

## Психологическое и эмоциональное насилие в семье

Эмоциональное насилие еще называют психологическим. Этот термин обозначает периодическое или постоянное оскорбление ребенка какими-нибудь неприятными словами, унижение его человеческого достоинства, высказывание угроз. Нередко у родителей сформирован желаемый образ детей. Для его достижения мамы и папы предъявляют своим чадам такие требования, которые они выполнить не в состоянии из-за возрастных возможностей. Это тоже относится к психологическому насилию.

Негативное отношение к ребенку имеет очень серьезные последствия. Он перестает испытывать радость. Его начинают мучить собственные переживания. Ребенок замыкается в себе, теряет доверие к окружающим людям. В дальнейшем все это приводит к проблемам в построении отношений. Еще одно негативное последствие – это заниженная самооценка. Например, ребенка в школе сверстники могут называть страшным, глупым. С такими мыслями о себе он и растет в дальнейшем.

**Что можно считать психологическим насилием над ребенком?** Специалисты выделяют несколько форм этой проблемы. Вот основные из них:

**Деградация.** При этой форме дети или взрослые воздействуют на конкретного ребенка грубыми словами, ругательствами, обзывают, высмеивают его перед другими людьми.

**Игнорирование.** Взрослые обращают на своего ребенка внимания, не интересуются его успехами, достижениями. Он не чувствует ласки, заботы, любви.

**Отталкивание.** Эта черта поведения проявляется тем, что родители отталкивают своего ребенка, постоянно прогоняют его, т. е. дают понять, что он им не нужен.

**Терроризирование.** При этой форме насилия ребенка постоянно чем-нибудь запугивают. Ему угрожают, предъявляют требования, которые невыполнимы.

### Заповеди мудрых родителей

Существует 4 заповеди мудрых родителей. Они могут помочь избежать психологического насилия над ребенком, ведь не всегда мамы и папы осознают, что их воспитание является неправильным и приводит к негативным последствиям.

- **не пытайтесь сделать из своего ребенка самого лучшего.** Не все люди являются одинаковыми. Каждый человек наделен определенными способностями и возможностями.

- **не сравнивайте своего ребенка с другими детьми,** не упрекайте его в том, что он чего-то не достигает, как некоторые его одноклассники.

- **не угрожайте ребенку, не шантажируйте его.** В противном случае вы вызовете у него только страх, стыд. Ваше чадо может подумать, что вы его не любите.

- **не выясняйте отношения с ребенком при свидетелях, даже если он что-то натворил.** Лучше обсудите проблему дома, выясните причину.

## **Что такое эмоциональное насилие?**

Эмоциональное насилие еще называют психологическим. Этот термин обозначает периодическое или постоянное оскорбление ребенка какими-нибудь неприятными словами, унижение его человеческого достоинства, высказывание угроз. Нередко у родителей сформирован желаемый образ детей. Для его достижения мамы и папы предъявляют своим чадам такие требования, которые они выполнить не в состоянии из-за возрастных возможностей. Это тоже относится к психологическому насилию.

Негативное отношение к ребенку имеет очень серьезные последствия. Он перестает испытывать радость. Его начинают мучить собственные переживания. Ребенок замыкается в себе, теряет доверие к окружающим людям. В дальнейшем все это приводит к проблемам в построении отношений. Еще одно негативное последствие – это заниженная самооценка. Например, ребенка в школе сверстники могут называть страшным, глупым. С такими мыслями о себе он и растет в дальнейшем.

### **Классификация проблемы на формы**

Что можно считать психологическим насилием над ребенком? Специалисты выделяют несколько форм этой проблемы. Вот основные из них:

**Деградация.** При этой форме дети или взрослые воздействуют на конкретного ребенка грубыми словами, ругательствами, обзывают, высмеивают его перед другими людьми.

**Игнорирование.** Эта форма насилия чаще всего наблюдается со стороны взрослых людей – родителей. Они не обращают на своего ребенка внимания, не интересуются его успехами, достижениями. Он не чувствует ласки, заботы, любви. Естественно, подобное отношение угнетает ребенка.

**Отталкивание.** Эта черта поведения проявляется тем, что родители отталкивают своего ребенка, постоянно прогоняют его, т. е. дают понять, что он им не нужен.

**Терроризирование.** При этой форме насилия ребенка постоянно чем-нибудь запугивают. Ему угрожают, предъявляют требования, которые невыполнимы на данном возрастном этапе.

### **Заповеди мудрых родителей**

Существует 4 заповеди мудрых родителей. Они могут помочь избежать психологического насилия над ребенком, ведь не всегда мамы и папы осознают, что их воспитание является неправильным и приводит к негативным последствиям.

Во-первых, никогда не пытайтесь сделать из своего ребенка самого лучшего. Не все люди являются одинаковыми. Каждый человек наделен определенными способностями и возможностями.

Во-вторых, не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, не упрекайте его в том, что он чего-то не достигает, как некоторые его одноклассники.

В-третьих, не угрожайте ребенку, не шантажируйте его. В противном случае вы вызовете у него только страх, стыд. Ваше чадо может подумать, что вы его просто не любите.

В-четвертых, не выясняйте отношения с ребенком при свидетелях, даже если он что-то натворил. Лучше обсудите проблему дома, выясните причину. При неправильном поведении пристыдите ребенка, но помните, что во всем должна быть мера.