

ГРАНИЦИ

Границите на тялото очертават и разграничават личността, отделяйки я от заобикалящата среда. Те формират ясна линия между личното и неличното, осигурявайки на човека фундаментално усещане за устойчивост и съществуване, при което тялото се преживява като неразделна част от личната същност.

В този смисъл телесните граници се възприемат като бариера, която защитава човека от външния свят. Тези граници варират по своята яснота и стабилност. Добре оформените телесни граници позволяват на индивидите да бъдат внимателни към своите телесни усещания, да се отнасят чувствително към тях и да ги интерпретират по смислен начин.

Обратно, при хора със затруднено възприемане на телесните граници може да се наблюдават проблеми в разпознаването и разбирането на телесните сигнали. Това може да се прояви или като апатия към тялото, или като свръхчувствителност, която води до усещане за заплахата. Нарушените граници често отразяват отчуждение от тялото и могат да бъдат свързани със самообективизация – преживяване на тялото като обект, а не като част от субективното „Аз“.

