

12+

Анна Соколова

Детская манипуляция



Анна Соколова

Детская манипуляция

<https://litres.ru/74151983>

ISBN 9785007013086

Аннотация

Дети могут манипулировать ситуацией, настраивая одного взрослого против другого, например, говоря родителю, что другой родитель с чем-то согласился.

Снятие чувства вины. Дети могут использовать такие высказывания, как «Ты меня не любишь», чтобы заставить взрослых уступить их требованиям или просьбам.

Использование обаяния или лести. Дети могут использовать комплименты или обаяние, чтобы повлиять на взрослых и заставить их дать им то, что они хотят.

Содержание

Детская манипуляция	5
Игра без правил: как распознать и перенаправить детское влияние	7
Введение: Невидимая власть	7
Часть 1. Природа детской манипуляции	10
Глава 1. Неосознанное мастерство	10
Глава 2. Семейная экосистема	14
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Детская манипуляция

Анна Соколова

© Анна Соколова, 2026

ISBN 978-5-0070-1308-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Детская манипуляция

Возможно, не все об этом знают, но дети могут манипулировать взрослыми различными способами, иногда даже не осознавая этого.

Вот несколько распространённых методов, которые дети могут использовать для манипулирования окружающими:

Снятие чувства вины. Дети могут использовать такие высказывания, как «Я никогда тебя не прощу» или «Ты меня не любишь», чтобы заставить взрослых уступить их требованиям или просьбам.

Использование обаяния или лести. Дети могут использовать комплименты или обаяние, чтобы повлиять на взрослых и заставить их дать им то, что они хотят.

Угроза плохо себя вести. Дети могут угрожать, что будут плохо себя вести, если не получают желаемого. И многие взрослые ведутся на это.

Разыгрывание одного взрослого против другого: Дети могут пытаться манипулировать ситуацией, настраивая одного взрослого против другого, например, говоря родителю, что другой родитель с чем-то согласился.



Игра без правил: как распознать и перенаправить детское влияние

Введение: Невидимая власть

Представьте себе сцену, знакомую каждому родителю: в переполненном супермаркете трехлетний ребенок требует игрушку, а получив отказ, падает на пол с душераздирающим криком. Вокруг собираются люди, кто-то сочувственно вздыхает, кто-то осуждающе качает головой. И родитель, еще минуту назад уверенный в своем решении, чувствует, как почва уходит из-под ног. Еще мгновение — и игрушка оказывается в корзине. Взрослый сдался. И это не слабость характера, это действие мощнейшего механизма, который психологи называют детской манипуляцией.

Парадокс детской манипуляции заключается в ее кажущейся абсурдности: самый зависимый, самый уязвимый и наименее ресурсный член семьи — ребенок — часто обладает непропорционально большой властью над эмоциональным состоянием взрослых. Эта власть редко осознается ребенком как власть. Чаще всего это просто набор поведенческих стратегий, которые сработали однажды и закрепились

как эффективный способ получить желаемое. Ребенок не строит коварных планов и не просчитывает ходы на несколько шагов вперед. Он действует интуитивно, как маленький исследователь, который нащупывает кнопки управления в сложной системе под названием семья.

Главный вопрос, который ставит перед собой эта книга, звучит так: где проходит та тонкая, почти невидимая граница между естественным детским влиянием, здоровым проявлением потребностей и деструктивной манипуляцией? И почему взрослые, часто успешные, умные и волевые люди за пределами дома, так легко попадают в эти эмоциональные ловушки, когда речь заходит о собственном ребенке? Ответ на этот вопрос лежит не в плоскости детской психопатологии, а в глубинной структуре семейных отношений, где переплетаются любовь, страх, чувство вины и искреннее желание быть хорошим родителем.

Ключевая идея, которая проходит через всю книгу, может показаться неожиданной: манипуляция — это не признак испорченности ребенка и не свидетельство педагогической несостоятельности взрослого. Это прежде всего сигнал о том, что в системе отношений что-то пошло не так. Манипуляция — это способ выживания, адаптации и получения желаемого, который оказался рабочим. Ребенок не рождается манипулятором, он становится им, потому что этот спо-

соб взаимодействия с миром приносит результаты. И если понять механизмы, лежащие в основе манипулятивного поведения, если увидеть свои собственные уязвимости, на которые нажимает ребенок, то ситуацию можно не только исправить, но и выстроить совершенно иные, более здоровые и честные отношения, в которых манипуляция просто теряет смысл.

Эта книга адресована родителям, бабушкам и дедушкам, педагогам и всем, кто сталкивается с детским влиянием в повседневной жизни. Она не предлагает жестких рецептов и не обвиняет взрослых в ошибках. Вместо этого она приглашает к спокойному, внимательному исследованию того, что происходит в семейной системе, и предлагает инструменты для того, чтобы превратить игру без правил в игру по правилам, где у каждого есть свои права, обязанности и, что самое важное, безопасное пространство для искренности.

Часть 1. Природа детской манипуляции

Глава 1. Неосознанное мастерство

Чтобы понять природу детской манипуляции, необходимо сначала отказаться от привычного, но ошибочного представления о том, что ребенок действует осознанно и злонамеренно. Детская психика устроена иначе, чем взрослая, и то, что мы интерпретируем как хитрость или коварство, чаще всего является результатом естественного, интуитивного поиска эффективных способов взаимодействия с миром. Ребенок не сидит и не продумывает стратегию влияния на родителей. Он просто пробует разные формы поведения и замечает, какие из них приводят к желаемому результату. Это напоминает работу маленького ученого-эмпирика, который ставит эксперименты, фиксирует результаты и делает выводы, правда, выводы эти остаются на уровне бессознательных паттернов, а не осознанных умозаключений.

Фундамент, на котором вырастает манипулятивное поведение, — это базовые потребности ребенка. Потребность в безопасности, потребность во внимании значимого взросло-

го, потребность в любви и принятии. Это не капризы и не излишества, это условия выживания и нормального развития. В младенчестве единственным способом заявить о своих нуждах является плач. Плач — это идеальная, биологически закрепленная форма влияния на взрослого. Ребенок плачет не потому, что хочет кем-то манипулировать, а потому, что это единственный доступный ему сигнал о дискомфорте. Взрослый приходит, кормит, утешает, меняет подгузник. Связка «сигнал — реакция» закрепляется. По мере взросления арсенал сигналов расширяется, но сама логика остается прежней: я делаю что-то, что вызывает у взрослого предсказуемую реакцию, и получаю то, что мне нужно.

Различие между осознанной манипуляцией и выученными поведенческими паттернами принципиально важно для понимания детского поведения. Осознанная манипуляция предполагает, что ребенок понимает, что он делает, осознает свои намерения и способен предвидеть последствия. Такая форма поведения действительно встречается, но обычно в более старшем возрасте, у детей с определенными особенностями развития или в семьях, где манипуляция стала основной формой коммуникации между взрослыми. В подавляющем большинстве случаев мы имеем дело с выученными паттернами. Ребенок ведет себя определенным образом не потому, что хочет кого-то обмануть или использовать, а потому, что этот способ поведения когда-то привел к успеху

и теперь воспроизводится автоматически, как удобная и эффективная стратегия.

Механизм формирования таких паттернов прост и действует по законам поведенческой психологии. Если ребенок, заплавав, получает желаемое, в его мозге закрепляется нейронная связь: плач ведет к удовлетворению потребности. Если истерика в магазине привела к покупке игрушки, связка «истерика — получение желаемого» становится все более прочной. Ребенок не рассуждает о моральной стороне своего поведения, он просто действует по принципу наибольшей эффективности. И здесь важно понимать: проблема не в ребенке, который использует эффективную стратегию, а в системе, которая эту стратегию подкрепляет. Если определенное поведение приносит плоды, оно будет повторяться. Это закон биологии, и он работает вне зависимости от наших представлений о том, как ребенок должен себя вести.

Кроме того, важную роль играет феномен, который психологи называют магическим мышлением. В возрасте от двух до семи лет дети находятся во власти магического мышления — они искренне верят, что их мысли, слова и действия могут влиять на реальность напрямую, без посредников. Ребенок может верить, что если он очень сильно захочет и будет плакать, то желаемое материализуется. Или что если он скажет родителю «ты плохая», то родитель действительно ста-

нет плохой и изменит свое решение. Это не попытка манипулировать в том смысле, который вкладывают в это слово взрослые, это способ мышления, соответствующий возрасту. Игнорирование этого факта приводит к тому, что взрослые приписывают ребенку взрослые мотивы, обвиняют его в хитрости и коварстве, хотя на самом деле ребенок просто мыслит и действует так, как позволяет его уровень развития.

Таким образом, первым шагом к выходу из ловушки детской манипуляции является отказ от морализаторства и обвинений. Ребенок не манипулирует осознанно, он просто делает то, что работает. Задача взрослого — не наказывать ребенка за его эффективные стратегии, а изменить систему подкрепления так, чтобы эффективными стали другие, более здоровые способы коммуникации. Это требует от взрослого спокойствия, последовательности и готовности взять на себя ответственность за ту систему отношений, в которой ребенок действует.

Глава 2. Семейная экосистема

Манипулятивное поведение ребенка никогда не возникает в вакууме. Оно всегда является частью более сложной системы, которую можно назвать семейной экосистемой. Это система взаимосвязей, привычек, правил, невысказанных договоренностей и эмоциональных реакций, в которой каждый элемент влияет на все остальные. И если в этой системе появляется манипуляция, это значит, что сама система создает условия для ее возникновения и закрепления. Говорить о проблемном поведении ребенка, не рассматривая контекст, в котором это поведение разворачивается, значит видеть лишь верхушку айсберга, оставляя под водой его огромную, невидимую часть.

Первый и, возможно, самый важный фактор, способствующий развитию манипулятивных паттернов, — это непоследовательность взрослых. Непоследовательность может проявляться по-разному. Самый распространенный вариант: сегодня родитель сказал «нет», а завтра, уставший или расстроенный, сказал «да» на ту же самую просьбу. Ребенок, наблюдая за этим, делает простой вывод: родительское «нет» не означает окончательного отказа, это просто текущее состояние, которое можно изменить, если приложить достаточно усилий. И ребенок начинает эти усилия прикладывать:

плакать, уговаривать, спорить, жаловаться. Если после часа уговоров «нет» превращается в «да», ребенок получает мощнейшее подкрепление. Его настойчивость окупается. Более того, он усваивает, что границы в этой семье — это не фиксированные структуры, а подвижные линии, которые можно сдвигать, если достаточно сильно на них давить.

Непоследовательность может проявляться и в зависимости от внешних обстоятельств. В гостях, в общественном месте, в присутствии бабушек и дедушек правила могут меняться. Ребенок быстро учится различать ситуации, в которых взрослый с большей вероятностью уступит, и активно использует это знание. Родитель, который в обычной обстановке тверд в своих решениях, может растеряться под взглядами окружающих и пойти на уступки, лишь бы прекратить публичную истерику. Ребенок фиксирует эту связь и в следующий раз с высокой

вероятностью выберет именно публичное место для отстаивания своих требований.

Второй значимый фактор — разница в подходах к воспитанию между взрослыми, участвующими в жизни ребенка. Мама говорит «нет», папа говорит «да». Бабушка разрешает то, что запрещают родители. Воспитатель в детском саду требует одного, родители дома — другого. Для ребенка такая ситуация создает не просто неудобство, она открывает

пространство для стратегического маневра. Ребенок быстро понимает, что запрет одного взрослого может быть отменен другим, и начинает активно использовать эти расхождения. Он обращается к тому, кто с большей вероятностью согласится, он может противопоставлять слова одного взрослого другому, он может создавать ситуации, в которых разногласия между взрослыми становятся явными и болезненными.

Особенно разрушительной эта динамика становится, когда разногласия между взрослыми не проговариваются открыто, а существуют в виде скрытого напряжения. Ребенок, чувствуя это напряжение, бессознательно может его использовать, а иногда и усиливать, потому что в фокусе внимания взрослых оказывается конфликт между ними, а не поведение ребенка. Ребенок получает двойную выгоду: он достигает своей цели, пользуясь разногласиями, и получает дополнительное внимание, которое возникает вокруг конфликта взрослых.

Третий фактор — эмоциональная нестабильность родителей. Родители, которые сами находятся в состоянии хронического стресса, тревоги, эмоционального истощения, становятся легкой мишенью для детских манипуляций. Ребенок интуитивно чувствует состояние взрослого. Если родитель сегодня в хорошем настроении и склонен к уступкам, ребенок будет действовать более напористо. Если родитель

на грани срыва, ребенок может использовать это состояние, чтобы продавить свое. Но дело не только в том, что ребенок адаптируется к состоянию взрослого. Эмоциональная нестабильность родителя означает, что правила и границы в семье зависят не от объективных обстоятельств, а от настроения взрослого. Это делает их непредсказуемыми, а значит, ребенок вынужден постоянно тестировать границы, чтобы понять, где сегодня проходит линия дозволенного.

Здесь важно сделать акцент на том, что манипуляция — это всегда парный танец. Не бывает ребенка-манипулятора без взрослого, который поддается на манипуляцию. Термин «парный танец» здесь используется не случайно. Это действительно взаимодействие, в котором оба участника вносят свой вклад в происходящее. Взрослый, который чувствует, что ребенок им манипулирует, редко осознает свою роль в этом процессе. Ему кажется, что он — жертва, а ребенок — агрессор. Но на самом деле взрослый является соавтором этой динамики. Он поддается на провокации, он не выдерживает напряжения, он испытывает чувство вины и сдается. Каждый раз, когда взрослый уступает после детской истерики, он подкрепляет эту стратегию. Каждый раз, когда взрослый меняет решение под давлением детских слез, он учит ребенка тому, что слезы — это эффективный инструмент влияния.

Осознание этого факта — не повод для самообвинения. Это повод для принятия ответственности. Если манипуляция — это танец двоих, то достаточно одному участнику изменить свой рисунок движений, чтобы весь танец изменился. Взрослый не может контролировать поведение ребенка, но он может контролировать свое собственное поведение. И когда взрослый меняется, ребенок вынужден адаптироваться к новой реальности. Это не быстрый и не всегда легкий процесс, но это единственный путь к выходу из манипулятивных отношений.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.