

Виды влияния

Чтобы знать, откуда ждать угрозу, нужно разобраться в видах психологического влияния. Эта классификация применима ко всем — и детям, и взрослым. Объясните ребенку, что влиять на него могут разными способами:

1. **Убеждение** — менять мнение на то, что выгодно провокатору. К примеру, в классе кто-то подал идею не пойти на физкультуру. Он приводит весомые аргументы: это последний урок, в спортзале холодно, лучше пойти по домам. Дети, которые изначально планировали посетить урок, могут согласиться с доводами провокатора и приведенные им аргументы уже рассматривать, как свои. Они легко поддадутся влиянию и, скорее всего, уйдут с урока.

2. **Принуждение** — влияние без аргументов. Ребенку навязывают чужое мнение, даже если он категорически против этого. Но пользуясь авторитетом в коллективе или психологическим давлением, запугиванием и пр. инструментами провокатор рано или поздно достигает цели — подменить собственные убеждения «жертвы» на те, что ему внушили.

3. **Самопиар** — в каждом классе есть популярные дети. Они активные, яркие, у них самые крутые гаджеты и модные вещи. Даже сами того не подозревая, они влияют на остальных — для ярких личностей нужен соответствующий фон. Постепенно «звезды» становятся лидерам мнений и могут навязывать свою волю остальным.

4. **Подражание** — такое влияние вызывает желание у ребенка во всем подражать объекту своей симпатии. Подростки очень зависимы от мнения окружающих, и выбиться из общей струи — значит, утратить свое место в коллективе. Подражание другим — стратегия, которая позволяет какое-то время сохранять статус-кво. Но вот кому и в чем подражать — это уже другой вопрос.

5. **Критика** — цель критикующего — унижить «жертву», психологически измотать ее и сместить акцент с реальной проблемы на вымышленную. К примеру, подружки договорились погулять вдвоем, но потом одна из них передумала и захотела пойти только вдвоем. Третью подружку она начинает критиковать: не так одета и т. д. Та обижается и уходит. Причем в полной уверенности, что у нее действительно что-то не так с одеждой. А истинный мотив влияния остается скрытым.

6. **Манипуляция** — самый популярный вид психологического влияния. Применяется он тогда, когда руками «жертвы» выполняются действия, удобные провокатору. Например, чтобы списать контрольную, одноклассники решили украсть тетрадь отличницы. Провокатор выбирает, кто именно должен это сделать, и умелой манипуляцией достигает задуманного.

Как противостоять негативному влиянию

Мы собрали несколько работающих приемов, которые помогут вашему ребенку не поддаваться негативному влиянию окружающих. Стоит помнить, что одни приемы актуальны для всех видов влияния, а другие — лишь для некоторых.

Потренируйтесь с ребенком, чтобы он не только легко различал способ влияния, но и правильно подбирал к нему «противоядие».

Категорический отказ

Заметив, что на него оказывают воздействие, ребенок отвечает провокатору прямым отказом: «Я не буду этого делать». Таким образом он дает понять, что распознал приемы провокатора и готов противостоять ему. Никаких аргументов приводить не нужно. Достаточно просто сказать «нет».

Недостаток метода — если провокатор сильная либо авторитетная личность, отказ может вызвать агрессию, травлю.

Непрямой отказ

Здесь нужно немного хитрости: ребенок вроде и соглашается, но выполняет замысел провокатора не до конца или не так, как тот хотел. Или же медлит с выполнением, попросту «сливается». Рано или поздно провокатору надоедает ждать, когда его «жертва» выполнит задание, и он переключается на кого-то другого.

Недостаток метода — видя, что задуманное не получается, провокатор может перейти к другим формам влияния.

Ссылка на родителей

Простой способ переложить ответственность за отказ действовать под влиянием провокатора — сослаться на то, что родители запрещают это делать. К примеру, на предложение покурить за гаражами ребенок может сказать, что мама, если унюхает, из дома не выпустит месяц. Вроде и не отказал, но тем не менее не поддавался влиянию.

Недостаток метода — применим не во всех случаях.

Поиск единомышленника

Отличный способ избавиться от таких видов влияния, как подражание и самопиар. Нужно найти единомышленника, которому претит всеобщее подчинение неформальным лидерам коллектива.

Недостаток метода — иногда сложно найти друга с похожими взглядами и ценностями.

Контркритика

Метод подходит для нейтрализации критикующего. На замечание относительно внешности всегда можно подобрать контраргумент. На оценку личности ответить красочным описанием характера или действий провокатора.

Недостаток метода — если ребенок стеснительный и с трудом находит слова, чтобы ответить обидчику, он вряд ли быстро сориентируется и сможет правильно отразить критику.

Психологическая самооборона

Это целый комплекс моделей поведения и фраз, которые помогают выиграть время в ситуации, когда провокатор оказывает давление. Выучите с ребенком несколько фраз-нейтрализаторов:

- «Давай поговорим об этом позже».
- «Я пока не готов ответить».
- «Не хочу это обсуждать».
- «Давай поговорим о чем-то другом».

Недостаток метода — актуален не для всех ситуаций.

Игнор

Нечувствительность к манипуляциям и другим способам плохого влияния могут проявить только психологически устойчивые, сильные люди. Однако это лучший способ избавиться от воздействия провокатора.

Если ребенок понимает, что на него влияют, нужно или перестать общаться с этим человеком, или же не реагировать на его просьбы, предложения, критику. Сделать вид, что он их не понимает или не принимает.

Недостаток метода — обидчикам рано или поздно надоест цепляться к ребенку, потому что их главная задача — вывести «жертву» на эмоции и добиться от нее каких-либо действий. Поэтому игнор, как способ избавиться от негативного влияния, практически лишен недостатков.

Конфронтация

Открытый протест против действий провокатора не означает, что ребенок должен сам начать травить обидчика. Наоборот, это защита, которая направлена на отражение угрозы.

Недостаток метода — для конфронтации нужна поддержка (коллектива, родных). А также уверенность в своей позиции, смелость, находчивость. Такие качества формируются только в позднем подростковом периоде — с 14 лет.

Что могут сделать родители

Задача родителей — объяснить ребенку, что в мире есть несправедливость и жестокость. Есть злые люди, которые могут обидеть. Важно не подстелить соломку, чтобы уберечь ребенка от любого негативного влияния, а сформировать у него способность распознать такие действия.

- Общайтесь с ребенком на непростые темы: буллинг, детская жестокость и подлость, наркотики и алкоголь, насилие. Выражайте свое отношение к

событиям и фактам, объясняйте, что можно было сделать, чтобы этого не произошло.

- Наблюдайте за ребенком — как он общается со сверстниками, в какие игры играет (виртуальные и реальные), как ведет себя в коллективе. Ваша задача — вовремя понять, что ребенок становится «жертвой» или «провокатором». Это одинаково плохо, но требует разных выводов и действий.
- Помните, что демократичное воспитание не имеет ничего общего с попустительством. И если вы заметили, что ваш ребенок связался с плохой компанией, не стоит пускать все на самотек, боясь проявить родительский авторитаризм.

Спокойно обсудите, почему ребенку интересно проводить время с такими людьми, выразите свою тревогу и дайте время на обдумывание — нужны ли ему такие друзья или от сомнительных личностей все же лучше держаться подальше.

Опубликовано: 22.10.2021