

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, дуется, 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:

езде 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 притвориться, 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 осознанно.

### **Что вызывает манипуляцию:**

1. *Неудовлетворённая потребность ребёнка.*

Проявляется она неврозами, 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 асоциального 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.*

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.*

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 мама – 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 «гиперактивным»? 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.