

## **Остановитесь: 7 сигналов, что вы жестоки со своим ребенком**

**Если вы заметите за собой что-то из перечисленного, пора задуматься.**

Жестокость по отношению к ребенку проявляется не только в виде физического насилия. Моральное давление, унижение, даже случайно брошенные фразы могут нанести малышу тяжелую психологическую травму.

### **Вы даете обещания своему ребенку, но не держите их**

Малыши свято верят своим родителям.

Когда мама или папа не выполняют то, что пообещали, им очень больно. Если это однократная случайность, ничего страшного в таком поведении нет. Но когда вы даете ребенку обещание и сознательно не держите его, ребенок получает психологическую травму, поскольку начинает сомневаться в адекватности своего восприятия действительности.

Вырастая, он перестает верить людям, становится скрытным, обвиняет себя во всех неудачах, происходящих с ним и его близкими.

### **Вы критикуете ребенка**

На свете не найдется родителя, который не критиковал бы своего ребенка. Но одно дело — спокойные, аргументированные замечания, а другое — постоянные необоснованные придирки и сравнения с братьями, сестрами, соседскими ребятами, одноклассниками.

Если вы не раз замечали за собой такие фразы, как «А вот Петя более аккуратный, учится лучше», «Почему ты не такая, как дочь Марьи Ивановны?» и тому подобное, знайте: вы неосознанно пытаетесь манипулировать потребностью ребенка в родительском одобрении.

Когда в семье несколько детей, то, отдавая одному из них предпочтение, вы создаете между сестрами и братьями токсичные отношения.

Избегайте мелочной критики и сравнений. Они разрушают личность, формируют заниженную самооценку, неуверенность в себе и создают потребность в одобрении со стороны окружающих даже во взрослом возрасте.

### **Вы заставляете своего ребенка испытывать чувство вины и стыда**

Если вы регулярно «распекаете» малыша за малейшие проступки, особенно при посторонних людях, помните: тем самым вы заставляете его регулярно испытывать чувство вины и стыда.

В будущем ребенок начнет подвергать все свои поступки самокритике, впадать в депрессию и приписывать ошибки и неудачи своему характеру.

В тяжелых случаях давление со стороны родителей в детском возрасте оборачивается психическими нарушениями.

### **Вы наказываете ребенка своим молчанием**

Если родители игнорируют ребенка, сознательно не разговаривают с ним в качестве наказания за проступок, для малыша это становится крайне болезненным и унижительным.

Он начинает искать причины в себе.

Когда родительский «бойкот» становится привычным делом, ребенок боится общаться, впадает в панику, когда к нему обращаются другие взрослые. Нельзя наказывать детей молчанием. Если вы замечаете за собой такую склонность, откажитесь от нее и замените дружеской открытой беседой. Она поможет выяснить причины проступка и в дальнейшем избежать таких ситуаций.

### **Вы высмеиваете ребенка**

Для малышей нет ничего страшнее, чем насмешки со стороны родителей. Ребенок теряет уверенность в своих силах, самоуважение, а во взрослом возрасте боится высказывать свое мнение, опасаясь осуждения.

Насмешка — скрытый способ установить контроль над ребенком.

Если вы замечаете за собой подобные действия, пришла пора задуматься над своим поведением. Высмеивая чувства, мысли, слова и поступки детей, вы совершаете над ними насилие и препятствуете здоровому формированию личности.

### **Вы манипулируете ребенком при каждом удобном случае**

Гиперопека и стремление навязать ребенку свое видение мира и стиль поведения часто превращается у мам и пап в манипуляции.

Как это происходит? Воздействовать на психику можно, притворяясь обиженным или больным, напоминая малышу, что он неблагодарный и не ценит того, что для него делают папа и мама.

Так часто поступают престарелые родители с взрослыми детьми, требуя от них внимания и подчинения.

В результате ребенок становится жертвой и, даже взрослея, продолжает страдать от родительского себялюбия.

### **Вы проявляете скрытую или пассивную агрессию**

Агрессия проявляется не только в физическом насилии. Колкости и оскорбления в адрес отца или матери в присутствии сына или дочери (например, когда один родитель осуждает в разговоре с ребенком второго) могут привести к формированию у подростка агрессивности, замкнутости, тревожности, проблемам со сном и депрессии.

Общаясь с ребенком, следите за своим словами, реакцией и поведением.

Неосторожно брошенная фраза, молчание, взгляд могут стать причиной детской обиды, страхов, психических нарушений и плохих отношений в семье, когда сын или дочь вырастут.