

БЕЗГРАНИЧНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ
ФЛОРТАЙМ В УСЛОВИЯХ ОГРАНИЧЕНИЙ

Здоровые границы

То, с чего следует начать

Завадская Надежда

педагог, коуч DIR/Floortime





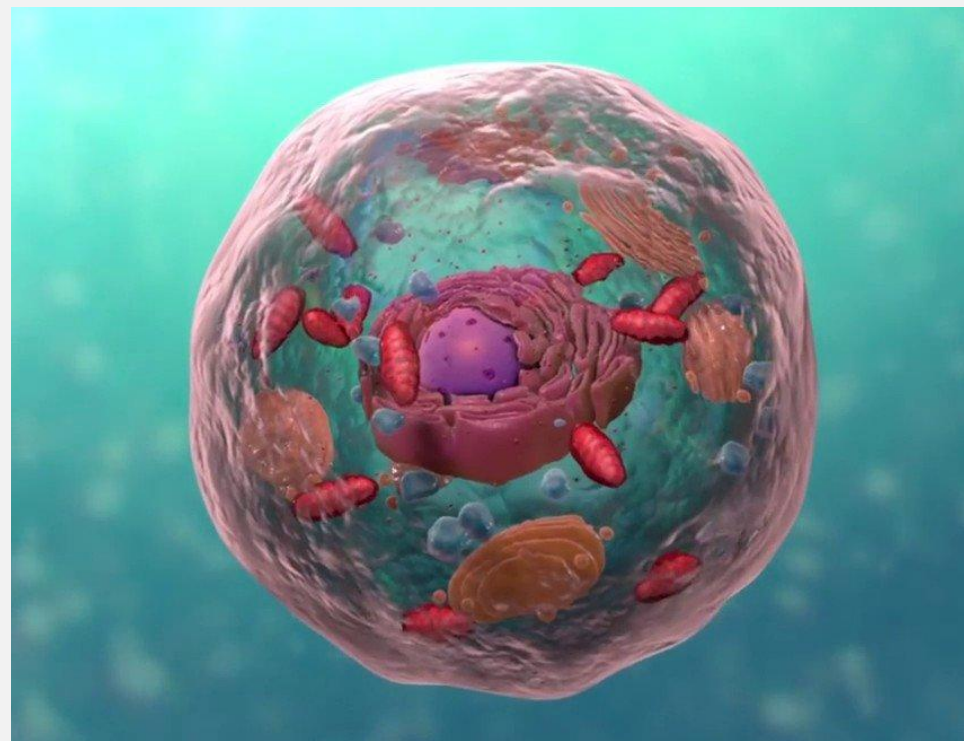
Границы на уровне клетки

На клеточном уровне наше тело определяет что для нас несёт вред, а что нет, так как у каждой клетки имеются свои стенки, границы и функции.

Стенки тонкие – идет ослабление, атака бактерий, она теряет контроль.

Стенки толстые и крепкие – клетка оберегает себя от токсичных воздействий.

 [as_dirfloortime_russia](https://vk.com/as_dirfloortime_russia)





Роль границ

В Древней Греции каждый земледелец обозначал границу своего участка, устанавливая на ней фигуры божества границ.

Они защищали людей от тех, кто мог посягнуть на их собственность и вынудить к агрессии и конфликту.

Идея границ – это идея, защищающая нас от излишней агрессии и минимизации конфликтов, защита территории и психики.





Личные границы

Границы личности - это осознанное отделение «Я» от мира внешнего, определение пределов физического пространства вокруг тела, осознание своих и чужих интересов, желаний и ценностей. Это то, что можно назвать своим.

Например: моя комната, мои вещи, мое время, мои качества, мои убеждения.

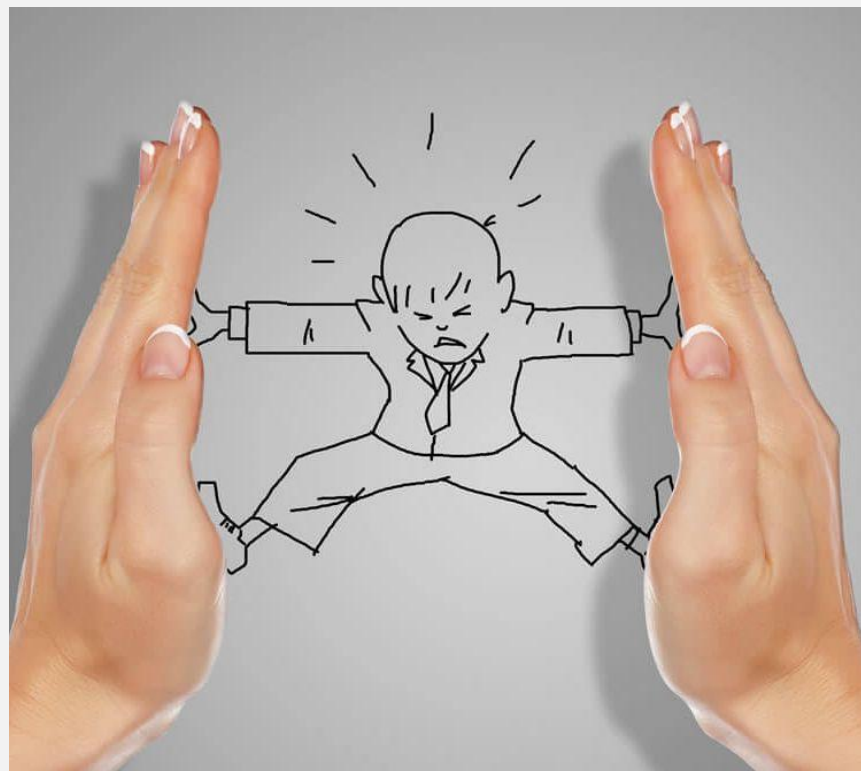


Зачем нам личные границы ?

1. ЧТО защищают?
2. ОТ КОГО/ЧЕГО защищают?

Границы защищают то, что нам субъективно дорого.

От того, кто для нас представляет опасность.





Виды границ

Физические

- тело, пространство
- с рождения

Психологические

- человек и мир
- третий год жизни

Ролевые

- роли и правила
- пятый год

Социальные

- мир сверстников
- 7 – 14 лет

Интимно - личностные

- жизненное и профессиональное самоопределение
- от 15 лет и старше



Физические границы – тело

Формируются с рождения

- Младенец очень крепко привязан к родителям. Между ними существует абсолютное доверие и полная зависимость.
- Родители являются для него продолжением собственного тела: лицо, волосы, колени, материнская грудь – все это он считает продолжением себя, может хватать, тянуть, пользоваться совершенно свободно, не спрашивая разрешения, не обращая внимания на желания и эмоции, на то, нравится или не нравится это родителям, больно им или нет, удобно или неприятно.

В этом возрасте границы минимальны



Физические границы - пространство

Формируются с года

- Ребенок проявляет исследовательский интерес на изучение комнаты/квартиры.
- Желает расширить пространство, которое воспринимает собственным, родители структурировать.

Возникает кризис физических границ

Во время этого кризиса члены семьи на практике учат ребенка, договариваться - делить общее пространство дома и спрашивать разрешения на вторжение в их личное (личные вещи, предметы, определенные места в доме, предметы быта).



Психологические границы

Формируются с 3 - х лет

- Ребенок осознает, что родители могут чувствовать по-другому, чем он: он хочет играть с мамой, а мама хочет приготовить ужин.
- Активность ребенка направлена на распространение своего влияния, своих интересов, своих чувств на весь окружающий мир.

Первый межличностный конфликт – «столкновение интересов»

- Отстаивание интересов при помощи манипуляций (хочу игрушку в магазине).
- Изучение переговоров, сотрудничества с близкими людьми, с менее значимыми – нахождение компромисса.



Границы ролей и правил

Формируются с 5 – ти лет

- Ребенок осознает, что люди отличны от него, взаимодействуют по определенным правилам и играют определенные роли, в зависимости от тех задач и функций.
- Родитель может быть совершенно разным: дома один, на работе другой. И вести себя с ним нужно по-разному, несмотря на то, что это все тот же любимый родитель.
- Ребенок осознает значимость правил, которые необходимо исполнять и нести ответственность за их несоблюдение.



Новый возраст – новые границы

- С рождения до года границы минимальны.
- От года до трех ребенок способен научиться понимать слово «нет» и осознавать последствия своего непослушания. Для этого периода характерны неконтролируемое поведение, приступы раздражения, хулиганские выходки и т. п.
- От трех до пяти ребенок осознает, почему нужно быть ответственным и что такое последствия. Как относиться к друзьям, уважать старших, не допускать неуважительного отношения к себе, выполнять необходимые домашние дела. Устанавливаются последствия неправильного поведения: смотреть мультфильм, не купить новую игрушку.



Формирование первых границ

Первые границы зарождаются с **организации пространства**.

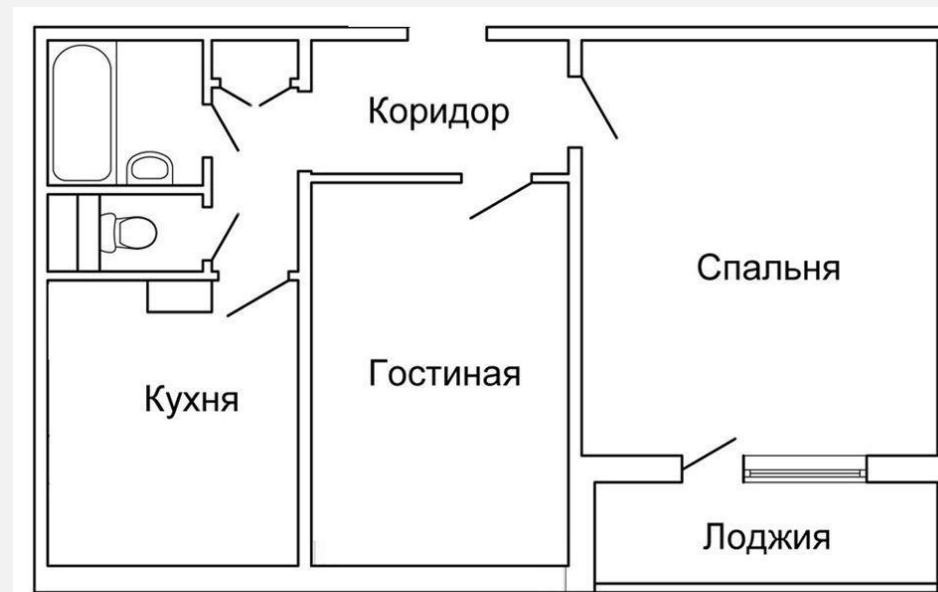
Если оно построено правильно, есть режим, порядок и правила, то ребенку легче:

- развивать свои личностные границы
- отстаивать себя
- твердо осознавать то, чего ты хочешь или нет
- осознавать то, что тебе нравится, а что нет
- учиться нести ответственность за свои желания и поступки



Организация пространства

Основная задача родителей - обеспечить безопасную, **богатую** и способствующую новым открытиям среду, которая отвечает естественным интересам ребёнка, формируя самосознание и зарождение здоровых границ.





Предметно - развивающая среда

Предметно-развивающая среда должна быть максимально однородной по базовым сенсорным признакам, таким как цвет.



 as_dirfloortime_russia



Обедненная среда



Сокращение количества отвлекающих предметов увеличивает шанс создания познавательного интереса ребенка. Любая лишняя игрушка, любой предмет, даже картина на стене в детской комнате несет отвлекающий шумовой характер.



 [as_dirfloortime_russia](#)



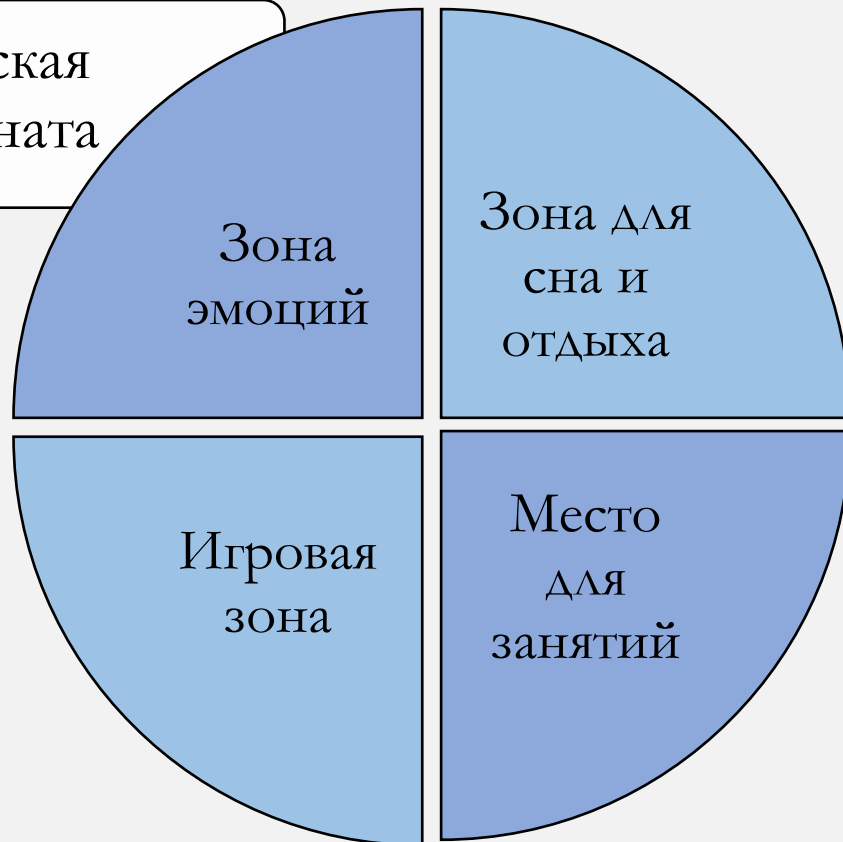
Игрушки

	
Ограниченное количество 5 – 7 игрушек	Гаджеты
Приближены к реальным	Электронные игрушки
Предметы – заместители	Конкретные, детализированные игрушки
Базовый набор: мячик, пирамидка, конструктор, матрешка, куклы	Роботы, трансформеры, фиксики
Скучные игрушки (интерес через родителя)	Многофункциональные

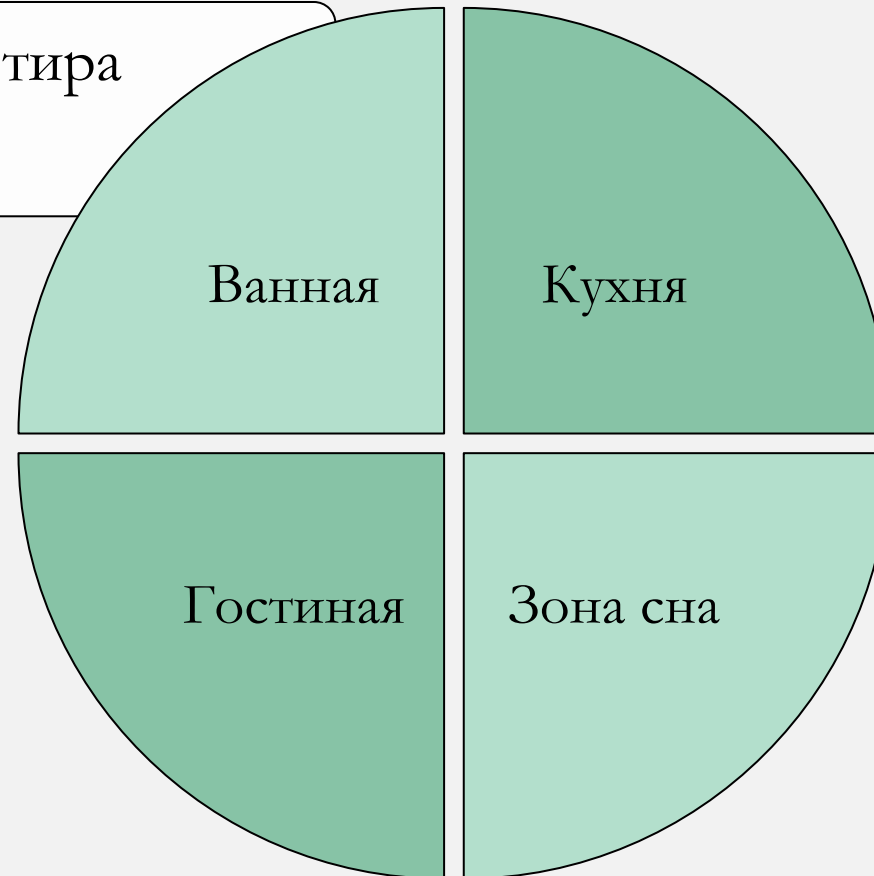
Зонирование среды



- Детская комната



- Квартира





Первые проявления отсутствия границ пространства

Родительская кровать

- Совместный сон с ребенком приводит к эмоциональному и психологическому истощению

Ванная комната

- Открытые двери, вход без стука
- Совместное купание

Кухня

- Играть на кухне
- Выполнять домашние задания

 [as_dirfloortime_russia](https://vk.com/as_dirfloortime_russia)





Три шага управления личными границами

Определение ценностей

Совокупность
умозаключений,
убеждений, мнений,
прошлого опыта и
социального обучения

Утверждение границ

Социально приемлемые,
четкие, твердые,
защитные, гибкие,
восприимчивые

Почитание и защита

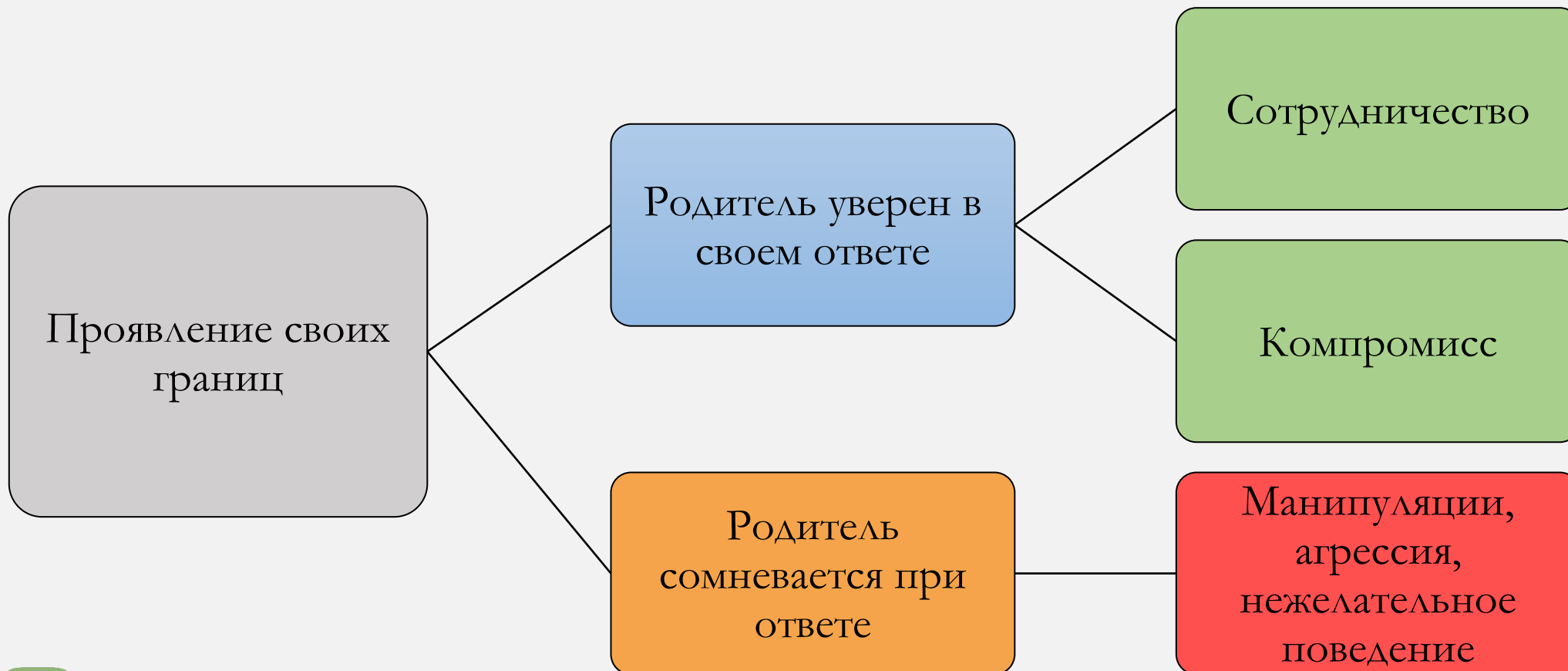
Принятие решения в
соответствии с
личностными
ценностями, когда стоит
выбор или столкновение
взглядов с другими
ЛЮДЬМИ

Запомните: невозможно воспитать в других то, чего нет в нас самих.

Иначе нам не удастся возвести границы с ребенком.



Защита границ





Здоровые границы

- Границ и правил не должно быть много
- Простые и доступные в понимании правила
- Границы не статичны
- Правила безопасности стабильны для всех членов семьи
- Нет эмоциональным последствиям, последствия осязаемы и неотвратимы
- Родитель с ребенком не равны
- Свобода и ответственность, соответствующая возрасту ребенка



Завадская Надежда

- педагог Центра нейропсихологии «Родина»
 - коуч DIR/Floortime
- член комитета по науке Ассоциации специалистов ДИР Флортайм



 [as_dirfloortime_russia](https://vk.com/as_dirfloortime_russia)