

## *Консультация для родителей «Как противостоять детским манипуляциям»*

**Манипуляция** – это вид психологического воздействия, искусственное исполнение которого ведёт к скрытому возбуждению у другого человека намерений, не совпадающих с его актуально существующими желаниями.

Люди подвержены чужому влиянию. Все вокруг манипулируют друг другом: дети – родителями, родители – детьми, начальники – подчинёнными и наоборот и так далее. Когда маленький ребёнок, упав и ударившись, бежит, сдерживая слёзы, к маме и лишь перед её лицом разражается громким плачем – что это, как не попытка манипулирования (причем чаще всего успешная). Чем взрослее становится человек, тем большим числом окружающих он пытается манипулировать с той или иной степенью успешности. Более того, свои манипуляции люди воспринимают как нечто естественное, но когда внезапно выясняется, что кто-то манипулировал ими, они приходят в негодование.

### *Как становятся манипуляторами.*

Станет ли ребёнок манипулятором или нет – зависит от воспитания. Родители часто не замечают, что буквально заставляют ребёнка прибегать к манипуляции, ведь в своё время их мама и папа так же поступали с ними. Можно сказать, что тактика создания манипуляторов передаётся по наследству. Она так привычна и естественна, что никому и в голову не придёт взглянуть на себя со стороны. Например, хотите, чтобы ребёнок терпеть не мог убирать игрушки в своей комнате, а со временем возненавидел домашнюю уборку и мытьё посуды? Покажите ему, какая это трудная и неприятная работа. Для этого достаточно, заходя в его комнату, говорить: «Какой у тебя беспорядок! Опять придётся всё за тобой убирать! Как же мне это надоело!».

Если мама испытывает отвращение к домашней работе, с какой стати ребёнок должен её любить? Он ищет и находит самый простой выход из ситуации: когда ему предлагают убрать игрушки, он пускает в ход целый раздражающий арсенал – злится, ворчит, дует, показывает своё упрямство, даёт понять, что он занят и у него нет времени на подобную ерунду. В итоге мама теряет терпение и делает всё за него. Перевоспитать такого упрямого трудно, проще заложить с детства позитивный настрой на домашние дела. На первых порах, когда приходит время уборки, можно предложить малышу: «Если хочешь, я тебе помогу. Ты собирай игрушки, а я заправлю постель. А потом вместе пойдём пить чай». Ответная реакция, скорее всего, будет положительной, ведь если вы искренне решили разделить с малышом работу, и отдых – он чувствует ваш живой интерес. Мало того мама рядом, после уборки его ждёт приятное занятие – пообщаться и съесть что-нибудь вкусненькое! Со временем ребёнок научится всё делать быстро, это войдёт в привычку, и помощь мамы не понадобится. А память при слове «уборка» услужливо подкинет хорошее воспоминание.

Одной из причин манипуляций является нехватка внимания, и чтобы её восполнить ребёнок опытным путём выбирает самый действенный для него способ. Он может превратиться в «реактивный самолёт» – стать очень активным: везде лезть, всё опрокидывать, громко кричать, в общем, производить как можно больше

шума. Родители вынуждены будут как-то на это реагировать. Даже мамин окрик для малыша – это уже диалог и внимание, которого ему не хватает (ребёнку, уставшему от одиночества, всё равно, какое внимание оказывается, – лишь бы оно было).

Напомнить родителям о себе можно став «показательно рассеянным»: всё забывать, несколько раз на дню спрашивать, как чистить зубы, как застегнуть крючок, как зовут героя из любимой книжки и т.п. «Растяпа» всё делает медленно, разыгрывает из себя беспомощного хотя, на самом деле он всё прекрасно помнит и всё давно умеет. В сотый раз переспрашивая о чём-то, ребёнок словно напоминает: «Эй я здесь! Побудь со мной!». Когда мама, ворча, застёгивает его пальто и завязывает шнурки на ботинках, ей невдомёк, что ребёнок добился того, чего хотел: она рядом, и всё её внимание принадлежит только ему.

Очень удобно быть болезненным ребёнком. Однажды заметив, в какой ужас привела маму его сыпь или температура, малыш запомнил её реакцию и научился пользоваться своим положением. Ребёнок твёрдо знает: родители бросят любимые дела и сядут рядом, если он заплачет или пожалуется на боль. А в будущем он распространит этот способ манипуляции на других людей. Даже дети могут пожалеть его, когда он плачет от несуществующей боли, и уступить ему лучшие игрушки. Можно противостоять, что болит живот, и не пойти в детский сад. Со временем ситуация может осложниться – иногда в погоне за родительским вниманием малыш так убедительно притворяется, что и в самом деле чувствует боль, ведь дети легко поддаются самовнушению.

### ***Виды манипуляций***

Манипуляция бывает *прагматическая* – с целью получения выгоды и *гедонистическая* – ради удовольствия, она может быть осознанной и не осознанной

### ***Что вызывает манипуляцию:***

#### **1. Неудовлетворённая потребность ребёнка.**

Проявляется она невротами, фобиями, патологической боязливостью, ощущением заброшенности, они инстинктивны и в дальнейшем у ребёнка может быть масса проблем (например, он будет воспринимать любые повседневные ситуации как источник потенциальной опасности, что значительно снизит его социальную активность и ухудшит качество жизни).

Нереализованные эмоциональные потребности проявляются в стремлении любой ценой заслужить хорошее отношение окружающих (даже с помощью лжи, антисоциального поведения и т.д.). Для того чтобы найти кого-то, кто «примет меня таким какой я есть», малыш будет позволять манипулировать собой, он может легко попасть под влияние недостойных личностей. Второй вариант развития событий – эмоциональная холодность, чрезмерная привязанность к вещам как компенсация тёплого человеческого общения.

#### **2. Моральная и материальная выгода.**

Неповторимый образ манипулятора создал Астрид Линдгрен в сказке «Карлсон, который живёт на крыше». Помните слова Карлсона: «Ты придёшь узнать, как я себя чувствую, и я тебе скажу, что я самый тяжело больной в мире. И ты меня спросишь, не хочу ли я чего-нибудь, и я тебе отвечу, что мне ничего не

нужно. Ничего, кроме огромного торта, нескольких коробок печенья, горы шоколада и большого-пребольшого куля конфет!»?

Этот «в меру упитанный» инфантильный, жадный, хвастливый, надутый, испытывающий жалость к себе эгоцентричный, хотя и не лишённый обаяния человек крутил и вертел Малышом как ему было удобно. На что же опиралась его самоуверенность и эгоцентризм? На страх Малыша остаться одному. Самая «убийственная» угроза Карлсона: «Нет, я так больше не играю!».

Это наиболее безобидный вариант манипулирования другим человеком. Потому что последний осознаёт происходящее и верно оценивает его. А когда человек всё понимает, способен что-то предпринимать, делать выбор – он до определённой степени свободен.

### **3. Изменение эмоционального фона: вина, любовь шантаж, жадность, алчность, потребности.**

Карлсон: «Нет, я так не играю! Я просто вне себя! Но если я получу какой-нибудь небольшой подарок, то возможно, всё же повеселею...». Здесь применяется классическая формула шантажа: «если ты не..., то я ...». Такую манипуляцию довольно трудно провести бессознательно, но и это бывает.

Одна из самых коварных и жестоких манипуляций, которой часто пользуются дети: «Если ты будешь меня ругать, я тебя любить не буду». Ребёнок уверен, что самые близкие люди пойдут на всё, чтобы доказать свою любовь.

Использование людских страхов – один из самых любимых примеров манипуляторов всех типов и мастей. Например: «Будешь заставляя ходить в садик, я убегу от тебя!».

Самый лучший способ манипуляции близким человеком – это обида или чувство вины. Например, ребёнок с обидой произносит: «Ты пообещал(а) погулять со мной после садика и не погулял(а), я на тебя обиделся!». Если ребёнок, чтобы повлиять на своего родителя, становится несчастной жертвой – это сработает, ведь именно жертва оказывается на вершине пирамиды в семейной системе и контролирует, влияет на других с помощью чувства вины.

#### ***Противостояние детским манипуляциям***

В основе любого типа детских манипуляций лежит тревога потерять родителей. Для каждого малыша его мам – это человек, который поддерживает в нём жизнь. И если она вдруг куда-то надолго исчезает, для ребёнка это становится настоящей катастрофой. В возрасте от полугода до трёх лет дети начинают постепенно осознавать, что мама может жить отдельной жизнью и не всегда бывает рядом. Поэтому манипуляции – это способ не только привлечь её внимание, но и убедиться: она здесь и никуда не уйдёт.

Очень важно активно участвовать в жизни ребёнка. Бывают ситуации, когда мама хоть и всегда дома, но, тем не менее, постоянно чем-то занята, кормит ребёнка, одевает, но не играет с ним – она вроде и рядом, но в тоже время её нет. В такой ситуации малыш обязательно будет пускаться на разные хитрости, чтобы вернуть её себе.

Ребёнку необходимо, чтобы родители вели себя последовательно, тогда он твёрдо знает, чего от них ожидать, и чувствует себя уверенно. Например, если родители то не спускают малыша с рук, то вдруг требуют, чтобы он вёл себя как

большой и сам играл в своей комнате, ребёнок теряет почву под ногами, потому что не привык к такой свободе, и она его пугает. Манипуляция для него становится единственной надеждой: а вдруг всё станет как прежде? Надо только заболеть или стать беспомощным, и всё вернётся на свои места.

Что делать если ребёнок начинает хныкать или становится «гиперреактивным»? В первую очередь, дать то, чего ему в данный момент не хватает: ласку, заботу и тактильный контакт. Не стоит говорить ребёнку, что он ведёт себя как маленький, скорее всего он будет вести себя ещё хуже. Лучше взять малыша на руки и сказать ему: «Я знаю, что ты иногда чувствуешь себя маленьким. Я не вижу в этом ничего плохого», Хандра сразу же улетучится. А с излишне активным крохой лучше вместе чем-то заняться, а не увлекаться беседами с другими гуляющими родителями.

Если вы заняты важными делами, время от времени делайте маленький перерыв для того, чтобы просто обнять малыша, погладить его по голове, повторить в сотый раз, как вы его любите, обратить внимание на то, как он здорово что-то сделал.

Перестаньте ставить себе оценки за родительское мастерство. Если ваш ребёнок не умеет читать или считать в три года, это ещё не конец света. Когда родители увлекаются созданием «лучшего в мире ребёнка», он чувствует огромную ответственность и думает, что если не будет соответствовать родительским ожиданиям, мама и папа не будут его любить. И любая неудача толкнёт его к манипуляции. А как ещё вернуть любовь родителей, если сложить два и два и выучить стихотворение ему оказалось не по силам? Малышу важно знать, что его любят таким, какой он есть, а не за его успехи.

Любые действия родителей «по рецептам» знаменитых педагогов и психологов не дадут нужного результата, если они не будут искренними. Когда мама или папа занимаются детьми, потому что «так надо», дети мгновенно это чувствуют. Ребёнок никогда не будет пытаться манипулировать мамой, если она будет рядом с малышом, чтобы он чувствовал её поддержку и одновременно учился быть самостоятельным. Она не перебарщивает с лаской и строгостью, ведёт себя ровно. Может отличить каприз от действительно важного желания ребёнка. Рецепта, как стать матерью, не существует. Надо найти его самостоятельно, опираясь на свою интуицию и наблюдение за малышом.

### **Правила и ограничения**

Традиционно правила и ограничения связывают с воспитанием дисциплины. Считается, что чем больше ребенок послушный, тем он более дисциплинированный. Однако послушание означает в первую очередь повиновение, покорность, другими словами – покорное слушание. Дисциплинированность, в отличие от послушания, подразумевает не просто подчинение. Дисциплинированность бывает как внешняя, так и внутренняя, послушание – только внешнее. Внутренняя дисциплинированность, называется по-другому самодисциплиной, подразумевает принятие ребенком, присвоение им какого-то правила и требования и в дальнейшем следование ему по своему внутреннему побуждению. Послушание же требует постоянной внешней мотивации виде «кнута» и «пряника».

Любое правило или запрет должен быть «точечным», не в смысле единичным, а в смысле **конкретным и обоснованным**. Условно любой запрет или правило можно оценить по степени его необходимости и рациональности, а так же настойчивости взрослого – от низкой до высокой.

**Под настойчивостью** понимается определенное поведение родителей по отношению к ребенку, от которого требуется соблюдение правила или ограничения. Настойчивые взрослые побуждают ребенка придерживаться правил независимо от своего настроения и конкретной ситуации.

**Рациональность правил** подразумевает, что правила и ограничения, устанавливаемые взрослым для ребенка, являются обоснованными и необходимыми для его безопасности и безопасности окружающих его людей.

**По мере роста и развития ребенка некоторые правила пересматриваются и меняются, многие из них перестают быть жизненно необходимыми.**

**Правила всегда должны соответствовать возрастным особенностям и возможностям детей и при этом не противоречить их основным потребностям.**

**Что делать, если ребенок нарушает правило, как быть настойчивым, разумным и гибким одновременно?**

**Обычно дети нарушают правила, если:**

- правила не соответствуют их возможностям и противоречат потребностям;
- правила не согласованы всеми взрослыми между собой;
- нарушая правила, дети, таким образом испытывают взрослого, «тестируют» его настойчивость. Ребенку важно знать, насколько серьезен и последователен в своих действиях взрослый, - это дает ему ощущение стабильности в отношениях с ним и безопасности. Следовательно, ребенок учится прогнозировать поведение взрослого;
- нарушая правила, дети привлекают к себе внимание взрослых. иногда это единственный способ, которым ребенку удастся обратить на себя внимание взрослого;
- нарушая правила, дети стремятся доказать взрослым свою независимость и самостоятельность, отстоять собственную «взрослость».

**И все - таки взрослому в случае нарушения ребенком какого-то правила или ограничения необходимо сделать следующее:**

1. Доброжелательным, но настойчивым образом повторить свое требование либо сформулировать его в ясной для понимания ребенком форме, если оно не было сформулировано ранее и вводится впервые.
2. Перед этим взрослый должен продемонстрировать ребенку свое понимание с помощью активного слушания – попытаться вербализовать потребности, чувства, желания ребенка, как бы отзеркалить их: «Тебе очень нравится бегать по группе, и

для тебя это увлекательная игра. Но в группе бегать нельзя, потому что это опасно и мешает играть другим детям».

3. Когда какое-то правило вводится впервые, взрослому необходимо не просто сформировать его ребенку в категоричной форме, но и объяснить его смысл и целесообразность.

4. Следующий шаг взрослого – это попытка переключить внимание и активность ребенка с неприемлемого действия на другое, предложить ему альтернативное действие. Например «В группе нельзя бегать, но можно ходить». Если ребенок примет предложенную ему альтернативу поведения и изменит свою активность, можно считать, что потенциально конфликтная ситуация исчерпана.

5. В том случае, когда ребенок не прекращает неприемлемое действие или через короткий промежуток времени повторяет его вновь, взрослый должен продемонстрировать, прежде всего, свое отношение к его поведению. Сделать это можно в бесконфликтной форме с помощью «Я - сообщений». Ясное формулирование последствий поведения ребенка и действий взрослого, направленных на ограничение его активности, является как бы предупреждающим знаком для ребенка и предоставляет ему выбор: изменить поведение или продолжить и столкнуться затем с последствиями.

6. Взрослый применяет ограничение, если ребенок вновь не меняет своего поведения, в этом заключается настойчивость и последовательность взрослого в отношении правил и ограничений, которые должен соблюдать ребенок.

**Таким образом,** это наиболее обобщенная и несколько упрощенная последовательность действий взрослого в ситуации нарушения ребенком правила. Однако многое зависит от ребенка и его мотивации, взрослого и его умения установить контакт с ребенком.