

Родительский онлайн клуб «Психология в образовании»

**Границы:
что это такое
и зачем они нужны детям?**

**Педагог-психолог МАДОУ ЦРР № 167
Варламова Наталья Борисовна
Педагог-психолог МАДОУ д\с№ 134 г.Тюмени
Журавлёва Наталья Юрьевна**

Май 2022 г.

«В природе детей – двигаться вперед, пока они не наткнутся на какое-то препятствие. Некоторым детям достаточно просто знать, что препятствие существует, другим требуется несколько раз упереться в него со всего размаха, но границы необходимы всем.

Мир без границ – для маленького человека очень опасное и пугающее место».

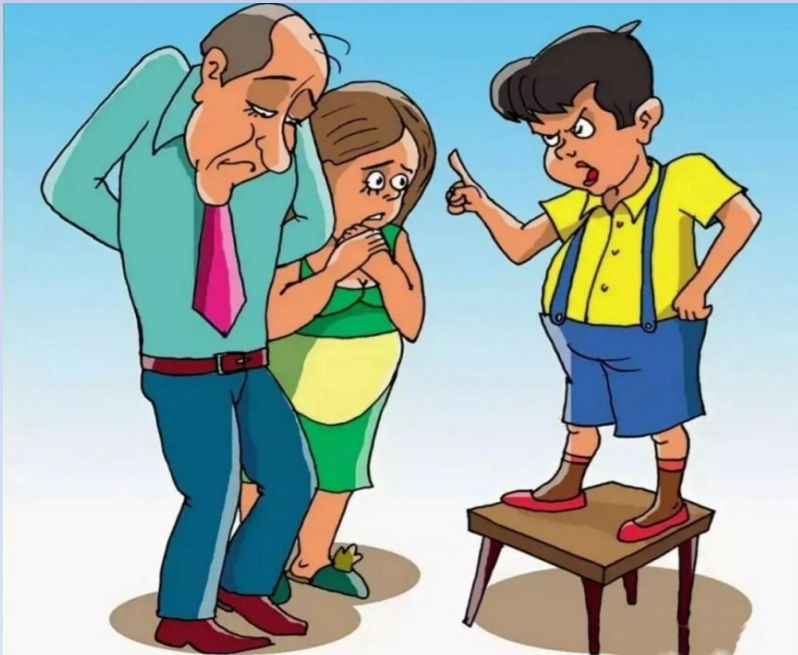
Найджел Латта

Ваш подход к воспитанию

Оцените свой подход к воспитанию: по шкале от 0 до 10, где 0 – абсолютная свобода ребёнка, а 10 – жесткие границы.



0



10



Что такое личные границы?

- Наши границы начинаются с нашего тела. Это первое, что мы чувствуем и осознаем, будучи еще детьми. Это то, что отделяет нас от окружающих.
- Это тонкая черта, проведенная в нашем понимании нас самих, как отдельных личностей; она не зрима, ее можно только ощутить.
- Это наше понимание, где наше, а где не наше.
- Это тонкая грань, отделяющая наше собственное «Я» от окружающих



Виды личных границ.

Психологические границы.

- Это внутреннее пространство и мироощущение, взгляды и переживания, ценности и принципы. Они показывают нам, где наши чувства, а где – чувства других людей.

- Представления о самом себе, чертах характера, внешности.

- Желания, цели и способы их достижения.

- Система ценностей, возможность делать самостоятельный выбор.

Понимание своих возможностей.

- Способы взаимодействия с окружающими.

- Осознание своего места в обществе.

- Правила и принципы построения отношений с социумом.

- Физические объекты, которые упоминаются с приставкой «мой».

Физические границы

условно можно разделить на зоны:

- **внешнее пространство** (расстояние от 4 м. до 7 м) публичная зона, на таком расстоянии нам комфортно находиться, выступая перед аудиторией;
- **социальная зона** (от 1.5 м. до 3.6 м.) предназначена для контактов с незнакомыми или малознакомыми людьми;
- в **личную зону** (от 50 см. до 1.5 м.) мы впускаем только знакомых, приятелей, коллег;
- в **интимную зону** мы допускаем своих близких, родных, любимых.



Другие виды личных границ

1. Предметные границы
2. Тактильные границы
3. Территориальные границы
4. Словесные границы
5. Временные границы
6. Интеллектуальные границы
7. Чужие границы

Типы личных границ

✓ Мягкие

✓ Жесткие

✓ Гибкие



Этапы формирования личных границ

В период младенчества (до 1 года) формируются физические границы.

В раннем возрасте (1-3 года) появляются пространственные границы.

К 6 годам ребенок учится ставить себя на место другого, может контролировать свое поведение. Формируются психологические границы.

В подростковом возрасте идет активное формирование ЛГ, и к 17-19 годам они полностью сформированы.

**Личные границы:
как правильно и доступно рассказать о них
ребенку**



Пять направлений, в которых нам потребуется действовать.

1. Дать представление о естественных последствиях поступков
2. Научить уважать границы других людей.
3. Обозначать границы в отношениях с близкими
4. Учить отстаивать собственные границы
5. Ограничивать и контролировать

1. Дать представление о естественных последствиях поступков

Если нарушение правил не создаёт ребёнку проблем, то это значит, что для него они просто не существуют.

При этом родителям нужно -
контролировать себя:

- следить за своими словами,
не оправдывать детей,
- не делать за них то, что они могут и должны
сделать сами.

2. Научить уважать границы других людей

У окружающих людей есть своя жизнь, свои интересы, представления о мире.

Нужно соблюдать правила вежливости:

- говорить «спасибо», «пожалуйста», «извините», «разрешите»; здороваться и прощаться;
- не брать без спросу чужие вещи;
- не говорить грубых слов;
- благодарить за подарки.

3. Обозначать границы в отношениях с близкими

Ребёнку нельзя распоряжаться временем мамы и папы по своему усмотрению.

Не следует грубить, влезать в разговоры старших, заглядывать в их сумки, входить без стука в спальню.

Детям нужны родители, которые умеют отстаивать свои границы и не позволяют другим вторгаться на свою территорию – этот навык они тоже перенимают от нас, окружающих.

4. Учить отстаивать собственные границы

Ребёнок должен понимать, где начинается территория его личности, границы которой он будет оберегать.

Иногда личные границы важнее дружбы. Важно уметь говорить «нет» взрослым людям.

Научить ребёнка, как отказывать, не объясняя причин и не вступая в диалог. Ведь это вопрос безопасности.

Защищая своё пространство, мы противостояим чужой воле. Этому нужно учить.

5. Ограничивать и контролировать

С 4-5 лет, дети, с высоким самоконтролем, не кричат в общественных местах, не хватают все, что попадётся под руку, не носятся в кафе, а становятся более эффективными.

Важно регулировать потребности ребёнка, устанавливать границы потребления, не потакавая его прихотям.

Ребёнок будет нас больше уважать, когда поймёт, что наше «нет» на самом деле означает «нет» и не зависит от нашего настроения.

Переходим от слов к делу!

Последовательность действий.

Первое и главное для маленьких детей – необходимо научить ребёнка понимать, где детские предметы, а где взрослые.

Второе – дать ребёнку общие основы безопасности. Повторяйте правила вслух. И дети запомнят их до такой степени, что ВАШИ правила станут ИХ правилами.

Третье – сформировать привычку спрашивать разрешение на всё, что не является детским.

Четвертое – необходимо выстраивать отношения между мамой и ребёнком так, чтобы возникло понимание мамы с полувзгляда и полуслова.

Если ребёнок «не понимает слов»...

Изменения в поведении требуют времени.

Правила – это не принуждение, а заведённый в семье порядок, когда у каждого есть свои права и есть обязанности.

Если родители контролируют себя, выстраивают и соблюдают границы в повседневной жизни, в отношениях с ребёнком и другими людьми, то и ребёнок будет придерживаться этих правил автоматически.

Умение выстраивать свои личностные границы, и бережное отношение к границам детей – делает отношения комфортными и приятными.

Притча «Правила выращивания идеальных гусей»



Где взять информацию, чтобы больше узнать о личных границах?

- Данилова Л. Книга, в которой прячется семейное счастье. О мудром воспитании без психолога. – М.: АСТ, 2019. – 256. – (# Секреты мудрых родителей).
- Кон А. Воспитание сердцем. Без правил и условий. – М.: Манн, Иванов, Фабер, 2019. – 319 с.
- Кулева Е. Научитесь говорить ребёнку «нет» и «нельзя». – СПб.: Питер, 2021. – 221 с. Ил. – (Серия «Родителям о детях»).
- Мелия М.И. Отстаньте от ребёнка! Простые правила для мудрых родителей. – Москва: Эксмо, 2019. – 208 с.
- Танит Кэри. О чём думает ребёнок? Детская психология для современных родителей. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019. – 256 с.
- http://www.mamochka.kz/article.php?article_id=3599 - Дети 21 века и новые методы воспитания
- Фильм на тему: «Дитя с Марса», 2007 год, США.