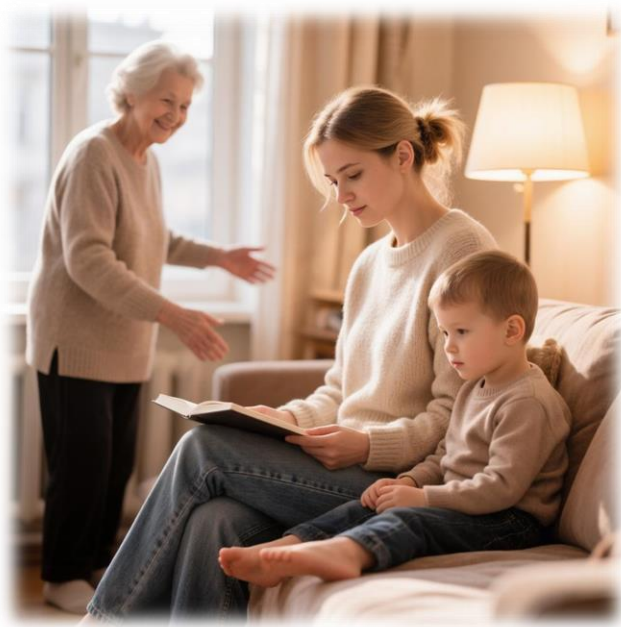


Консультация на тему: «Не заставляйте обнимать и целовать»

«Бабушка приехала в гости, а внук прячется за мою спину. Я говорю ему: "Ну иди, поцелуй бабушку, чего ты стесняешься?", но он только крепче сжимает мои ноги».

Эта фраза кажется нам абсолютно безобидной традицией проявления любви. Но давайте посмотрим на нее глазами ребенка. Заставляя его идти на телесный контакт против воли, мы учим игнорировать собственное чувство дискомфорта ради спокойствия взрослого. Мы транслируем опасное правило: *«Твои границы не важны, если старший родственник хочет тебя потрогать»*. В долгосрочной перспективе это может привести к тому, что ребенок будет с трудом говорить «нет» в других ситуациях.



Почему важно отказаться от принуждения?

1. **Право собственности на свое тело.** Тело ребенка принадлежит только ему. Когда взрослый заставляет прикасаться к кому-то через силу, эта идея размывается. Ребенок начинает думать, что желания старших важнее его собственных физических ощущений.
2. **Уважение к чувствам.** Смущение перед незнакомцем или нежелание обниматься после долгого дня в саду — это нормальная реакция нервной системы. Игнорируя ее фразой «не выдумывай», мы обесцениваем эмоции ребенка.
3. **Профилактика опасных ситуаций.** Дети, которых научили терпеть некомфортные прикосновения из вежливости, более уязвимы. Они привыкают

подчиняться взрослым просто потому, что те взрослые. Умение сказать твердое «Нет!» любому человеку — ключевой навык личной безопасности.

4. **Снижение социального давления.** Отказываясь от ритуала принудительных ласк, мы снимаем с ребенка груз необходимости постоянно «быть милым» наперекор себе, избавляя его от лишнего стресса при встрече гостей.
5. **Формирование здоровых отношений.** Навязанная ласка учит лицемерию. Ребенку полезнее понять, что настоящая близость строится на взаимном желании, а не на выполнении приказа.

Что можно сделать иначе? Практические советы

Главная задача родителя в этот момент — стать буфером между ребенком и ожиданиями родственников. Ваша поддержка даст малышу уверенность.

- **Станьте голосом ребенка.** Если бабушка тянется обнять внука, а тот жмется к вам, скажите мягко, но уверенно: *«Спасибо, сейчас он немного стесняется. Давайте дадим ему время освоиться»*. Не извиняйтесь за поведение ребенка.
- **Предложите выбор.** Вместо ультиматума предложите альтернативу. Это сохранит уважение гостя, но оставит ребенку контроль над ситуацией:
 - «Ты можешь помахать рукой или послать воздушный поцелуй».
 - «Мы можем поздороваться словами: "Привет, бабуля!"»
 - «Хочешь дать пять?»
 - «Вы можете просто посидеть рядом на диване».
 - «Можешь показать бабушке свой новый рисунок вместо объятия».
- **Готовьте заранее.** Перед приходом гостей проговорите правила дома: *«Сегодня придет тетя Оля. Она захочет тебя обнять. Помни, что ты всегда можешь предложить ей помахать рукой, если сегодня не хочешь тесного контакта»*.
- **Объясняйте ситуацию родственникам.** Поговорите с бабушками и дедушками заранее. Объясните им эту концепцию не как каприз вашего сына или дочери, а как современный подход к воспитанию здоровой личности.

Можно использовать такую фразу: *«Мы учим Мишу слушать себя. Он обязательно подойдет сам, когда почувствует готовность»*.

- **Будьте примером.** Показывайте пример уважения к границам самих взрослых. Прежде чем обнять друга при ребенке, спросите: *«Можно я тебя обниму?»*. Так малыш видит правильную модель поведения.
- **Не торопите.** Иногда ребенку нужно 10–15 минут, чтобы привыкнуть к новой обстановке или человеку. Дайте ему это время.

Многие боятся, что так ребенок вырастет грубым эгоистом. Но вежливость — это про слова и действия, а не про физический контакт. Научить ребенка посмотреть в глаза, четко сказать: *«Здравствуйте, очень рад вас видеть»* и улыбнуться — это гораздо более высокий уровень воспитанности, чем механическое чмокание в щеку по указке. Искренняя улыбка ценнее фальшивого поцелуя.

Когда взрослые уважают физические границы ребёнка, он учится двум важнейшим вещам:

1. **Уважать чужие границы.** Он понимает, что нельзя подойти и повиснуть на шее у плачущего сверстника или сонной мамы просто потому, что хочется тактильности.
2. **Чувствовать себя в безопасности.** Он знает, что дом — это место, где его «не хочу» слышат и принимают. Именно из этого чувства защищенности рождается доверие к родителям, которое в подростковом возрасте станет вашим главным капиталом.

Составитель: Воспитатель МАДОУ ЦРР Терентьева Полина Александровна

Источник: Детский психолог о праве ребенка на телесные границы [Электронный ресурс] // Интернет-портал «Нет, этический нейротипичный». — URL: <https://n-e-n.ru/donttouch/> (дата обращения: 08.09.2026).