

Что делать, если ребенок манипулирует родителями? Советы психолога

В супермаркете вечером было многолюдно, но не заметить в толпе этого малыша было невозможно. Пухлый и розовый, лет 5-6 от роду, он лежал в красивой курточке с опушкой прямо на грязном полу и чистыми рукавами загребал щедрую весеннюю слякоть, принесенную покупателями на обуви. «Хочу-у-у! Купи-и-и-и!».

Его мама, смущаясь, оглядывалась по сторонам. Стыдно. А потом в одном порыве схватила с полки конструктор в коробке и бросила в тележку. Карапуз удовлетворенно кивнул, поднялся, мгновенно успокоился и, обтирая с куртки грязные разводы, затопал с ней к кассе.

Такие ситуации повторяются каждый день. В магазинах, детских садах, в наших квартирах. **Дети умело манипулируют взрослыми.** И далеко не сразу родители понимают, что их используют в личных интересах.

Что это такое?

Манипуляции – столкновение авторитетов родителей и детей. Кто кого? Воевать на семейном фронте, сами понимаете, противно, а потому часто родители сдаются без боя. Что делать, если ребенок манипулирует взрослыми?

Манипуляция – это неявная, скрытая тактика воздействия на психику других с целью добиться желаемого. В той или иной мере это делают все. На работе в коллективе, в салоне общественного транспорта, в метро, в семье. Причем у всех без исключения способов манипулировать «ноги растут» именно из практики семейных манипуляций, то есть с детства. Опытные манипуляторы достигли в этом впечатляющих высот!

Родители часто манипулируют детьми: «Купить тебе шоколадку? Тогда убери игрушки!», «Ты меня любишь? Тогда отправляйся с бабушкой на дачу!»...

Дети учатся искусству психологического воздействия практически с самого рождения, у них же прекрасные учителя – собственные мама и папа. Даже если родители стараются не прибегать к манипуляциям, нет никаких гарантий, что дети не будут разными способами «шантажировать» своих предков. Осваивая это искусство, они, по большому счету, учатся быть более успешными. **Манипуляцию важно распознать как можно быстрее и принять меры, иначе негативных последствий не избежать.**

Как распознать?

Часто манипуляции детей в отношении жертв-родителей похожи на дефицит любви. Постарайтесь не перепутать.

Вы - стопроцентная жертва юного 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 во 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.

Некоторые психологи высказывают мнения, что младенцы до 1,5 лет не умеют манипулировать.

Другая часть утверждают, что крохи манипулируют прекрасно при помощи плача. По личным наблюдениям могу сказать, груднички плачут не всегда от голода, холода или боли. **Бывают моменты, когда они кричат просто так. Они зовут маму, потому что им скучно, у них плохое настроение.** И что это такое, как ни самая первая манипуляция?

Малыши до года быстро распознают "слабые точки" родителей и успешно этим пользуются

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 дети используют?

- **Истерика** ("оружие" широкого спектра действия - от нытья до припадка).
- **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**. Такой способ выбирает манипулятор с характером. Он пытается воздействовать на окружающих драками, ссорами. Обычно спокойный ребенок вдруг может стать настоящим террористом, если очень захочет получить желаемое.
- **Болезнь или ее симуляция**. Если малыш прочно усвоил, что мама и папа готовы сделать для него все, когда он болеет, то может начать использоваться это в личных целях. Он будет демонстрировать слабость, жаловаться на головные боли, добровольно ложиться в постель и даже пить микстуру, ведь после этого родители обязательно разрешат ему больше, чем обычно, купят заветную игрушку и сладости.
- **Лесть**. Этот способ встречается довольно часто. Прежде чем что-то попросить, малыш наговорит комплиментов, обнимет, поцелует родителей. Но не обольщайтесь, он пошел на лесть, чтобы получить желаемое.

Последствия

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 трудовые коллективы.**

Если манипулятору с самого детства удавалось заставлять людей «плясать под свою дудку», а однажды вдруг случится сбой в работе отлаженного механизма воздействия, это может обернуться для

самого манипулятора настоящей катастрофой – крушением жизненных ценностей, тяжелой депрессией и даже психопатией. А это сложный и неприятный диагноз.

Как прекратить?

Сейчас я скажу очень непривычную для любящих родителей вещь – нужно забыть о жалости! **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 тактику на другую.
- **Задир и забияк, которые манипулируют при помощи драк и ссор**, нужно поставить на место. Покажите им, что вы не боитесь их, и никто не боится. Боевой задор начнет идти на убыль.
- **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.** Родителям принародно сложнее сохранить спокойствие и не пойти на поводу. Но сделать это необходимо. Твердое и категоричное «Нет!». И больше никаких пояснений и убеждений.
- **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.

Советы психолога

1. **Поощряйте прямое высказывание своих желаний.** Если не можете дать то, что ребенок просит, прямо и твердо скажите свое «нет» и обоснуйте, почему сейчас просьба малыша не может быть исполнена.
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. **Самый жестокий манипулятор - подросток.** Он может угрожать даже уходом из дома. Это можно и нужно перетерпеть.
4. **Старайтесь сами не быть манипуляторами.** Вместо: «Сделаешь уборку- куплю мороженое» можно сказать: «Давай сделаем уборку, а потом вместе поедим мороженого?».
5. **Не сравнивайте детей в семье.** «Посмотри, он ведет себя хорошо, а ты почему такой?».
6. **Пусть ребенок всегда чувствует, что он любим.**
7. **Не запускайте ситуацию с манипуляциями, пресекайте ее как можно быстрее.**
8. **Не применяйте к манипулятору физических наказаний.** Это не даст нужного результата, а отношения испортит окончательно.
9. **В борьбе с манипуляциями ссор будет немало.** Главное правило, которые вы должны усвоить сами и внушить ребенку - всегда нужно помириться перед сном!
10. **Научите малыша уважать и родительские потребности** – мама тоже человек, может устать, нуждаться в тишине. И поэтому совместная лепка переносится на более позднее время.
11. **Родителям крайне сложно справиться с чувством вины.** Помните, что чувством вины дети тоже могут манипулировать.
12. **Родителям важно самим перестать быть манипуляторами, хотя бы на семейном фронте.** Самыми распространенными супружескими инструментами добиться чего-то являются молчание, внезапный отъезд «пожить к подруге или к маме», загул. Знакомо? Тогда самое время научиться доверять и высказывать свои желания открыто.