

Личные границы, как объяснить ребёнку?

Гордон Наталья Александровна
педагог-психолог
первая квалификационная категория

Маленькие дети не понимают концепцию личных границ. У некоторых детей возникают социальные проблемы только из-за того что они склонны нарушать личные границы других. Некоторые дети исследуют мир руками, других это



просто веселит, есть такие дети, которые таким образом пытаются выразить свою привязанность.

Можно предложить представить ребёнку, что вокруг него есть незримый шар, и он в нём находится. Этот шар и есть его личное пространство, и в него можно впускать только тех, кому ты доверяешь, и кому позволишь. У каждого человека есть своё личное пространство, и просто необходимо сохранять его, держать дистанцию. Если очень хочется подойти поближе или обнять другого, это прекрасно, но только если этот человек не против.

То же самое касается и личных вещей. Вспомните то ощущение, когда кто-то трогает и пользуется вашими вещами без спроса, вы чувствуете что ваши границы нарушаются. Объясните детям, что просто необходимо спросить разрешения у хозяина, прежде чем брать чужие вещи. Но напомните им, что даже после вежливого обращения к хозяину, он вправе отказать им в этом. Как говорится «Хозяин барин».

Но что же делать, если ребёнок нарушил чужие границы? Учите его извиняться, не споря и не оправдываясь. Затем отойти в сторону, давая другому пространство.

Самое главное помните: «Ребёнок учится тому, что видит у себя в доме», если вы знаете как извиняться и когда, даже перед своим детьми, то скорее всего они тоже будут знать, как это, когда возникнет необходимость.