Консультация для родителей «Как не стать жертвой юного манипулятора»

Вы - стопроцентная жертва манипулятора, если:

1. У вас нет права выбора. Предложенные манипулятором варианты иллюзорны, они всегда на руку лишь ему самому. Жертва же всегда проигрывает.
2. Если вы не уверены, хороший ли вы родитель и многое делаете методом проб, часто меняете тактику воспитания ребенка. Хитрые дети (а они такие все без исключения) быстро «схватывают» вашу робость и непостоянство и начинают играть на чувстве вины.
3. Если ребенок повторяет одну и ту же ситуацию часто, причем в ней точь-в-точь воспроизводит свою мимику, слова, жесты. Помните, это манипуляция!
4. Если у родителей все чаще возникает ощущение, что их «загнали в угол».
5. Если каждый раз из маленькой проблемы (например, надеть колготки утром, собираясь в детский сад), малыш устраивает целый спектакль. Если ритуал повторяется каждый день, это означает только одно: юный манипулятор пытается установить свой контроль над родителями (пример: ребенок не хочет ложиться спать, и каждый вечер требует, чтобы ему принесли попить, открыли окно, включили ночник, потом снова принесли попить). И так несколько раз. Это чаще всего - не жажда и не потребность в свежем воздухе. Это попытка отсрочить необходимый сон. Манипуляция.

Когда дети начинают манипулировать?

Формируется эта способность в возрасте от 1,5 до 3 лет. Малыши прекрасно чувствуют эмоциональное состояние родителей, особенно мамы, ведь с ней у крохи связь давняя - с самого рождения и даже за 9 месяцев до него. Вот на маме-то малыши обычно и начинают оттачивать навыки манипулятора. Папы менее подвержены воздействию.

Дети постарше, уже освоившие психологию отношений и простейшие приемы воздействия на родительскую психику, притворяются больными или катаются по полу в истерических приступах, чтобы добиться желаемого. Подростки вообще могут открыто шантажировать.

Почему дети это делают?

Они не умеют пока сотрудничать на равных. Манипуляция в этом случае заменяет им партнерские отношения со взрослыми. Они хотят иметь «палочку-выручалочку» – всегда работающий способ, которым будут добиваться всего желаемого. Они хотят быть взрослее и значимее.

Какие способы манипуляции дети используют?

- **Истерика**
- **Притворная беспомощность** - «мама все сделает сама, потому что непременно пожалеет меня». Дети жалуются, что не могут обуться,

одеться, что они устали, у них болит голова. Часто таким способом пользуются, когда не хотят идти в детский сад.

- **Напускная воинственность.**
- **Болезнь или ее симуляция.**
- **Лесть.**

Если манипуляции не пресечь в детстве, потакать им, идти на поводу, ребенок может вырасти с неправильными, «нездоровыми» установками на будущее. Манипуляции настолько прочно войдут в характер человека, что сложно предсказать, на что он готов будет пойти, чтобы получить желаемое, к примеру, в 30 или 40 лет. Число жертв манипулятора будет расти вместе с ним. Согласитесь, со взрослым опытным и хитрым манипулятором очень страшно иметь дело. Большинство людей умеют распознавать манипуляторов, они чувствуют их шестым чувством, интуитивно, и стараются избегать их. Поэтому таким повзрослевшим психологическим «террористам» будет крайне сложно строить дружеские отношения, обзаводиться семьей, вживаться в коллективы.

Как прекратить манипуляцию?

Научимся различать жалость и милосердие. Первое - деструктивное чувство. Оно не идет на пользу ни жалеющему, ни тому, кого жалеют. Милосердие подразумевает понимание, отзывчивость, любовь и понимание причины происходящего. Прекращаем жалеть манипулятора и набираемся сил и терпения.

Если вы уже точно знаете, что вами манипулируют, и смогли с нашей помощью определить, к какому типу манипуляторов относится ваш ребенок, время выбирать тактику поведения с ним:

- **Медлительных и беспомощных**, вечно глядящих на вас жалостливыми заискивающими глазами нужно призвать к самостоятельности и устанавливать им жесткие временные рамки. «Делай это сам. Надеть майку ты можешь сам. И тебе на это 15 минут!». Аккуратно воспользуйтесь встречной манипуляцией – «не успеешь одеться, нам придется отложить поход в зоопарк». Главное – ваша решительность и непреклонность. Слезы и жалобный вид не должны заставить ваше сердце дрогнуть. За плаксу нужно браться всей семьей, чтобы никто из домочадцев не изменил своего решения в последний момент и не пошел навстречу ноющему «шантажисту».
- **С детьми, чей любимый инструмент для манипуляции - истерика**, следует сохранять нордическое спокойствие. Спокойствие. И еще раз спокойствие. Это трудно, никто не спорит, но только так манипулятор сможет понять, что истериками ситуацию не улучшить, что тот метод не работает. Но будьте внимательны - склонные к истерикам ребята обычно очень сообразительны и лабильны, они могут довольно быстро сменить одну тактику на другую.
- **Задир и забияк, которые манипулируют при помощи драк и ссор**,
- **С имитирующими болезнь** все обстоит довольно просто. Ребенок начал жаловаться, укладываться в постель и намекать, как Карлсон, что «банка варенья обязательно спасет самого больного человека в мире»? Сразу

вызывайте врача или записывайтесь на прием в поликлинику. Всегда. После любой жалобы. Тут ваша совесть будет чиста: либо обман и манипуляции раскроются, либо болезнь, существующую на самом деле, удастся пролечить на ранней стадии. Дети в большинстве своем терпеть не могут врачей и лекарства. Поэтому манипулировать ребенок прекратит довольно быстро.

- **Самые опасные манипуляторы - те, которые начинают делать это в общественном месте.**
- **Эмоциональные шантажисты** - тоже категория не из простых. Их любимый прием - тяжело вздыхать: «Меня тут никто не любит. Я вам не нужен, зачем вы меня родили?». Они же виртуозно сталкивают родителей лбами. Особенно если супруги в разводе. Если что-то запретил один, то второй в ответ на тяжелые вздохи, скорее всего, уступит и разрешит. Договоритесь с мужем (женой) о единстве намерений. Чтобы «нет» одного из родителей никогда не становилось «да» от другого. Тем более, если вы находитесь в разводе.

Рекомендации

1. Поощряйте прямое высказывание своих желаний.
2. В процессе освобождения из-под действий манипулятора не допускайте, чтобы личность и характер ребенка были покалечены. Он такой, какой есть. И в корне его изменить не получится.
3. Старайтесь сами не быть манипуляторами. Вместо: «Сделаешь уборку - куплю мороженое» можно сказать: «Давай сделаем уборку, а потом вместе поедим мороженого?».
4. Не сравнивайте детей в семье. «Посмотри, он ведет себя хорошо, а ты почему такой?».
5. Пусть ребенок всегда чувствует, что он любим.
6. Не запускайте ситуацию с манипуляциями.
7. Не применяйте к манипулятору физических наказаний.
8. В борьбе с манипуляциями ссор будет немало. Главное правило, которые вы должны усвоить сами и внушить ребенку - всегда нужно помириться перед сном!
9. Научите малыша уважать и родительские потребности
10. Родителям крайне сложно справиться с чувством вины.

С уважением, М.М. Чиникайло, педагог - психолог.