соціальна ізоляція виникає через обмежене коло інтелектуально сумісних співрозмовників, що особливо болісно переживається в підлітковому віці, коли приналежність до групи набуває критичного значення. І

інтелектуальний перфекціонізм, притаманний більшості обдарованих підлітків, екстраполюється на соціальні взаємодії, блокуючи спонтанне спілкування та провокуючи соціальну тривожність.

Емоційна гіперчутливість робить обдарованих підлітків особливо вразливими до критики та відторгнення, перетворюючи незначні непорозуміння на тривалі емоційні кризи. Мовний бар'єр виникає через якісно відмінні способи обробки інформації та схильність до інтелектуалізації, що сприймається однолітками як зарозумілість.



Ефективне подолання комунікативних труднощів вимагає комплексного підходу, що включає розвиток навичок рефлексії та емоційної саморегуляції, пошук інтелектуально сумісних однолітків, формування здорового ставлення до помилок, розвиток емоційного словника та комунікативної гнучкості. Найбільш дієвими формами психологічного супроводу є індивідуальне консультування, групові тренінги комунікативних навичок та просвітницька робота з педагогами і батьками. Критично важливим є розуміння, що мета супроводу полягає не у виправленні обдарованого підлітка, а в розвитку його комунікативної компетентності зі збереженням інтелектуальної ідентичності.

Недостатня готовність освітнього середовища та сімейного інституту до підтримки соціально-комунікативного розвитку обдарованих підлітків залишається суттєвою проблемою, що актуалізує необхідність підвищення психологічної компетентності педагогів та батьків. Дослідження підтверджує, що при адекватній психологічній підтримці комунікативні труднощі можуть трансформуватися в унікальні сильні сторони – здатність до глибокого розуміння інших, емпатію та вміння будувати змістовні стосунки, що є умовою успішної соціальної адаптації та повноцінної реалізації творчого і інтелектуального потенціалу обдарованих підлітків.

Перспективи подальших досліджень вбачаються в розробці конкретних програм психологічного супроводу з урахуванням специфіки різних типів обдарованості, а також у вивченні довгострокових ефектів впливу комунікативних труднощів на особистісний та професійний розвиток обдарованих осіб у дорослому віці.

Література:

1. Здібності, творчість, обдарованість : теорія, методика, результати дослідження: колективна монографія / за ред. В. О. Моляко, О. Л. Музики. Житомир : Вид-во Рута, 2006. 320 с.
2. Daniels, S., & Piechowski, M. M. (2009). *Living with intensity: Understanding the sensitivity, excitability, and emotional development of gifted children, adolescents, and adults*. Scottsdale, AZ: Great Potential Press.
3. Dixon, F. A., Lapsley, D. K., & Hanchon, T. A. (2004). An empirical typology of perfectionism in gifted adolescents. *Gifted Child Quarterly*, 48, 95–106.
4. Francis, R., Hawes, D. J., & Abbott, M. (2016). Intellectual giftedness and psychopathology in children and adolescents: A systematic literature review. *Exceptional Children*, 82(3), 279–302.
5. Gross, C. M., Rinn, A. N., & Jamieson, K. M. (2007). Gifted adolescents' overexcitabilities and self-concepts: An analysis of gender and grade level. *Roeper Review*, 29, 240–248.
6. Institute of Gifted Child. (2020). *Philosophy and Human Development*. National Academy of Educational Sciences of Ukraine.
7. Lee, S. Y., & Anderson, M. (2024). Identifying dimensions of social withdrawal in academically gifted youth. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 5(2), 149–157.
8. Masden, C., Cadieux-Boulden, M., & Cross, T. L. (2015). Social and emotional development of gifted students. In S. Pfeiffer (Ed.), *APA handbook of giftedness and talent* (pp. 453–468). Washington, DC: American Psychological Association.





9. Reis, S. M., & Renzulli, J. S. (2004). Current research on the social and emotional development of gifted and talented students: Good news and future possibilities. *Psychology in the Schools*, 41(1), 119–130.
10. Sánchez-Moncayo, M. R., et al. (2025). Perfectionism and psychological well-being in adolescents with high intellectual abilities. *Frontiers in Psychology*, 16, 1617755. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1617755>
11. Schuler, P. A. (2000). Perfectionism and gifted adolescents. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11, 183–196.
12. Shcherbinina, O. S., Grushetskaya, I. N., Zaharova, Zh. A., & Samohvalova, A. G. (2020). Giftedness as a source of communication difficulties in a group of peers. Proceedings IFTE-2020, 2289–2298.
13. Silverman, L. K. (2008). Asynchronous development: A key to counseling the gifted. In S. Daniels & M. M. Piechowski (Eds.), *Living with intensity* (pp. 203–223). Scottsdale, AZ: Great Potential Press.
14. Tillier, W. (2018). Personality Development through Positive Disintegration: The Work of Kazimierz Dabrowski. Maurice Bassett.
15. Vialle, W., Heaven, P. C. L., & Ciarrochi, J. (2007). On being gifted, but sad and misunderstood: Social, emotional, and academic outcomes of gifted students in the Wollongong Youth Study. *Educational Research and Evaluation*, 13(6), 569–586.
16. Wood, S., Portešová, Š., Warriar, V., Fraser, A., Golding, J., Sharp, H., & Pearson, R. M. (2024). Overexcitabilities in profoundly gifted children and adolescents. *High Ability Stud* 35(1), 1–24

References:

1. Moliako, V. O., & Muzyka, O. L. (Ed.). (2006). *Zdibnosti, tvorchist, obdarovanist :teoriia, metodyka, rezultatydoslidzhennia* [Abilities, creativity, giftedness: theory, methodology, research results]. Zhytomyr : Vyd-vo Ruta [in Ukrainian].
2. Daniels, S., & Piechowski, M. M. (2009). *Living with intensity: Understanding the sensitivity, excitability, and emotional development of gifted children, adolescents, and adults*. Scottsdale, AZ: Great Potential Press.
3. Dixon, F. A., Lapsley, D. K., & Hanchon, T. A. (2004). An empirical typology of perfectionism in gifted adolescents. *Gifted Child Quarterly*, 48, 95–106.
4. Francis, R., Hawes, D. J., & Abbott, M. (2016). Intellectual giftedness and psychopathology in children and adolescents: A systematic literature review. *Exceptional Children*, 82(3), 279–302.
5. Gross, C. M., Rinn, A. N., & Jamieson, K. M. (2007). Gifted adolescents' overexcitabilities and self-concepts: An analysis of gender and grade level. *Roeper Review*, 29, 240–248.
6. Institute of Gifted Child. (2020). *Philosophy and Human Development*. National Academy of Educational Sciences of Ukraine.
7. Lee, S. Y., & Anderson, M. (2024). Identifying dimensions of social withdrawal in academically gifted youth. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 5(2), 149–157.
8. Masden, C., Cadieux-Boulden, M., & Cross, T. L. (2015). Social and emotional development of gifted students. In S. Pfeiffer (Ed.), *APA handbook of giftedness and talent* (pp. 453–468). Washington, DC: American Psychological Association.
9. Reis, S. M., & Renzulli, J. S. (2004). Current research on the social and emotional development of gifted and talented students: Good news and future possibilities. *Psychology in the Schools*, 41(1), 119–130.
10. Sánchez-Moncayo, M. R., et al. (2025). Perfectionism and psychological well-being in adolescents with high intellectual abilities. *Frontiers in Psychology*, 16, 1617755. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1617755>



11. Schuler, P. A. (2000). Perfectionism and gifted adolescents. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11, 183–196.
12. Shcherbinina, O. S., Grushetskaya, I. N., Zaharova, Zh. A., & Samohvalova, A. G. (2020). Giftedness as a source of communication difficulties in a group of peers. *Proceedings IFTE-2020*, 2289–2298.
13. Silverman, L. K. (2008). Asynchronous development: A key to counseling the gifted. In S. Daniels & M. M. Piechowski (Eds.), *Living with intensity* (pp. 203–223). Scottsdale, AZ: Great Potential Press.
14. Tillier, W. (2018). *Personality Development through Positive Disintegration: The Work of Kazimierz Dabrowski*. Maurice Bassett.
15. Vialle, W., Heaven, P. C. L., & Ciarrochi, J. (2007). On being gifted, but sad and misunderstood: Social, emotional, and academic outcomes of gifted students in the Wollongong Youth Study. *Educational Research and Evaluation*, 13(6), 569–586.
16. Wood, S., Portešová, Š., Warriar, V., Fraser, A., Golding, J., Sharp, H., & Pearson, R. M. (2024). Overexcitabilities in profoundly gifted children and adolescents. *High Ability Studies*, 35(1), 1–24.