



Воспитание и формирование границ начинается с младенчества, когда мы не позволяем себе обращаться с ребёнком как с предметом. Мы не позволяем подойти к малышу, который чем-то занят, схватить его молча сзади и понести, куда нам надо. Мы обязательно подойдём так, чтобы он нас увидел, глядя в глаза, сообщим, что пора пойти купаться. И только после этого возьмём на руки.

Взрослые формируют границы ребёнка, когда не заставляют их обнимать, если он не хочет. Бывает, что родители или бабушки обижаются после его отказа: «Ну что ж ты меня не любишь, что ли?» Это эмоциональный шантаж, с помощью которого мы переходим границы малыша — даём понять, что их нет, что его чувства не важны. Что он должен уступать и отступать перед теми, кто этого от него потребует.

Спрашивая ребёнка, можно ли его обнять, мы уже начинаем уважать его тело.

Так для ребёнка становится нормой, что моё тело — это моё тело. И поэтому любые похлопывания, которые будут переходить границу, будут вызывать реакцию: он даст ответ или придёт к вам за советом.

Обходитесь бережно с телесными границами детей. Защищайте их границы от страждущих дедушек и бабушек, которые хотят потискать внуков. Объясняйте ребёнку, что у него есть право говорить «нет»:

— Ты имеешь право сказать «нет» тому, кто хочет до тебя дотронуться.

Мы даём понять ребёнку, что он здесь хозяин своего тела — никто не может сделать ничего против его воли. При таком воспитании для подростков чёткие границы становятся нормой.

У детей к трём годам завершается половая идентификация — мальчик и девочка

осознают себя как мальчика и девочку.

Чуть позже появляется стыдливость.

С этого момента хорошо бы ввести новые правила: отец не ходит перед дочерью голым, мать не переодевается при сыне. Папа купает сына, мама — дочку. И во время мытья девочки папа не входит в ванную — это про телесные границы и зоны интимности.

Мы не ходим с плакатами и не объясняем часами, мы делами демонстрируем уважение к приватности. По этим поведенческим сигналам ребёнок чувствует, что нужна приватность и интимность.