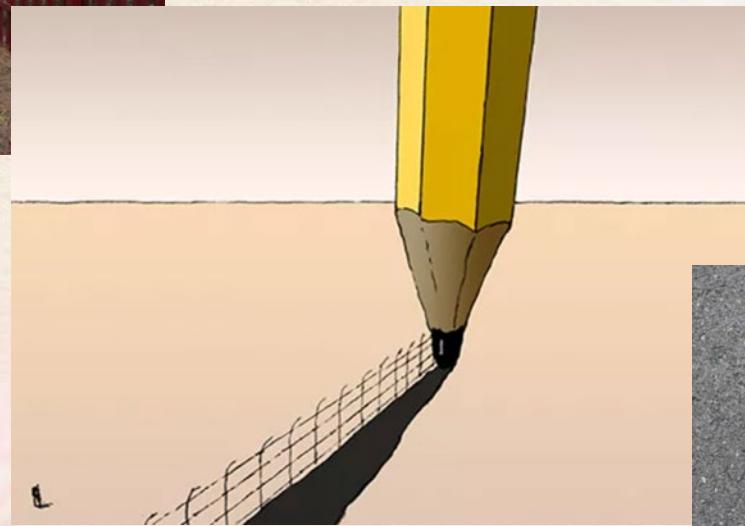


# **«Личные границы как фактор эмоционального и физического благополучия будущих школьников»**

**Педагог-психолог  
Рудик Татьяна Геннадьевна**





@rydikpsy

**«В психологическом смысле границы — это понимание собственного «Я» как отдельной личности. Где мы, а где не мы, что мы можем выбрать, а что не можем, что мы в состоянии вынести, а что нет, что мы чувствуем и чего не чувствуем, что нам нравится и что нам не нравится, чего мы хотим и чего не хотим». (Г. Клауд).**



@rydikpsy



**Контроль психологических границ**( Это способность удерживать психологические границы  
закрытьми)

**Регуляция психологических границ**(как ребенок «соседствует» с чужим мнением,  
границами, физическим пространством)

**Активность психических границ**(способность выходить за пределы собственных границ

**Осознанность и «чувствование» психологических границ**(понимание наличия границ,

**Способы защиты границ «Я»**(реакции на нарушение правил, на поведение в проблемных  
ситуациях



Применяемые методики для диагностики  
психологических границ:

сказка «Три медведя»(чтение, обсуждение,  
инсценировка)

«Мой дом»

«Приглашение в гости»

«Пирог»

# Круги общения



Автор теста:  
@dr.trinalove

1

@dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove  
@dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove  
@dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove @dr.trinalove

Автор теста:  
@dr.trinalove

4

Автор теста:  
@dr.trinalove

5

Автор  
@dr.trinalove

3

Автор теста:  
@dr.trinalove

6

## Литература

«Дети границы, границы» Клауд Генри, Таунсенд Джон

Силина О.В.»Границы «Я» как маркер становления субъектности в детском возрасте

Дж. Сандерс "Что такое личные границы.  
Учим ребенка говорить нет"

Наталья Ремиш «Просто о важном. Учимся понимать себя и других»  
Наталия Кедрова «Азбука эмоций»

Ссылка на ролик



Не знаю нужна ли ссылка на канал. Размещение цвет смотри сама