

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №24»

Консультация для родителей
«5 признаков того, что вы нарушаете границы своего
ребёнка»

Подготовила:
Т.И. Гавриленко
Педагог-психолог

Для чего это знать?

Личные границы - это моя безопасность, как личности, то, что отделяет меня от остальных личностей, с их желаниями, эмоциями, потребностями. Это всё их, а у меня своё. Мои границы всё это очерчивают, чтобы я себя не потерял в толпе.

Если мои личные границы кто-то нарушает, нарушается моя безопасность, первое время я постоянно злюсь, потом редко злюсь, потом привыкаю, затем живу не своей жизнью, в итоге каждодневное чувство неудовлетворенности просто съедает изнутри.

Признаки:

1. Тактильный контакт без желания

Если ребёнок не хочет обниматься, целоваться, важно принять его отказ, без голосовых сопровождений: «Ой, посмотрите на него, недотрога, или что вы что вы, подойдешь ещё ко мне». Тут, важно объяснить своему внутреннему ребёнку, что, когда, кто-то тебе отказывает, это не значит, что так будет всегда, просто сегодня у этого человека нет настроения, как и у тебя его иногда может не быть и у тебя тоже есть право отказать в ласке, объятьях и т.д.

2. Обесценивание эмоций, ощущений

«Мам, мне жарко!» - «Да, перестань. Вон все вокруг съёжились, а тебе вдруг жарко!»

«Мам, я не хочу кушать!» - «Мало ли, что ты не хочешь»,

«Мам, мне страшно!» - «Да, перестань, тут нечего бояться»,

«Мам, я бы избил его!» - «Что ещё за такие разговоры! Так нельзя»

Ребёнок плачет - «Прекрати реветь»

Ребёнок злится - «Успокоился! Я сказала»

«Я - последняя буква в алфавите».

3. Обесценивание выбора

Отметьте свои реакции в тот момент, когда ваш ребёнок делает выбор, а вам этот выбор не нравится. Какая ваша реакция? Сразу, моментально: «Что ты такое надел, купил, сделал?». А главное, с каким тоном вы это ему говорите? В этот момент, представьте **своего друга** на месте вашего ребёнка. Изменился бы формат вашей реакции.

4. Обесценивание мнения

Как в вашей семье относятся к рассуждениям младших. Интересуетесь ли вы мнением ребёнка? Как часто? Как объясняете ему, что не всегда его мнение вы можете учитывать при принятии решения? Как реагируете на его желание поделиться с вами своими философствованиями? Есть ли в вашей семье градация, мнение ребёнка по поводу чего, вы всё же можете учитывать?

5. Вход в комнату без стука (без разрешения)

Казалось бы такая мелочь, но, когда наш ребёнок входит к вам в комнату без стука в самые неподходящие моменты, с какой силой мы чувствуем тот факт, что мелочей не бывает.

Это пост на осознание, на отслеживание того, что хотелось бы в будущем скорректировать.