

Памятка для родителей

«Какие использовать техники, чтобы 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 вы поймете, что является объектом нападения или критики. А также выиграете время, которое ребенок потратит, чтобы обдумать ответ.
2. Техника внешнего согласия - «...да, ты прав, я действительно поступила плохо, когда пообещала тебе, что мы сходим в парк, но так и не сходила с тобой...». Когда вы соглашаетесь с ребенком, то окунаетесь в атмосферу тепла, принятия, даже счастья. Это обезоруживает. Ребенок, с которым соглашаются, захочет, чтобы с ним соглашались и дальше.
3. Техника испорченной пластинки - «...возьми ложку и начинай кушать, возьми ложку и начинай кушать, возьми ложку и начинай кушать...». Многократно повторяйте с одной и той же интонацией одну и ту же фразу, которая содержит важное сообщение манипулятору. Используйте данную технику для отказа в просьбе.
4. Информационный диалог - «...как ты хочешь, чтобы я поняла тебя?». Поговорите с ребенком о существе дела или, по крайней мере, попытайтесь завести такой разговор. Если ребенок идет на обсуждение

вопроса по существу, постепенно отказываясь от манипуляции, считайте, что противостояние вы успешно завершили.

5. Конструктивная критика - подкрепленное фактами обсуждение целей, средств или действий ребенка и обоснование их несоответствия целям, условиям и требованиям взрослого. При этом вы оцениваете возможности, факты, события и их последствия, а не личность. Анализ и оценку производите «без эмоций», повышения голоса и т. п. Используйте эту технику, чтобы:

- высказать сомнения в целесообразности действий - «...я не уверена, что будет лучше, если ты пойдешь гулять без шапки...»; «...мне кажется, это не лучшая идея...» и т. д.;

- напомнить прошлый случай - «...помнишь, когда в прошлый раз мы пошли гулять, ты от меня убежал. А мне пришлось...».

