

РОДИТЕЛИ – МАРИОНЕТКИ?!

(памятка для родителей)

Слово «манипуляция» прочно вошло в родительский лексикон. Часто мы искренне верим, что дети нас используют. Эти мысли заставляют нас злиться, раздражаться, обижаться на ребёнка. Уверенность в том, что сын или дочка манипулирует, блокирует родительскую способность понимать, что именно происходит с ребёнком, видеть, какие потребности лежат в основе его поведения, чего не хватает и чего малыш или подросток на самом деле хочет.

Что такое манипуляция?

Манипуляция – это скрытый психологический приём, целью которого является заставить другого человека, вопреки его интересам, выполнить нужные манипулятору действия. Человек, манипулирующий другими, нацелен на изменение поведения другого человека в свою пользу.

Почему дети и подростки так себя ведут?

- **Запрос на внимание от родителей.** Это самый очевидный ответ, но не всегда понятно, что значит «дать внимание». Вариантов много. Вот один из самых надёжных: родители вместе с ребёнком увлечённо занимаются одним делом, разговаривают, обмениваются мыслями и чувствами.
- **Подражание взрослым.** Если родители сами практикуют получение желаемого только через выполнение условий: «Съешь кашу, тогда получишь конфету!». Ребёнок быстро учится и тут же возвращает родителю эту модель поведения: «Купи телефон, тогда я буду хорошо учиться».
- **Защитное поведение.** При высоких требованиях со стороны взрослых ребёнок начинает бояться не соответствовать ожиданиям и избегать ситуаций-неудач.

РОДИТЕЛИ – МАРИОНЕТКИ?!

(памятка для родителей)

Слово «манипуляция» прочно вошло в родительский лексикон. Часто мы искренне верим, что дети нас используют. Эти мысли заставляют нас злиться, раздражаться, обижаться на ребёнка. Уверенность в том, что сын или дочка манипулирует, блокирует родительскую способность понимать, что именно происходит с ребёнком, видеть, какие потребности лежат в основе его поведения, чего не хватает и чего малыш или подросток на самом деле хочет.

Что такое манипуляция?

Манипуляция – это скрытый психологический приём, целью которого является заставить другого человека, вопреки его интересам, выполнить нужные манипулятору действия. Человек, манипулирующий другими, нацелен на изменение поведения человека в свою пользу.

Почему дети и подростки так себя ведут?

- **Запрос на внимание от родителей.** Это самый очевидный ответ, но не всегда понятно, что значит «дать внимание». Вариантов много. Вот один из самых надёжных: родители вместе с ребёнком увлечённо занимаются одним делом, разговаривают, обмениваются мыслями и чувствами.
- **Подражание взрослым.** Если родители сами практикуют получение желаемого только через выполнение условий: «Съешь кашу, тогда получишь конфету!». Ребёнок быстро учится и тут же возвращает родителю эту модель поведения: «Купи телефон, тогда я буду хорошо учиться».
- **Защитное поведение.** При высоких требованиях со стороны взрослых ребёнок начинает бояться не соответствовать ожиданиям и избегать ситуаций-неудач.

- **Привлечение союзников.** Когда между взрослыми нет договорённостей о единых правилах поведения, дети быстро это используют себе во благо. Мама не даёт конфетку? Попрошу у бабушки! Папа не пускает гулять? Пожалуюсь маме!
- **Шантаж.** Если родители торгуются с ребёнком, обменивая сладости или игрушки на послушание, очень скоро появляются условия с его стороны, смысл которого в следующем: «Дай то, что хочу, или не буду слушаться».

Что делать?

- Будьте последовательны в своих требованиях. Собственным поведением показывайте, что значит вести диалог, как можно обсудить свои желания и удовлетворить потребности другими способами.
- Проясните, чего хочет ребёнок на самом деле. Объясните, почему сейчас вы не можете сделать то, о чём он просит.
- Откажитесь от критики и сравнений с другими. Нередко родители сравнивают сына или дочь: «Вот посмотри, какой Вася хороший мальчик, а ты непослушный», «Вот Маша как хорошо учится, а ты так не можешь». Сравнения заставляют наших детей защищаться от унижения.
- Учите ребёнка прямо говорить о своих желаниях, чувствах, выражать своё несогласие. На личном примере учите нести ответственность за свои слова и поведение.
- Спокойно и сдержанно реагируйте на проявления детской истерики, криков и т.д. Всегда старайтесь понять, что хочет сказать своим поведением ребёнок или подросток, можете ли вы предложить ему другие способы удовлетворения его потребностей.

***Квалифицированную консультацию специалистов
можно получить в Центре психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
(запись по телефону 92-68-09)***

- **Привлечение союзников.** Когда между взрослыми нет договорённостей о единых правилах поведения, дети быстро это используют себе во благо. Мама не даёт конфетку? Попрошу у бабушки! Папа не пускает гулять? Пожалуюсь маме!
- **Шантаж.** Если родители торгуются с ребёнком, обменивая сладости или игрушки на послушание, очень скоро появляются условия с его стороны, смысл которого в следующем: «Дай то, что хочу, или не буду слушаться».

Что делать?

- Будьте последовательны в своих требованиях. Собственным поведением показывайте, что значит вести диалог, как можно обсудить свои желания и удовлетворить потребности другими способами.
- Проясните, чего хочет ребёнок на самом деле. Объясните, почему сейчас вы не можете сделать то, о чём он просит.
- Откажитесь от критики и сравнений с другими. Нередко родители сравнивают сына или дочь: «Вот посмотри, какой Вася хороший мальчик, а ты непослушный», «Вот Маша как хорошо учится, а ты так не можешь». Сравнения заставляют наших детей защищаться от унижения.
- Учите ребёнка прямо говорить о своих желаниях, чувствах, выражать своё несогласие. На личном примере учите нести ответственность за свои слова и поведение.
- Спокойно и сдержанно реагируйте на проявления детской истерики, криков и т.д. Всегда старайтесь понять, что хочет сказать своим поведением ребёнок или подросток, можете ли вы предложить ему другие способы удовлетворения его потребностей.

***Квалифицированную консультацию специалистов
можно получить в Центре психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
(запись по телефону 92-68-09)***