

Установление границ

Границы – «линия, ограничивающая пределы чьей-либо ответственности». Установление границ – это процесс, развернутый во времени.

Дети – это маленькие люди, которые еще не умеют контролировать себя и пытаются подчинить себе окружающих. Ребенку нужно знать, кто он, каковы его обязанности и что его обязанностями не является. Если ребенок знает, что мир требует, чтобы он отвечал за себя и за свои поступки, то научиться жить в соответствии с этими требованиями, и его жизнь сложится удачно.



Дети не рождаются с готовыми границами личного пространства. Они их усваивают благодаря общению и дисциплине.

Нужно помочь им осознать собственные границы:

- Кто они такие
- Представление о том, за что они отвечают
- Способность самим делать выбор
- Понимать последствия выбора (направо пойдешь...)
- Истинная любовь основывается на свободе



- *Какие проблемы возникают из-за отсутствия границ?*

*Какие проблемы возникают из-за отсутствия
границ?*

- Неспособность сказать «нет» агрессивным людям, положить конец их оскорблениям
- «Игрушка в чужих руках»
- Неумение сказать «нет» собственным негативным желаниям
- Склонность к вредным привычкам и зависимостям
- Неорганизованность, неумение довести начатое до конца

*Преимущества,
положительные стороны
границ для ребенка*

- Безопасность ребенка
- Самоорганизация
- Четкость
- Социализация
- Спокойствие, меньше тревоги

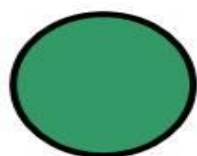
*Что мешает взрослому
устанавливать границы для
ребенка*

1. Нет собственных границ, неорганизованность
2. Не слышит ребенка
3. Нет единства требований в семье
4. Невозможность совмещения мужских и женских ролей

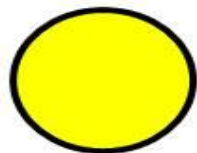
- **Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.**
- **Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много и они должны быть гибкими.**

Идея « Зоны поведения ребенка» (Ю.Б. Гиппенрейтер)

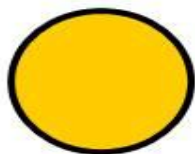
ПРИЁМ «ЦВЕТОВЫХ ЗОН» (Ю.Б. Гиппенрейтер):



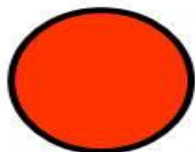
ЗЕЛЁНАЯ ЗОНА: всё, что ребёнок может делать по своему усмотрению и абсолютно свободно



ЖЁЛТАЯ ЗОНА: относительная свобода: ребёнок может принять решение сам, но в определённых пределах



ОРАНЖЕВАЯ ЗОНА: те действия ребёнка, которые не одобряются семьёй, но при особых обстоятельствах могут быть разрешены



КРАСНАЯ ЗОНА: всё, что категорически запрещено

- Зеленая – все, что разрешается делать ребенку по его собственному усмотрению или желанию (в какие игры играть, в какой кружок записаться, с кем дружить, в какое время учить уроки)

- Желтая – относительная свобода в действиях. Действовать по собственному выбору, но в пределах определенных границ (сесть за уроки, когда хочешь, но закончить работу к 8 часам вечера; гулять в своем дворе, но дальше не уходить). Здесь ребенок приучается к внутренней дисциплине. На первых порах необходимо помогать ребенку.
- *Пример:*
- - *Сейчас не время для печенья, оно перебьет тебе аппетит.*
- - *А я хочу!*
- - *Ты обязательно его съешь, но только в конце ужина. (Разрешение с условием)*
- - *Я не хочу ужинать!*
- - *То есть ты пока не голоден. Хорошо, у нас есть время подождать папу. Но если ты проголодаешься, я могу покормить тебя и раньше. (Показ возможного выбора). Ты будешь есть на ужин кашу или жареную картошку? (Показ возможного выбора).*
- - *Конечно, жареную картошку, когда папа придет!*

- Оранжевая – действия, которые не приветствуются, но в виду особых обстоятельств сейчас допускаются.
- *Пример: После долгого отсутствия папа приезжает в 10 вечера, ребенку разрешают не ложиться спать, дожидаться папу и даже завтра не пойти в садик.*
- Это должно быть **редко и оправданно**. Дети бывают очень благодарны родителям за готовность пойти им на встречу их особенной просьбе. Тогда они даже больше готовы соблюдать правила в обычных ситуациях.

- Красная – здесь находятся действия ребенка, неприемлемые ни при каких обстоятельствах. Это наше категорическое «нельзя!», из которых нами не делается исключений.
- *Примеры: Нельзя бить, щипать маму, играть с огнем, ломать вещи, обижать малышей и животных...*
- Список этот «взрослеет» вместе с ребенком и подводит его к серьезным моральным нормам и социальным запретам.

- **Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.**
- *Пример: Часто досаждают чрезмерная активность детей: почему им надо так много бегать?*
- **Ответ: это и многое другое – проявление естественных и очень важных для развития ребенка потребностей в движении, познании, упражнении. (Выготский). Запрещать подобные действия – все равно, что пытаться перегородить полноводную реку, лучше позаботиться о том, чтобы направить ее течение в удобное и безопасное русло.**

- **Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.**
- **Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно – разъяснительным, чем повелительным.**