

Как воспитать в ребенке лидерские качества, не превратив в тирана?

Согласно психологическому словарю, **лидер** (от англ. leader – ведущий) – член группы, за которым она признает право принимать ответственные решения в значимых для нее ситуациях, то есть наиболее авторитетная личность, реально играющая центральную роль в организации совместной деятельности и регулировании взаимоотношений в группе.

Какими же качествами обладает лидер? Самое главное, это умение **брать ответственность** и **проявлять инициативу**. Также лидер **уверен в себе, любознателен, обладает целеустремленностью, самодисциплиной, коммуникабельностью, упорством, эмпатией**.

Лидерские качества, безусловно, пригодятся каждому человеку. Они помогут достигать поставленных целей, добиваться успехов. Важно понимать, что **цель воспитания** – создание условий для развития счастливого уверенного в себе человека. Не все дети могут и хотят являться авторитетной личностью и вести за собой группу. Следовательно, не стоит навязывать ребенку стереотипы и руководящую функцию, а важно воспитывать в ребенке лидерские качества, которые помогут ребенку реализовать себя и добиться успехов.

В чем же различие между **лидером и тираном**? Истинный лидер обладает адекватной самооценкой, уверен в себе, тиран имеет низкую самооценку, либо эгоистичен и высокомерен. Лидер ориентирован на сотрудничество, служение и заботу, тиран стремится контролировать и обладать, «идет по головам». Лидер ответственен, амбициозен, целеустремлен, справедлив и щедр. Тиран – непреклонный, агрессивный, одержимый, безответственный. Таким образом, **деятельность лидера направлена на заботу о людях и продуктивном взаимодействии, тиран ориентирован на подавление, подчинение и управление поступками людей**.

Самый главный вопрос: «Как развить в ребенке лидерские качества, не превратив в тирана?». Первое и незаменимое условие – **безусловная любовь и принятие**. Ребенок, который растет в атмосфере любви, принятия и уважения, как правило, имеет адекватную самооценку, уверен в себе, не боится ошибаться и пробовать, уважает окружающих людей. **Взрослым важно работать над собой**, заниматься саморазвитием, олицетворять положительный пример. Невозможно поделиться тем, чего нет у самого. Ребенок усваивает нормы и правила поведения, глядя на взрослых. Если в семье допустимо насилие и жестокость, то ребенок это поведение будет воспринимать как реальный способ взаимодействия с окружающим миром, по причине того, что другого способа он не знает. Также важным является **стиль воспитания**. Если весь мир крутится вокруг интересов и потребностей ребенка, а потребности остальных членов семьи уходят на второй план, то, скорее всего, ребенку будут присущи такие качества, как эгоцентризм и стремление к манипулированию. Эгоцентризм (неумение встать на позицию другого человека) в раннем возрасте (лет до 3) является нормой. По мере взросления, при грамотном подходе к воспитанию, это качество становится все менее выраженным. При воспитании ребенка не допустима вседозволенность.

Необходимы четкие правила, которым ребенок должен следовать. Ограничений не должно быть много, но они являются для ребенка ориентиром и помогут в самоорганизации поведения. При запретах, аргументируйте отказ. **Важно развивать в ребенке самостоятельность и ответственность.** Доверяйте ребенку, круг обязанностей должен расширяться и усложняться по мере взросления. Тревожность и стремление все сделать за ребенка – прямой путь к безынициативности, зависимости и несамостоятельности. Помогайте, если ребенку действительно нужна ваша помощь, отступите в нужный момент. При неудаче, важно объяснить, что любой навык нарабатывается с помощью тренировки. **Это поможет ребенку принимать поражение и воспринимать его как этап личностного роста.** Важно не критиковать, а помочь ребенку справиться с проблемой, разобрав и обсудив ситуацию, не навязывая свои советы. Это поможет ребенку не бояться ошибаться и пробовать. Также важно **разнообразить досуг, поддерживать интересы и стремления детей,** что положительно скажется на саморазвитии и коммуникативных навыках. **Занятия спортом и участие в соревнованиях поможет выработать дисциплину, целеустремленность, умение работать в команде.** Важно научить ребенка превращать трудности в цели, которые необходимо достичь, разбив на более мелкие задачи. Научите ребенка планированию. Достигая мелких задач, ребенок наглядно увидит продвижение к цели. **Будьте честны с ребенком, поддерживайте откровенные разговоры, выполняйте обещания.** Важно развивать в ребенке такие качества, отличающие лидера от тирана, **как эмпатию, сочувствие, справедливость.** Покажите, как можно помогать. Покормите вместе птиц, доверьте уход за животным, помогите бабушке перейти через дорогу и т.д. **Развивайте ораторское искусство, поощряйте участие в конкурсах, вовлекайте ребенка в общение.** Покажите на своем примере, как подойти и познакомиться, поддержать беседу. **Разговаривайте с ребенком.** Обсудите разницу между тираном и лидером, поговорите о человеческих ценностях. Выстраивайте диалог исходя из возрастных особенностей ребенка, внимательно слушайте, уважайте мнение ребенка, аргументируйте свою позицию.

В завершении хочется отметить, несмотря на то, кем станет ваш ребенок, важно, чтобы он был счастлив и по-своему успешен. Здоровая личность растет и развивается в здоровой среде. Процесс воспитания самодостаточного, ответственного, целеустремленного, честного, коммуникабельного человека, уважающего других людей, возможен в атмосфере безусловной любви, принятия, веры и взаимоуважения.

Лунина О.С., педагог-психолог.

Тревожность детей. К чему она может привести?

Тревожность – индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых разных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не располагают.

Следует различать такие понятия, как **тревога** и **тревожность**. **Тревога** – это эпизодическое проявление беспокойства и волнения, а **тревожность** – устойчивое «фоновое» состояние. Каждый человек, в том числе и ребенок, может испытывать тревогу в тех или иных ситуациях. Например, любой ребенок может разволноваться перед публичным выступлением, но в большинстве других ситуаций он остается спокоен. Тревожность не связана с какой-либо определенной ситуацией, а сопровождает ребенка практически постоянно, в любой деятельности. Если человек боится чего-то конкретного, то принято говорить о проявлении **страха** (высоты, темноты, собак и пр.). Каждому ребенку присущи определенные страхи, но когда их много, следует говорить о проявлении тревожности в характере ребенка.

На возникновение детской тревожности могут влиять различные **факторы**. Например, на биологическую предрасположенность могут накладываться социальные факторы:

1. Высокая тревожность родителя передается ребенку;
2. Завышенные, а также противоречивые требования к ребенку;
3. Чрезмерная забота, ставящая ребенка в зависимое положение;
4. Авторитарный стиль;
5. Насилие, унижение и пр.

Тревожность ребенка может проявляться на **психофизиологическом уровне, во внешнем виде ребенка, а также в его деятельности**. Тревожные дети могут страдать расстройством стула и сна, испытывать постоянное беспокойство, повышенную потливость, мышечное напряжение, раздражительность, трудности концентрации, слезливость. Все эти характеристики откладывают отпечаток на жизнедеятельности ребенка. Такие дети, как правило, обладают низкой самооценкой, не уверены в своих силах, ищут поддержки и одобрения. Избегание контактов и повышенная застенчивость могут привести к изолированности и коммуникативным сложностям. Боязнь неудач и трудностей – к слабой инициативе и целеустремленности, нереализованным творческим способностям. Наряду с этим, тревожные дети могут надевать «маску агрессивности», пряча свои проблемы и страхи глубоко внутри, выставляя напоказ совсем другие эмоции.

Таким образом, тревожность влияет на **здоровье ребенка, его самочувствие, а также все сферы деятельности**. Несмотря на это, ребенку можно и нужно помочь, если следовать определенным рекомендациям, касающимся большей частью, родителей:

1. Безусловная любовь и принятие, уважительное отношение к ребенку;

2. Обратите внимание на свое эмоциональное состояние, демонстрируйте ребенку образец уверенного поведения;

3. Снижение критики и замечаний, исключение насилия, угроз и унижений;

4. Избегайте, как повышенной опеки, так и чрезмерных требований. Учитывайте возможности ребенка, в случае необходимости – помогите и окажите поддержку.

5. Лучший вариант воспитания – гармоничный стиль с адекватными и однозначными требованиями и обоснованными запретами;

5. Создание ситуации успеха, подчеркивание достоинств ребенка;

6. Хвалите ребенка, объясняя за что;

7. Общайтесь с ребенком, помогайте в выражении мыслей и чувств;

8. Избегайте сравнений и состязаний;

9. Доверяйте ребенку, будьте с ним честны;

10. Выполняйте упражнения на мышечные расслабления.

Очевидно, что ни один родитель не стремится к тому, чтобы его ребенок стал тревожным, но порой, сами того не желая, закрепляют это качество. Воспитание в атмосфере любви, принятия, доверия и уважения поможет ребенку почувствовать свои силы и проявить таланты. Также следует помнить о том, что в случае возникновения каких-либо вопросов или трудностей, связанных с воспитанием ребенка, можно обратиться за квалифицированной помощью к психологу.

Лунина О.С., педагог-психолог.