

## НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ ПОМОГУТ РЕБЕНКУ УСТАНОВИТЬ ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ

### ПОЧЕМУ ВАЖНО УМЕТЬ РАЗДЕВАТЬСЯ

Умеет ли ваш ребенок сам снимать носочки, колготки, шортики или юбочку, сандалики? Ребенок, который уже научился, сможет беспрепятственно пользоваться горшком. Малыш без этих навыков будет ждать, когда кто-то из взрослых его разденет и посадит, а в группе 20 детей. Проверьте одежду. Даже если ребенок умеет снимать ее, но она тугая и неудобная – он может не справиться, будет мучиться с пуговками, тугими резинками и может не успеть, написать в штанишки. Так у ребенка может возникнуть негативная реакция на горшок в детском саду.



### ПОЧЕМУ ВАЖНО УМЕТЬ ВЫТИРАТЬ ПОПУ

Умеет ли ваш ребенок пользоваться горшком? А самостоятельно вытирать попу салфеткой? Ему будет комфортнее, если не чужая тетя будет вытирать его попу, а он сделает это сам. Обращали ли вы внимание, как дети вытирают лицо после непрошеного поцелуя или не дают себя обнять? Они не идут на руки к посторонним людям, иногда даже к бабушкам и дедушкам. Это нормально, так дети демонстрируют границы собственного тела. Эти границы сейчас еще формируются: «ко мне прикасаются только самые близкие, мама и папа», «это мое тело», «у меня есть интимные части тела, которые я никому не показываю».

### ЧЕМ ОПАСНО НАРУШЕНИЕ ЛИЧНЫХ ГРАНИЦ РЕБЕНКА

Поверьте, испачканные трусики – это не конец света по сравнению с действиями взрослых против желания ребенка. Навык самостоятельно вытирать попу – важный этап сексуального воспитания, личные границы ребенка должны сформироваться без нарушений. Во взрослом возрасте люди с нарушенными границами не могут отказать, даже если согласие не вписывается в их внутренние нормы. Они теряются перед хамом или агрессором. Это группа риска для физического, психологического и сексуального насилия.

### ЗАДАНИЕ ДЛЯ СЕМЬИ

Ответьте себе на вопросы: «Умеет ли мой ребенок надевать и снимать носочки, колготки, трусики, шортики?», «Сможет ли мой ребенок вытереть попу салфеткой?» Если да – отлично! Если нет – у вас еще есть время для ежедневных тренировок. Удачи!