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

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](https://letidor.ru/psihologiya/psikhotravmy-iz-detstva-kak-unyat-bol-svoego-vnutrennego-rebenka.htm).

**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](https://letidor.ru/psihologiya/8-obeshanii-budushikh-mam-nad-kotorymi-mozhno-posmeyatsya-posle-rodov.htm) 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](https://letidor.ru/psihologiya/nelzya-sravnivat-svoego-rebenka-s-drugimi-detmi-i-vot-pochemu.htm). 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](https://letidor.ru/psihologiya/kak-ne-pogubit-samoocenku-rebenka-otvechaet-lyudmila-petranovskaya.htm), 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](https://letidor.ru/otdyh/my-v-tiktok-9-fraz-kotorye-vyzyvayut-u-rebenka-chuvstvo-viny.htm) 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 унизительным. *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](https://letidor.ru/obrazovanie/ya-khochu-vyrastit-dumayushikh-i-uverennykh-v-sebe-detei-kolonka-mamy-o-domashnem-obrazovanii.htm), 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](https://letidor.ru/psihologiya/5-situaciy-kogda-vami-besstydno-manipuliruet-vash-rebenok.htm). 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](https://letidor.ru/psihologiya/taktika-protiv-agressii-kak-spravlyatsya-s-detskoy-zlostyu.htm) 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](https://letidor.ru/zdorove/kak-raspoznat-poslerodovuyu-depressiyu-i-otlichit-eyo-ot-drugih-rasstroystv.htm). *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.