



Государственное автономное учреждение
Саратовской области
«Марковский реабилитационный центр
для детей и подростков с ограниченными
возможностями»

«Правила и границы в жизни детей»

Педагог – психолог Р.В. Дайсанова
26.01.2023г.

«Хорошие границы – залог хорошего соседства»

Что такое границы личности?

- Это то, что отделяет нас от окружающих.
- Это тонкая черта проведена в нашем понимании и ощущении нас самих, как отдельных личностей. Она незрима, ее нельзя пощупать, можно только ощутить.
- По сути граница – это наше понимание, где наше, а где не наше.

Внутренние семейные границы



Внутренние границы - это границы внутри семьи для каждого члена. В норме они способствуют структурированию психологического пространства семьи.

Размытые границы внутри – ребенку не дают простаивать свое пространство.

В норме границы должны быть взаимопроницаемыми. Когда нужно, они открываются.

Если внешние границы жесткие, внутренние, как правило, размытые и наоборот.

Особенности внутренних границ определяют количество и качество семейных **коалиции** – объединений, существующих между членами семьи.

Внешние семейные границы



Внешние границы - насколько семья отделена от общества. В норме внешние границы способствуют формированию идентичности семьи.

Жесткие границы на внешнем уровне — внешние влияния не допускаются в семью, правила не изменены.

Страх перед внешним миром.

При жестких границах размыты внутренние границы, требования диктуются родителями детям.

Размытые внешние границы предполагают, что семья становится проходным двором. Например, семья алкоголиков.

Что чувствует тот, чьи границы нарушены

- о замешательство, страх, гнев, фрустрацию, пытаться избежать дальнейшего общения.
- о Если же границы слабые в личность вторгаются довольно регулярно, такой человек испытывает довольно сильный стресс, он не может адекватно защититься от атак.
- о люди со слабыми границами ощущают себя глупыми, неудачниками которые сами себе все портят и во всем сами виноваты.
- о Иногда у людей со слабыми границами развивается апатическая депрессия. Личность чувствует себя практически парализованной постоянными вторжениями и не может их остановить.
- о Чем слабее у человека границы, тем чаще он нападает на границы других. Не по злобе, а по тому, что он не осознает, что выходит из зоны своей компетенции.

**ПОПЫТКА
РЕБЕНКА
НАРУШИТЬ
ГРАНИЦЫ**

**ОДНОЗНАЧНОЕ ПОНИМАНИЕ
РЕБЕНКА**

(ребенок получает послание:
*«Мама и папа мне уступили,
следовательно, мои родители
слабые и ненадежные»*)

**РОДИТЕЛИ
УСТУПАЮТ**



**У РЕБЕНКА СНИЖАЕТСЯ
ЧУВСТВО ЗАЩИЩЕННОСТИ**

**ПОПЫТКА
РЕБЕНКА
НАРУШИТЬ
ГРАНИЦЫ**

**ЗЛОСТЬ, ПРОТЕСТ, БУНТ
РЕБЕНКА**

(ребенок получает послание: «У
меня сильные и надежные
родители»)

**РОДИТЕЛИ
«ПОБЕЖДАЮТ»**



**ЧУВСТВО ЗАЩИЩЕННОСТИ,
БЕЗОПАСНОСТИ РЕБЕНКА
ПОВЫШАЕТСЯ**

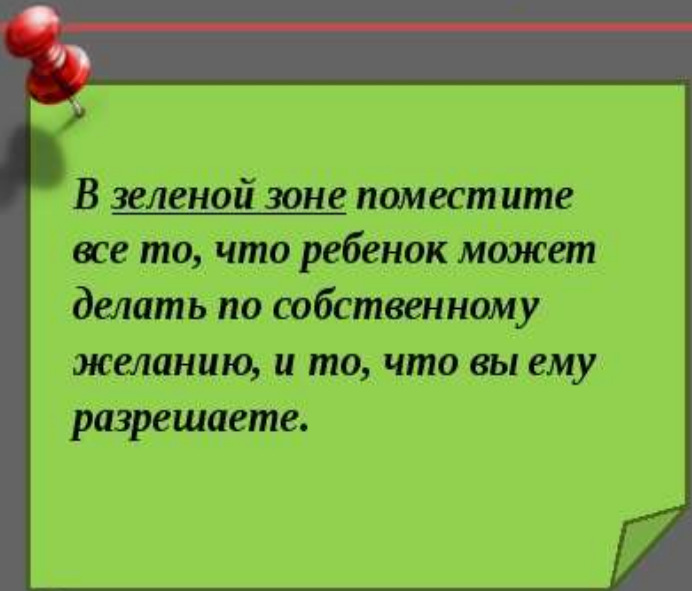
Здоровые границы гибкие.

- Человек легко определяет, на каком уровне ему удобно и приятно общаться и хочет ли он этого общения. Он может сблизиться с людьми, а потом отдалиться, если почувствует, что в отношениях что-то не так и при необходимости это ОЗВУЧИТЬ.

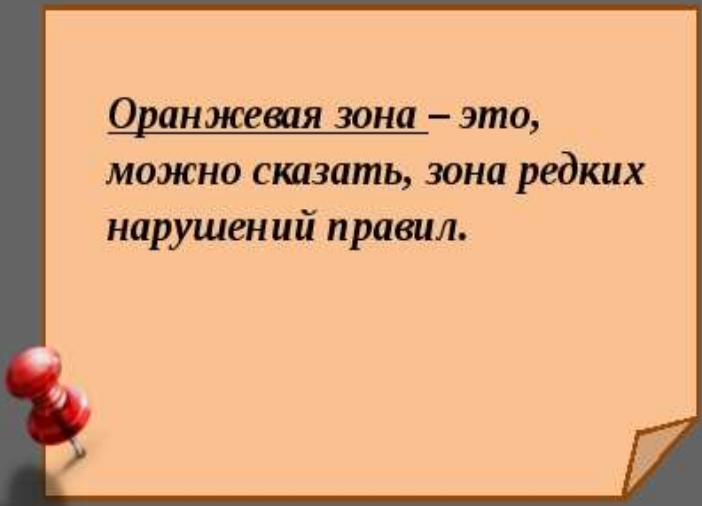
Как устанавливать границы в поведении ребёнка



«Цветовые зоны»



В зеленой зоне поместите все то, что ребенок может делать по собственному желанию, и то, что вы ему разрешаете.



Оранжевая зона – это, можно сказать, зона редких нарушений правил.



В желтую зону отнесите те действия ребенка, в которых ему предоставлена относительная свобода.



Красная зона должна содержать в себе все те действия ребенка, которые не приемлемы ни при каких обстоятельствах.

Рекомендуемая литература:

Генри Клауд, Джон Таунсенд

Дети: границы, границы...

Людмила Петрановская

Если с ребенком трудно