

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Способы противостоять детским манипуляциям

1. Техника бесконечного уточнения («... то есть ты считаешь, что я была не права, когда наказала тебя, потому что ты меня обманул?»). Благодаря постоянным уточнениям можно понять, что является объектом нападения или критики. Кроме того, выигрывается время, которое ребёнок тратит на обдумывание ответа.
2. Техника внешнего согласия («... да, ты прав я действительно поступила плохо, когда пообещала тебе, что мы сходим в парк, но так и не сходили с тобой...»). Когда взрослый соглашается с ребёнком, тот окунается в атмосферу тепла, принятия, даже счастья. Это обезоруживает. Ребёнку, с которым соглашаются, хочется, чтобы с ним и дальше соглашались.
3. Техника испорченной пластинки («...возьми ложку и начинай кушать, возьми ложку и начинай кушать возьми ложку и начинай кушать...»). Используется для отказа в просьбе. Заключается в многократном повторении с одной и той же интонацией одной и той же ёмкой фразы, содержащей в себе важное сообщение манипулятору.
4. Информационный диалог («...как ты хочешь, чтобы я поняла тебя?»). Это разговор о существе дела, или, по крайней мере, попытка такого разговора. Если ребёнок идёт на обсуждение вопроса по существу, постепенно отказываясь от манипуляции, противостояние можно считать успешно завершённым.
5. Конструктивная критика – подкреплённое фактами обсуждение целей, средств или действий ребёнка и обоснование их несоответствия целям, условиями и требованиям взрослого. При этом оцениваются возможности, факты, события и их последствия, а не личность. Анализ и оценка производится без эмоций, повышения голоса и т.п. Техники конструктивной критики:
 - Высказывание сомнения в целесообразности действий («...я не уверена, что будет лучше, если ты пойдёшь гулять без шапки...»; «... мне кажется, это не лучшая идея...» и т.п.);
 - Цитирование прошлого случая («... помнишь, когда в прошлый раз мы пошли гулять, ты от меня убежал. А мне пришлось...»).