

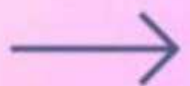
# Как объяснить ребёнку чужие границы



# Чужие границы: как объяснить их ребёнку

- «Почему я не могу взять чужую игрушку без разрешения, если я хочу?»
- «А почему нельзя лезть к другим детям с объятиями?»

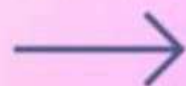
Разговоры о границах — важный этап взросления. И начинать их стоит с раннего возраста.



# Начни с простого: у каждого есть право на своё “нет”

Поясни ребёнку, что у каждого человека есть невидимая «территория» — его тело, вещи и чувства.

- ◆ «Если кто-то говорит “не трогай” — это важно уважать».
- ◆ Пример: «Как тебе, если кто-то берёт твою игрушку без спроса?»
- ◆ Можно поиграть в игру: «Разреши — не разреши», чтобы потренировать навыки.

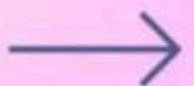


# Слушай и замечай сигналы других

Дети не всегда замечают, что другой ребёнок чувствует себя неловко или устал.

- ◆ Учим замечать: «Посмотри, ему стало грустно, когда ты его толкнул».
- ◆ Помогаем озвучивать: «Кажется, он не хочет играть сейчас».

Границы — это не только слова, но и мимика, жесты, поведение.



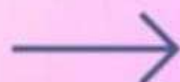
# “Нет” — это не грубо. Это важно объяснить

Иногда дети думают, что отказ — это грубость и повод для обиды.

Объясни:

- ◆ «Когда кто-то говорит “нет” — это не значит, что он тебя не любит».
- ◆ «Это значит, что сейчас ему важно позаботиться о себе».

Умение сказать «нет» и принять чужое «нет» — основа здоровых отношений.  
В любом возрасте.



# Границы взрослых тоже существуют

Важно, чтобы ребёнок знал:

- ◆ Учителя нельзя перебивать, когда он говорит.

- ◆ К незнакомым людям не лезем с расспросами и прикосновениями, не просим у них их вещи.

- ◆ У родителей тоже есть личное пространство.

📌 Границы — это не запреты, а договорённости, где все чувствуют себя в безопасности.

