**5 ошибок родительских взаимоотношений, которые вредят ребенку**

Психологическое здоровье ребенка напрямую зависит от атмосферы в семье. Мы часто говорим о том, [как поддерживать функциональные отношения](https://chips-journal.ru/reviews/kak-vesti-seba-roditelam-kotorye-razvodatsa-14-sposobov-pomoc-rebenku), если пара с ребенком проходит через развод, но как насчет тех, кто разводиться не собирается?

К сожалению, в семьях с обоими родителями атмосфера может быть напряженной, нездоровой и некомфортной для ребенка. Она во многом зависит от того, как родители общаются между собой, как взаимодействуют с ребенком, как решают конфликты и проблемы. В конце концов, вы можете прочитать ребенку сколько угодно полезных книжек, но куда важнее все равно оказывается то, что он наблюдает у себя дома каждый день.

Представляем вам пять нездоровых родительских привычек, которые вредят ребенку и могут негативно сказаться на его отношениях в будущем.

## Соревнование за звание лучшего родителя

Иногда вместо того, чтобы сплотиться перед лицом родительства, пары предпочитают вести себя так, словно они участвуют в соревновании. К сожалению, родительство так не работает, и, как только мама и папа начинают выяснять, кто из них лучше, проигрывают все.

Не пытайтесь доказать себе (и своей семье), что вы способны лучше убираться, чаще вставать по ночам, готовить домашнюю еду на каждый прием пищи или заниматься с ребенком развивашками круглосуточно. Комплекс супергероя у одного из родителей приведет лишь к тому, что рано или поздно он сломается, а другому родителю придется срочно выруливать из кризиса. Куда продуктивнее отношения, в которых партнеры равномерно делят нагрузку и не стремятся друг другу ничего доказать.

## Гиперкомпенсация за другого родителя

Так бывает, когда одному из родителей кажется, что другой не справляется: проводит с ребенком слишком мало времени, покупает мало подарков, ведет себя слишком строго, кормит слишком нездорово. В таких обстоятельствах у родителя может возникнуть желание додать ребенку все недостающее «за себя и за того парня» и буквально обрушить на него шквал подарков, внимания, брокколи — всего, чего ему не достает.

Когда родители превращаются в «доброго» и «злого» полицейских, атмосфера в доме становится нестабильной, ребенок может чувствовать себя неуверенно и начать вести себя хуже — просто потому, что родители ведут себя непоследовательно.

Например, один строго-настрого запрещает конфеты до ужина, а другой с хитрой улыбкой делится ими из-под полы. Лучший выход из этой ситуации — обсудить ваши родительские принципы заранее и сохранять общую позицию в ключевых вопросах. А также не стараться сохранять баланс единолично — это приведет к перекосу.

## Борьба за одобрение

Этот пункт пересекается с предыдущим — он про то, как некоторые родители всеми своими действиями стремятся получить одобрение от ребенка и доказательство того, что его любят больше, чем партнера. Это довольно инфантильное и опасное поведение, которое не приводит ни к чему хорошему.

Принимая решения, родители должны исходить из того, что будет лучше для ребенка и что больше подходит к системе ценностей, принятой в их семье, а не из того, что принесет ему больше очков в соревновании за любовь. Да, иногда дети любят одного родителя больше, а другого меньше (а маленькие дети еще и не стесняются об этом говорить напрямую), но это не значит, что вы что-то делаете не так. Это нормальный ход вещей, который не должен превращать отношения в семье в гонку за одобрением.

## Превращение ребенка в соучастника

Бывает так, что родители берут ребенка в соучастники, как бы объединяются с ним против другого родителя. Например, тратят слишком много денег в игровых автоматах, а потом убеждают «не говорить маме». Или предлагают наврать папе о том, кто испачкал маркером его любимую рубашку.

Если в семье принято обсуждать с ребенком поведение другого родителя, просить его хранить что-то в секрете и тайно одобрять то поведение, которое обычно не считается приемлемым, это приводит к возникновению нездоровой атмосферы. Мало того что вы своим примером показываете ребенку, что врать, осуждать за глаза, скрывать правду и притворяться — нормально, так вы еще и обесцениваете отношения ребенка с другим родителем, втягивая его в сомнительные манипуляции.

Решение здесь крайне простое — не делайте так, а вместо этого решайте семейные проблемы совместно (это, кстати, еще и отличный способ показать ребенку, что ему не стоит бояться обращаться к вам со своими проблемами и неудачами).

## Бурные споры о дисциплине

Если в семье возникают разногласия о тех или иных воспитательных моментах, то родителям стоит обсуждать их так, чтобы ребенок при этом не присутствовал и не участвовал в дискуссии. Неважно, что вы обсуждаете — приемлемую дисциплинарную меру за проступок или количество часов, которые можно провести перед телевизором, — делайте это за закрытыми дверями, а затем озвучивайте свое решение единым фронтом.

В процессе обсуждения вы можете не соглашаться друг с другом, спорить и даже ругаться — и это нормально до тех пор, пока ваш ребенок в это не вовлечен.

## А что делать-то?

Не всегда бывает просто избавиться от токсичных привычек в отношениях с партнером и ребенком. Не всегда простого разговора бывает достаточно — иногда для решения проблемы требуется обратиться к семейному психотерапевту, чтобы установить причины такого поведения и выработать здоровую модель взаимодействия.

Впрочем, даже если ваш партнер откажется посещать терапию, вы можете сходить на нее самостоятельно, чтобы найти индивидуальные способы скорректировать свое поведение и постараться снизить ущерб, который наносит ребенку нездоровая атмосфера в семье.