**Национальный проект "Образование"**

**Консультационный центр "Шаг навстречу"**

**Консультация для родителей**

**"Ребенок постоянно плачет и манипулирует: Что делать? Как его успокоить? Как избавиться от этой манипуляции?"**

Некоторые маленькие дети постоянно плачут. Родители не могут понять, что является причиной подобного поведения. Болевые ощущения, обида или же ребенок просто пытается ими манипулировать.

Мы расскажем о том, по каким причинам чадо может регулярно плакать. Поведаем, как распознать, оправданы ли его слезы, или же он пытается вами манипулировать. А также расскажем, как реагировать на детский плач.

**Чаще всего дети используют плач для манипуляции родителями**

Бывают ситуации, когда ребенок ударяется о что-либо и начинает плакать по объективным причинам. Или же его слезы провоцирует обида, которая вызвана неправильными действиями со стороны родителей. Например, безразличное их отношение. В этих случаях плач ребенка оправдан.

Однако, когда малыш начинает рыдать без видимых на то причин, скорее всего, он пытается вами манипулировать. Это может проявляться в ситуациях, подобных следующей. Например, вы общаетесь по телефону с подругой. Ребенок пытается завладеть вашим вниманием. Но вы не реагируете, поскольку разговариваете по телефону. Тогда ребенок начинает ни с того ни с сего плакать. Делать вид, что обиделся. И тем самым привлекает ваше внимание.

Если мама сразу же положит трубку и начнет успокаивать малыша (хотя сама не будет понимать, почему он плачет), это может негативно повлиять на дальнейшие отношения. Он поймет, что плач - рычаг давления, с помощью которого можно добиваться желаемого. Причем, в любых ситуациях.

## Причины, по которым дети плачут

Существует несколько причин, которые могут спровоцировать у ребенка плач. Они - следующие:

1. **Ребенок хочет добиться с помощью плача желаемого**. Слезы - очень мощный инструмент манипуляции, к которым прибегает большинство детей. Если родители не будут пресекать его в детстве, то ребенок будет пользоваться им даже в подростковом возрасте. Когда ему что-то не будет нравиться, он будет начинать плакать. Давить на жалость родителей. И заставлять их тем самым делать то, что ему хочется.
2. **Чаду нравится быть маленьким**. Существует мнение о том, что дети в более старшем возрасте используют плач из-за инфантильности. Они еще не переросли тот период, когда определенных компромиссов с родителями можно добиться диалогом. И используют плач всегда, когда им не нравится определенное решение взрослых. Или их поведение. Например, когда папа смотрит по телевизору политическую программу, взрослая дочка может попросить выключить ее. Конечно, отец не будет этого делать. Поскольку ему будет интересно, что скажут участники программы дальше. Тогда дочка начинает рыдать. Говорить маме: "Попроси папу выключить телевизор! Мне не нравится эта программа!". Мама, чтобы успокоить дочь, настоит на выключении телевизора. И девочка начнет манипулировать плачем в дальнейшем.
3. **С помощью плача ребенок старается привлечь внимание**. Слезы применяются детьми и в том случае, если родители уделяют им мало внимания. Или не общаются с ними вовсе. Если вы уделяете ребенку мало внимания, то он гарантированно будет плакать. И подобным образом будет пытаться добиться того, чтобы вы проявили по отношению к нему хоть какие-то эмоции. Пусть они даже будут негативными. Например: "Хватит плакать! Ты мне уже надоел!".
4. **С помощью плача ребенок пытается избежать оскорблений со стороны родителей или серьезных наказаний**. Этот метод может использоваться малышом как в качестве манипуляции, так и будучи защитной реакцией. Проявляется это следующим образом. К примеру, ребенок разбил мамину любимую кружку из-за своей неосторожности. Он понимает, что мама его накажет. Начинает очень громко плакать, приходит к маме в комнату, говорит: "Мамочка, я разбил твою любимую кружку, прости меня, пожалуйста, я такой неуклюжий". При этом, громко рыдает. Мама видит слезы ребенка и решает простить его только потому, что он плачет. И, якобы, раскаивается. Малыш понимает, что манипуляция сработала, его не наказали, и берет методику на вооружение. Начинает использовать ее в дальнейшем. При том, что он даже может не испытывать чувства вины за содеянное.

## Что делать, если регулярная плаксивость вошла в привычку у ребенка?

Плаксивость - довольно вредная привычка для детей. Если не избавиться от нее вовремя, то она плотно войдет в жизнь ребенка. И закрепится в его поведении. Задача родителей на этом этапе - избавиться от этого шаблона действий ребенка.

## Как исправить плаксивость ребенка?

Исправлять плаксивость ребенка вам предстоит следующим образом.

## Определите, какие ситуации провоцируют ребенка на манипулирование с помощью плача

На первом этапе вам нужно выяснить, когда ребенок начинает применять плач для дальнейших манипуляций. Если почувствуете, что на лице малыша скоро появятся слезы, поговорите с ним. Узнайте, что у него случилось. По какой причине он погрустнел. Дайте возможность высказаться. И обозначить, что его не устраивает. А затем попытайтесь спокойно решить вопрос. Без криков и слез.

Так вы дадите ребенку понять, что решать вопросы можно спокойно. И что это намного эффективнее, быстрее, чем если устраивать скандал.

## Уделяйте ребенку внимание

Уделяйте ребенку внимание - так вы лишите его основной причины для манипуляции с помощью плача:

1. Разговаривайте с ребенком.
2. Давайте ему возможность высказаться о своих проблемах в детском саду или школе.
3. Играйте с ребенком.
4. Ходите в город, в парки аттракционов.
5. Проводите время вместе.

Когда ребенок будет получать от вас достаточное количество внимания, ему будет незачем плакать. Поскольку то, ради чего он это делает, и так у него есть. Наоборот, ребенок будет благодарен вам за то внимание и поддержку, которую вы ему дарите.

## Если что-то обещаете ребенку, то обязательно это выполняйте

На протяжении всего процесса воспитания ребенка вы должны выполнять свои обещания. Если дали слово что-то сделать, то в обязательном порядке сдержите его. Чтобы в подсознании ребенка отложилось: обещания нужно выполнять.

В качестве примера можем привести следующие ситуации:

* Сказали, что завтра в 14:00 пойдете в парк аттракционов, отправляйтесь туда в обязательном порядке. Ровно в это же время. Раньше 14:00 идти в парк аттракционов можно. Позже - нет.
* Сказали, что через неделю купите ребенку конструктор Lego. Обязательно приобретите его.
* Пообещали, что возьмете ребенка на футбол в субботу, в обязательном порядке сдержите слово.

Это необходимо для того, чтобы ребенок стал более уверенным. Чтобы он чувствовал то, как вы его поддерживаете. И чтобы знал: если родители дали обещание, то они его выполнят. Это позволит избавиться от плаксивости в голосе ребенка за счет того, что он станет уверенным в завтрашнем дне.

Аналогичным образом нужно поступать и в отношении обещаний по поводу наказаний. Если вы сказали, что накажите ребенка, то делайте это. Вне зависимости от того, плачет он или нет.

Если вы решите наказать ребенка, он поплачет и вы его простите, то это будет иметь негативные последствия. В дальнейшем ребенок никогда не будет воспринимать ваши угрозы о наказаниях. Поскольку будет знать: от них можно легко отмахнуться, немного поплакав.

## Создайте четкие договоренности со своим ребенком

Создайте ребенку рамки, за которые он не должен заходить с помощью плача. Например:

* Если вы разговариваете с кем-то по телефону, то этот звонок для вас важен. А значит ребенок ни при каких обстоятельствах не должен вас от него отвлекать.
* Если вы гуляете по магазину игрушек, ребенок просит купить что-нибудь дорогое, но у вас нет денег, то он должен отнестись к этому спокойно. Не начинать реветь прямо в магазине. И кричать: "Но я все равно хочу эту игрушку". Вместо этого ребенок может высказать претензии дома.
* Если вы пошли на каток и арендовали ребенку коньки, которые не нравятся ему по цвету, он должен все равно надеть их. И не плакать. Вам нужно объяснить ребенку, что никто коньки менять из-за цвета не будет. И что его слезы ни к чему не приведут, кроме испорченных нервов.

Вы можете вводить и любые другие правила. Главное, чтобы ребенок знал рамки того, где плакать нельзя. Если вы сможете научить его этому, то ребенок не будет реветь без причины. И не будет вами манипулировать с помощью слез.

## Как вести себя, если ребенок начинает плакать?

Чтобы избавиться от плача, вам нужно придерживаться следующей последовательности действий. Начните с переключения внимания. Когда малыш начнет хныкать, рассказывайте ему обо всем под ряд. О том, какая красивая вокруг природа. Какие большие здания. Какие красивые машины проезжают.

Также, можете начать рассказывать ребенку какую-нибудь интересную историю. Эти действия помогут отвлечь ребенка от плача. И переключить его внимание.

Если же обычные слезы ребенка переросли в сильный рев, то продолжайте разговаривать с ним. Но уже меньше. Говорите односложно. Не проявляйте никаких эмоций. Не злитесь. И уж тем более не пытайтесь слишком рьяно успокоить ребёнка.

Скажите малышу: "Сынок/дочка, я стою рядом. Дожидаюсь того момента, когда ты успокоишься и я смогу тебя обнять". Эту фразу нужно произнести максимально спокойно. И после нее никак не реагировать на дальнейшие действия малыша.

Поскольку вы не будете проявлять эмоции по отношению к плачу, ребенку не будет смысла продолжать истерику. Через несколько минут она прекратится сама по себе. И ребенок окончательно успокоится.

Будьте мудры и терпеливы и у Вас всё получится!