

# Советы психолога

## *Профилактика*

### *манипулятивного поведения у детей*

Дети, в отличие от взрослых, быстро ориентируются в семейных отношениях. Они точно определяют, кто из родителей не сможет отказать им и готов выполнить все их желания. Простые поначалу **средства детской манипуляции (истерики и плач)** с годами становятся все более изобретательными.

Привыкая к такой модели поведения, ребенок-манипулятор и во взрослой жизни не откажется от своих привычек. Поэтому так важно распознать признаки манипулятивного поведения на начальном этапе и научиться правильно вести себя с таким ребенком.

#### **Предпосылки к манипулятивному поведению**

Появление в семье маленького манипулятора становится следствием **естественной для ребенка любви к повторениям**. Если однажды у него получилось добиться чего-то подобным способом, он может использовать его много раз, до тех пор, пока будет получать желаемое.

Взрослые часто даже и не подозревают, что именно у них ребенок учится приемам манипуляции, например, мама обещает почитать еще одну сказку дочке, если она "разрешит" поставить горчичники. Такое общение не будет представлять опасности, если будет сопровождаться уговорами, объяснениями, обсуждениями. Постоянное же принуждение к принятию решений не будет благоприятствовать тому, чтобы ребенок научился договариваться с людьми.

Применение некоторых манипуляций также не дает права говорить о том, что у ребенка сформировалось подобное поведение. Оно появляется лишь при условии, если дошкольник к 3 - 4 годам становится эгоистом, что в действительности неверно, даже если вся семья старается выполнять его запросы. С раннего возраста **сознание дошкольника концентрируется на нем самом, на его собственных телодвижениях, потребностях**. Именно за счет этого формируется "Я" человека. Если окружающие заботливо ухаживают за дошкольником, своевременно удовлетворяют его потребности, у него вырабатывается "базовое доверие к миру". То есть ребенок изначально верит в положительный контакт с другим человеком, в то, что это принесет исполнение желаний. Но это чувство доверия не имеет ничего общего с эгоизмом.

Условием возникновения эгоизма является полное центрирование семьи на ребенке, **готовность пожертвовать всем ради**

Условием возникновения эгоизма является полное центрирование семьи на ребенке, **готовность пожертвовать всем ради удовлетворения любых его желаний и прихотей.** Второе условие - **гиперопека.** К 3 годам ребенок способен выполнять некоторые действия по самообслуживанию, если подобного не происходит, он постепенно привыкает перекладывать "эту обязанность" на чужие плечи и удовлетворять свои желания за счет других любыми способами.

Зачастую дети прибегают к таким **крайним мерам "воздействия на родителей", как болезнь.** Они могут "вызывать" температуру, действительно ощущать боль в животе или головную боль, если переживают только что увиденный семейный конфликт, услышанную фразу о болезни кого-то из членов семьи и др. Некоторые дети любят болеть, если родители проявляли чрезмерное внимание к ним во время предыдущей болезни. В этом случае недуг - гарантия благ как материальных, так и духовных, возможность стать центром всеобщего внимания.

Для того, чтобы понять, что стало причиной недомогания, стоит проанализировать: погодные условия повлияли на плохое самочувствие или ребенок все же испытывает нехватку внимания. У многих родителей нет времени не только поговорить с дошкольником, но и обратить внимание на просьбу, взглянуть, что он смастерил, какой получился рисунок. **В этом случае у ребенка остается только один способ привлечь к себе внимание - заболеть.** Правда, если для родителей его плохое самочувствие становится досадным препятствием в работе, они, сдерживая раздражение, стараются как можно быстрее вылечить малыша. Последствием этого в лучшем случае может оказаться поиск **новых методов борьбы за родительское внимание. Нередко ими становятся проказы, очень быстро привлекающие внимание, пусть даже негативное.**

Если именно отсутствие внимания родителей стало причиной болезни ребенка, положение можно исправить следующим образом. Начните уделять внимание малышу не только тогда, когда он болеет, но и когда здоров. В конечном итоге на это уйдет гораздо меньше сил и средств. Даже очень занятые родители могут найти для этого время. Общаться с дошкольником нужно в той форме, в какой ему хочется, предоставив право выбора. Взаимодействие должно проходить "глаза в глаза". Желательно, чтобы отведенное на общение время было не занято посторонними делами - общением по телефону, приходом гостей и пр.

### **Правила поведения с ребенком-манипулятором**

1. В целях профилактики манипулятивного поведения ребенка в первую очередь нужно установить с ним дружеские отношения, соблюдая при этом некоторые правила. Так, **родители должны быть лидерами в семье.** Рассогласованность их действий плохо сказывается на психическом развитии детей, приводит к формированию неуверенности, тревоги и агрессии. За правила можно взять следующую схему: если ребенку нужно разрешение на что-либо,

неуверенности, тревоги и агрессии. За правила можно взять следующую схему: если ребенку нужно разрешение на что-либо, необходимо его получить у каждого из родителей. Тогда вместо манипулирования он будет искать способ убедить папу и маму выполнить его желание.

2. Важно научить ребенка прямо просить о том, что он хочет, а не прибегать к приемам манипуляции. **Родителям нужно твердо держать свое слово:** иногда дети манипулируют взрослыми, когда знают, что надоедая уговорами достаточно долго, они могут "нет" превратить в "да". Такой способ манипуляции как прямой шантаж следует пресекать сразу.

3. **Нельзя говорить детям плохо о другом родителе,** жаловаться на супруга, не стоит возлагать на них решение семейных проблем. **Нельзя позволять ребенку сплетничать и обсуждать с одним родителем другого родителя:** он может только поделиться чувствами, которые испытывает от тех или иных действий, но не жаловаться на "плохую маму" или "жестокую папу". Если ребенок пытается обвинить другого родителя в придирках и несправедливости, можно предложить ему вынести этот вопрос на совместное обсуждение, когда оба родителя смогут его выслушать и ответить.

4. В воспитании детей **очень важна дисциплина** как альтернатива манипуляции ребенка родителями. Различают **внешнюю и внутреннюю дисциплину.** Внешняя дисциплина заключается в том, чтобы дети слушали родителей, а **внутренняя дисциплина** основывается на выработке у ребенка самодисциплины. Для внешней дисциплины характерны такие понятия как "награда" и "наказание". Наказание зачастую подавляет чувства детей, вызывает агрессию, которая провоцирует повторное наказание. В итоге ребенок становится неуверенным в себе, не чувствует поддержки. Родители ошибочно считают, что жесткое воспитание будет способствовать исправлению дошкольника, на самом деле поведение его будет только ухудшаться.

5. Ребенок должен чувствовать себя членом общества и ощущать безопасность. Только тогда родители смогут его воспитывать с помощью актуализирующей дисциплины, а не манипуляторской. При этом **важно создать в доме благоприятную атмосферу, где ребенку спокойно и уютно.** В этом случае он сможет нормально воспринимать определенные ограничения.

6. Один из способов справиться с детской манипуляцией (в том числе в виде капризов и истерик) - **переключить внимание ребенка.** Можно отвлечь его каким-то новым ярким предметом или предложить интересное занятие. Например, посмотреть диафильм, мультфильм или просто почитать любимую сказку, нарисовать картину. Взрослый также может рассказать ребенку стихотворение, потешку, вспомнить забавную поговорку или поговорку.

7. Еще один вариант - **участие** ребенка дошкольника в выбранном взрослым занятии (уборке квартиры, дежурстве, приготовлении пищи и т.д.) Когда он подключается к таким делам, то ощущает свою нужность,

7. Еще один вариант – угадать рисунок дошкольника в выоранном взрослым занятии (уборке квартиры, дежурстве, приготовлении пищи и т.д.) Когда он подключается к таким делам, то ощущает свою нужность, приобщается к миру взрослых. Если выбирать занятие совместно, то дошкольник учится считаться с мнением окружающих его людей. Взрослые сами могут подключиться к занятиям малыша, перестать на время быть строгими родителями, стать равноправным участником какой-нибудь детской игры.

### **Игры для родителей и педагогов по профилактике манипулятивного поведения**

1. **"Утушка"**. Взрослый играет роль "утушки", а дети - утят, которые ходят за ним хвостиком. Он зовет их скороговоркой: "Быстрее, быстрее, утятки, быстрее, быстрее, дикие перышки". Утенок (или несколько утят) выстраиваются друг за другом и ходят вслед за утушкой, преодолевая различные препятствия (проползая под стульями, перелезая через диван, подражая кряканью утят и т.д.)

2. **"Гуси летят"**. Взрослый называет различных птиц, которые летают: "утки летят", "лебеди летят" и т.д. После этих слов дети должны поднять руки и помахать "крыльями", если названная птица действительно летает. Но когда водящий, например, говорит "кошки летят", игроки стоят, не поднимая рук. Тот, кто ошибается, отдает 1 фант (принадлежащую ему вещь) и затем выполняет какое-либо задание (в соответствии с возрастом). Взрослому нужно называть только тех животных и птиц, которые известны детям.

3. **"Суша и вода"**. Ведущим может быть как взрослый, так и ребенок. К участию привлекаются также и другие члены семьи. Когда ведущий произносит слово "суша", игрок или игроки прыгают вперед, когда ведущий говорит слово "вода", игроки делают шаг назад. По желанию задания можно менять. Например, не прыгать, а поднимать руки, приседать, что-нибудь говорить. Слова ведущего также могут изменяться: "берег - река", "море - земля" и т.д.

4. **"Поиски клада"**. Взрослый прячет в комнате какую-нибудь сладость или игрушку. Затем пытается заинтересовать дошкольника описанием "клада" (вкусный или приятный предмет) и его местонахождением. Степень сложности задания зависит от возраста ребенка. Не стоит прятать предмет слишком далеко. Дошкольник должен найти спрятанное.

5. **"Как тебя зовут"**. Ведущий дает игроку или игрокам имена, например, Пуговица, Метла, Пузырек и т.д. После этого задает вопросы, на которые участники должны отвечать одним словом - своим игровым именем. Если кто-то ошибается или теряется, он проигрывает.

6. **"Что это?"**. Для этой игры понадобятся платок, игрушки или различные мелкие предметы. Участники по очереди завязывают

6. **"Что это?"**. Для этой игры понадобятся платок, игрушки или различные мелкие предметы. Участники по очереди завязывают глаза и на ощупь пытаются определить, что за предмет им дали. Вещи должны быть хорошо знакомы ребенку, чтобы он без особых усилий смог их отгадать. Задача взрослого, наоборот, подольше подумать, сделать вид, что он затрудняется с ответом. Осознание своего превосходства очень обрадует и развеселит ребенка.

7. **"Угадай-ка"**. Взрослый показывает ребенку несколько предметов (не более 6 - 8, в зависимости от возраста). Потом он незаметно убирает один или два из них. Дошкольник должен вспомнить, каких предметов не хватает. В игре можно использовать игрушки или картинки с изображениями.

8. **"Что я загадал?"** Водящий загадывает какой-либо предмет, находящийся в комнате. Его задача - описать его другому игроку, не называя его. Когда тот отгадывает, они меняются местами.

9. **"Снежный ком"**. Играющие по очереди называют названия предметов или животных (существительные). Когда первый играющий говорит, например, слово "дом", второй должен сначала повторить его, а потом назвать свое слово. Следующий игрок повторяет все предыдущие слова и предлагает свое. Так продолжается до тех пор, пока кто-нибудь не собьется. Тогда можно начать игру сначала.

## **Советы психолога**

### ***Как не воспитать эгоиста?***

1. Ребенок должен научиться не только требовать исполнения его желаний, но и сам делать что-то для других;
2. Не следует говорить ребенку, что он лучше и главнее всех и его желание - закон;
3. Если дошкольнику что-то нужно, не стоит бросать все дела и исполнять его желание, дайте понять, что вы его выполните, как только появится свободное время;
4. Желания ребенка не должны быть во вред окружающим;
5. Если ребенок чего-то хочет, объясните ему, что он тоже должен приложить усилия, чтобы добиться желаемого.

## **Советы психолога**

### ***Рекомендации по установлению***

# ***Рекомендации по установлению дружеских отношений с ребенком в процессе его воспитания***

1. Отделяйте чувства от действия. Даже если ребенок заслужил наказание, не судите его строго, он должен чувствовать любовь. Дайте понять, что действия были неправильные, их нужно исправить. Чтобы изменить действия, нужно понять чувства.

2. Если ребенок испытывает эмоциональные трудности, подход к нему должен быть другим. Не наказывайте его - это может усугубить ситуацию.

3. Отвечайте на чувства ребенка, пусть он рассказывает вам все, дав выход эмоциям.

4. Если все-таки ребенка нужно наказать, пусть он сам выберет, например, остаться ему без воскресного просмотра телевизора или лишиться сладкого на ужин.

5. Если наказываете ребенка, убедитесь, что он понимает, за что.

6. Ребенок должен понимать, что вы чувствуете его проблемы и что они ваши общие.

7. Направляйте действия ребенка в благоприятное русло, предотвращайте разрушительные действия. Важно принимать своего ребенка, помогать ему развиваться, не разделяя мир на детский и взрослый.

## **Советы психолога**

### ***Психологические рекомендации по предупреждению психосоматических "болезней" детей дошкольного возраста***

1. Никогда не внушайте детям, что они непременно заболеют, если промочили ноги, не надели свитер, носки и т.д. - это может запрограммировать их на болезнь, если они станут искать в себе признаки недомоганий;

2. Старайтесь как можно больше применять безмедикаментозные средства лечения, чтобы ребенок не привыкал к тому, что таблетки - панацея; приучайте к здоровому образу жизни, ответственности за свое здоровье;

3. Учите детей выражать свои чувства словами без стеснений и относитесь к признаниям серьезно;

4. Если подозреваете, что ребенок притворяется больным, не ругайте его, скажите, что болезнь не избавит его от

4. Если подозреваете, что ребенок притворяется больным, не ругайте его, скажите, что болезнь не избавит его от трудностей, предложите поделиться проблемами, чтобы вместе их решить;

5. Обратите внимание на то, как Вы переносите болезнь, ваше поведение определяет отношение к ней ребенка.