

6 ПРОСТЫХ СПОСОБОВ НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ТОМУ, КАК ВАЖНЫ ЕГО ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ

Личные границы – это важно. Ребёнок с пониманием личных границ с гораздо меньшей вероятностью пострадает от домогательств взрослых или сверстников, не станет домогаться других детей. Он не станет терпеть – “а может, так и надо?” – когда медсестра или кто-либо ещё делает что-то неправильно и потому очень болезненно.

Ребёнок с чувством личных границ вырастет в женщину, которая... нет, вряд ли избежит домогательств, пока наше общество не изменится. Но не решит перетерпеть вторжение в её тело только потому, что отказывать неудобно или вообще непонятно, как, если ситуация такая, что ты вроде как (по мнению общества) обязана “дать”. Отстоит свои права в роддоме, если с ней обращаются неподобающе. И, конечно, не полезет распорядиться телом других женщин.

Мы – поколение, которого учили с пелёнок, что его границы неважны. Его мнение, чувства, видение ситуации не имеют никакого значения. Может быть, когда мы подрастём... и то не факт. Губительная установка и порочная практика, которую пора прервать. Пусть наши дети будут людьми с детства. И пусть они будут хоть немного больше в безопасности.

1. Его тело – важно

Если туфли жмут и трут – это не “потерпи, зато красиво”. Это повод принять меры или хотя бы пожалеть, что эти меры прямо сейчас приняты быть не могут и придётся героически претерпевать дискомфорт. Если ребёнок говорит на сладкую дыню, отлично получившиеся опята или сладковатую брокколи, что они – горькие или “жгутся”, не надо прикрикивать, чтобы не выдумывал, и убеждать, что всё не так. Надо прислушаться и проверить ребёнка на аллергию или, как минимум, просто не кормить тем, что вызывает такую неприязнь.

Ребёнок должен чувствовать постоянно, что физический дискомфорт, особенно бесцельный – это ненормально, и правильнее всего его избегать.

2. Его согласие – важно

Наши педиатры, стоматологи и парикмахеры только привыкают к тому, что ребёнку надо не только объяснить, что с ним будут делать, но и спрашивать разрешения дотронуться. “Я загляну тебе в рот, можно?”, “Я сейчас подниму тебе майку, чтобы послушать, как ты дышишь, вот этой штукой, можно?”, “Разреши мне тебя для начала причесать?”

Стоит их об этом просить отдельно и заранее.

Да, если ребёнок скажет “нет”, это неприятно здесь и сейчас. Но в большинстве случаев несмертельно. Зато девочка вырастет уверенной в своём праве разрешать или запрещать прикосновения к телу и манипуляции с ним.

3. Его мнение – важно

Даже если не повлияет на конечное решение по какому-то вопросу, оно – существует и должно быть признано существующим. “Мы едем к бабушке в гости” – “Дурацкая идея, дурацкая поездка!” – “Жаль, что ты так считаешь, но ты имеешь право на это мнение. И всё же мы поедem, решение было принято и сейчас пересмотрено быть не может”. Да, примерно так.

Ещё лучше, если ты время от времени будешь интересоваться основанием мнения ребёнка. Может быть, у него просто плохое настроение и он против любых планов, просто назло. А может быть, у бабушки его что-то или, особенно важно, кто-то пугает, например, неподобающе себя ведёт (тайно проявляет обычную или сексуальную агрессию). Не хочется думать гадостей про дядю или дедушку ребёнка, но упустить мимо внимания важные звоночки – ещё хуже.

Неплохо бы также спрашивать по поводу прочитанного или просмотренного не пересказ и не анализ, а мнение. Хотя бы время от времени.

4. Передумать можно!

Нам запрещали, и это понятно. Нет ничего приятного в том, чтобы уже всё подготовить к совместному просмотру диафильма на веранде и самой настроиться и услышать вдруг, что это больше никому не нужно. Разве что ты теперь куклам все диафильмы прочитаешь, рассадив их по стульчикам.

Но понимать, что “да” ты имеешь право в любой момент сменить на “нет” – важно. Право пойти на попятный – важный элемент воспитания умения оставаться в безопасности и чувствовать свои личные границы.

Хотел кашу и перехотел. Ребёнок имеет право передумать. Ты имеешь право немного огорчиться по этому поводу (и рассказать, почему – про затраченные силы, их ты тоже не из воздуха берёшь), но катастрофы всё равно тут нет и быть не должно. Просто мелкая житейская неприятность, право.

5. Чужое пространство – тоже важно

Нельзя гладить чужих собачек и котиков без разрешения. И тебе не стоит предлагать просто пойти погладить котика, самой не спросив об этом разрешения у хозяина или хозяйки. Не надо поощрять физический контакт с другим ребёнком просто ради “дружелюбия” – невежливо набрасываться на малознакомого или вовсе незнакомого сверстника не только с щипками, но и с объятьями ли, с поцелуями ли или с троганием волос. Не надо теребить посторонних взрослых и заглядывать им в глаза.

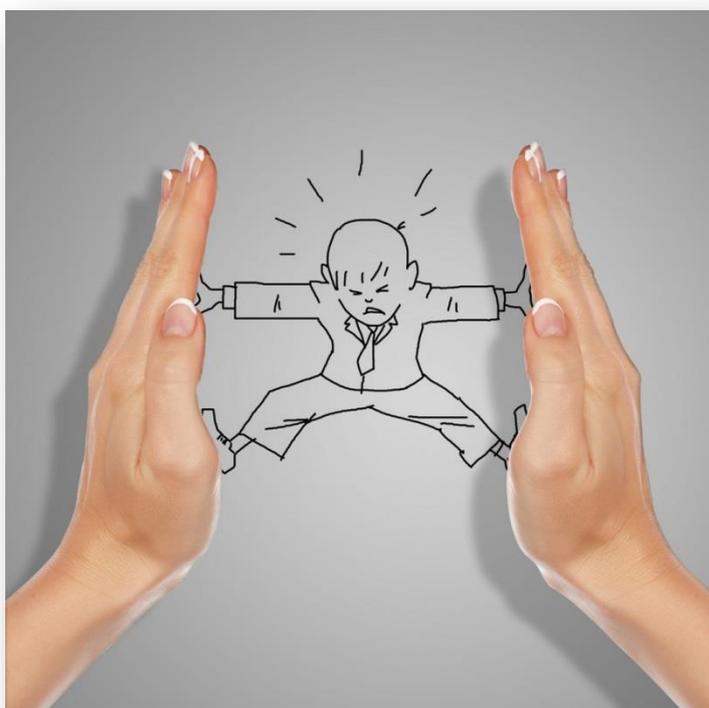
Чужие границы помогают осознавать свои границы. Ну, и их осознание уменьшает шанс на то, что твой ребёнок станет агрессором в будущем.

6. Говори “нет” и останавливай хамов

Твоя дочь смотрит на тебя. Она смотрит, как ты терпишь (если ты терпишь) неудобное, когда могла бы не терпеть, и как сглатываешь чужое хамство. Твоя дочь подражает тебе, даже когда не хочет, потому что такова суть связи между матерью и дочерью.

Тебе (вероятно) трудно быть такой, какой бы ты хотела видеть её. Твои мать и бабушки (скорее всего) не давали тебе тех же посылов, того же старта, который ты стараешься дать своей дочери. Ты не привыкла к подвигам ради себя. Хорошо, но как насчёт подвига ради себя, если он ради твоего ребёнка?

Раз за разом будет трудно, будет вообще никак не получаться. И раз за разом будет получаться. Если только ты начнёшь. Если решишься.



Лилит Мазикина

Интернет источник:
<https://vk.com/ranneerazvitie>