Памятка
«Что нельзя делать родителям, если они обнаружили,
что их ребенок прибегает к манипуляциям»

**1.** Ни в коем случае не допустимо применять вербальную и физическую агрессию (кричать, ругаться, использовать физическое наказание). Все перечисленные действия свидетельствуют лишь о родительской слабости, некомпетентности, потере самообладания. Поэтому близкие должны помнить, что «нет хладнокровия — нет преимущества», и нести ответственность за свое поведение, следуя принципу «если не я (опытный, ответственный взрослый), то кто же?». Общаться с детьми надо уважительным, разъясняющим тоном, демонстрируя их принятие.

**2.** Не следует читать детям длительные назидательные нравоучения. Важно ясно и доступно формулировать собственное требование и спокойно стоять на своем, не пускаясь в бесполезные дискуссии и утомительные лекции.

**3.** Нет смысла испытывать чувство вины. Взрослый, не поддающийся на манипулятивные уловки, на самом деле не проявляет жестокость и излишнюю требовательность, а наоборот, осознанно и ответственно подходит к воспитанию ребенка.

**4.** Недопустимо требовать от ребенка то, что не выполняют сами взрослые. Известно, что личный пример родителей является одним из самых эффективных способов воспитания. Если близкие взрослые не поддерживают порядок в личных вещах, то трудно научить ребенка убираться в ящиках письменного стола, в комнате…

**5.** Не следует навязывать свое мнение и ограничивать детей абсолютно во всем. Рекомендуется при решении определенных задач предоставлять ребенку право выбора. При этом с возрастом круг таких задач должен расширяться.

**6.** Ни в коем случае нельзя бросаться словами, пустыми угрозами и не выполнять их. Ребенок быстро подмечает, что заявление мамы «в последний раз» ни к чему не приводит. В следующий раз она снова уступит его просьбам и требованиям. Какой тогда смысл реагировать на предупреждения родителей?

**7.** Каждому из родителей нельзя воспитывать ребенка «по-своему». Чтобы ребенок уважал близких взрослых, им необходимо применять во взаимодействии с ребенком единые требования. Если папа запретил, а мама разрешила, то со временем ребенок перестанет слушаться обоих родителей, т. к. они утратят авторитет.

**8.** Не следует игнорировать чувства и потребности как детей, так и самих родителей. Важно учить детей уважать чувства родителей, считаться с их желаниями. Но и близкие взрослые должны учитывать потребности своего ребенка. Тогда в семье складывается атмосфера взаимного доверия. Если ребенок уверен, что ему доверяют, то он и сам будет доверять.

**9.** Недопустимо пускать ситуацию на самотек. Если родители обнаруживают, что их ребенок пытается манипулировать, прежде всего они должны проанализировать собственное поведение. Следует понимать, что, уходя от конфликта и поддаваясь манипуляциям, они могут потерять родительский авторитет. Близким взрослым рекомендуется использовать стратегию установления границ. При этом родители должны понимать, что выработка правил и границ вовсе не означает, будто они отдаляются от своих детей. Если близкие будут последовательны, спокойны, доброжелательны, уверены и открыты к обсуждению не только правил, но и желаний, интересов ребенка, то рано или поздно попытки манипуляций с его стороны прекратятся.

**10.** Родителям ни в коем случае нельзя применять манипулятивные способы воспитания детей. Как известно, близкие взрослые и сами могут прибегать к манипуляциям, желая добиться от детей соответствующего поведения.