

Ситуации нарушения личных границ

Ситуация 1 Ребенка заставляют доедать до конца
Насильно кормить ребенка или заставлять его доедать — нарушение его физических границ. Этим мы сообщаем ему, что он должен верить не своим телесным ощущениям (голоду, сытости), а внешнему наблюдателю (маме, папе, бабушке), который почему-то знает про это лучше.

Нарушение физических границ — это все, что связано с телом и с телесными ощущениями.
Вот другие примеры вторжения в эти границы:
Ребенка насильно укладывают спать: запугиванием, угрозами, уговорами.

Ситуация 2 Ребенка насильно ведут на кружки
Каждый человек, даже если он еще ребенок, имеет право на свои увлечения и свой образ мыслей. Это тоже некое личное пространство, которое ограждается от других интеллектуальными границами.
Если родители после детского сада или школы тащат упирающегося обеими ногами ребенка на фортепиано, рисование или кружок по шахматам — они нарушают его личные границы.

Каждый человек, даже если он еще ребенок, имеет право на свои увлечения и свой образ мыслей.
Да, возможно, это развивает и открывает какие-то дороги в будущем, но вред может получиться больше, а силы окажутся потрачены зря.

Интеллектуальные границы нарушаются, если:
Ребенку запрещают высказывать свое мнение:
«Еще молоко на губах не обсохло, сиди да помалкивай».

Его высказывания высмеиваются и неоправданно критикуются: «Да что ты понимаешь».

Его заставляют читать книги, которые ему не интересны: «Я лучше знаю, что тебе нужно».

Ситуация 3 Ребенку запрещают плакать
Родители могут запрещать ребенку плакать, а также злиться, смеяться, грустить или выражать любые другие эмоции. В этом случае страдают эмоциональные границы.

Если ребенок подавил злость или сделал вид, что не обижен, это не значит, что он перестал злиться или обижаться. Просто эмоции загнаны в темный угол, из которого они рано или поздно вылезут в искаженной форме в виде непонятных капризов, хронического раздражения на родителей и даже болезней.

Задача родителей не подавлять эмоции, а научить выплескивать их безопасно для окружающих и для самого ребенка. *Мешают отстаиванию эмоциональных границ такие утверждения:*

«Мальчик не должен плакать».
«Девочка всегда должна быть доброй».
«Злиться — плохо».

Ситуация 4 У ребенка отнимают свободное время
Когда ребенок учится и помогает по хозяйству — это нормально.

Не нормально, когда обязанности занимают все его время. Или когда в его свободное время вмешиваются. Так происходит нарушение временных границ.

Ситуация 5 Ребенка стыдят, когда он не делится
«Фу, жадина», «дай ему машинку, ты же ей все равно не играешь» — эти фразы звучат на каждом шагу, а ведь это нарушение материальных границ.

Материальные границы — это отстаивание личной собственности, а у ребенка уже таковая имеется.
Он имеет право отказаться делиться своей игрушкой. И вправе подарить ее кому и когда захочет.
Если родители уважают эти границы, они не будут при этом стыдить, ругать и делать недовольное лицо.

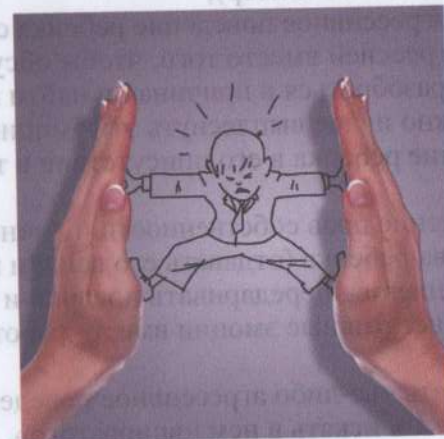
Он имеет право отказаться делиться своей игрушкой. И вправе подарить ее кому и когда захочет.

МДОУ «Детский сад № 14 «Золушка»
г. Балабаново

ПАМЯТКА № 7

Для родителей
из цикла «БЕЗОПАСНОСТЬ»

Личные границы



Родители, эта информация для вас!

Личные границы – это важно. Ребенок с пониманием личных границ с гораздо меньшей вероятностью пострадает от домогательств взрослых или сверстников, не станет домогаться других детей. Он не станет терпеть - «а, может, так и надо?» – когда кто-либо делает что-то неправильно. Для начала поговорим о том, как сами взрослые нарушают границы ребенка.

Как взрослые нарушают личные границы ребенка

(и приучают его терпеть):

- Пассивная агрессия в общении (сарказм, ирония, обидный «юмор», непонятный ребенку);
- Призывы терпеть то, что вызывает дискомфорт и неприятные ощущения в ситуациях, когда этого можно избежать;
- Насильственное кормление – заставлять доедать, или наоборот, - отговаривать вместо спокойного обсуждения;
- Объяснение чей-то агрессии симпатией (дергает за косички. потому что понравилась и т.п.);
- Навязывание стыда и чувства вины за чувства взрослого человека (бабушка обидится, если ты не будешь носить этот свитер);
- Ответ на агрессивное поведение ребенка собственной агрессией вместо того, чтобы обсудить ситуацию, разобраться в причинах и найти варианты, как можно иначе выплеснуть эти эмоции;
- Обсуждение ребенка в его присутствии в третьем лице;
- Несоблюдение прав собственности и личного пространства ребенка (отдавать его вещи и игрушки без разрешения, передаривать подарки и т.д.);
- Запрет на негативные эмоции вместо работы с ними;
- Оправдывать чье-либо агрессивное поведение в адрес ребенка и искать в нем «виноватого».

!!!

**Это не значит, что ребенку
позволяется все.
Это значит, что взрослый заметит
это,
придает этому значимость,
относится с уважением
и дает свою реакцию из позиции
союзника
(«мы на одной стороне и с этим
справимся»).**

Границы –

**это как можно поступать с человеком
и как нельзя!!!**

**Как научить ребенка защищать личные
границы**

Его тело – важно.

Если туфли жмут и трут – это не «потерпи, зато красиво», это повод принять меры. Ребенок должен чувствовать постоянно, что физический дискомфорт, особенно, бесцельный – это ненормально, и правильнее всего его избегать.

Его согласие – важно.

Наши педиатры, стоматологи и парикмахеры только привыкают к тому, что ребенку надо не только объяснять, что с ним будут делать, но и спрашивать разрешения дотронуться. Да, если ребенок скажет «нет», это неприятно здесь и сейчас. Но зато ребенок вырастет уверенным в своем праве разрешать или запрещать прикосновения к телу и манипуляции с ним.

Передумать можно!

Право пойти на попятный – важный элемент воспитания умения оставаться в безопасности и чувствовать свои личные границы. Хотел кашу и перехотел. Ребенок имеет право передумать. Ты имеешь право немного огорчиться по этому поводу (и рассказать, почему – про затраченные силы), но катастрофы все равно тут нет и быть не должно.

Чужое пространство – тоже важно.

Нельзя гладить чужих собачек и котиков без разрешения. И тебе не стоит предлагать просто пойти погладить котика, самой не спросив об этом разрешения у хозяина или хозяйки. Чужие границы помогают осознавать свои границы. И их осознание уменьшает шанс на то, что ребенок станет агрессором в будущем.

Говорите «нет» и останавливайте хамов.

Ребенок смотрит на вас. На то, как вы терпите (если терпите) неудобное, когда могли бы не терпеть, и как пропускаете чужое хамство. Они подражают вам. Решайтесь давать отпор. Спокойно, корректно, но твердо.