

Как обниматься



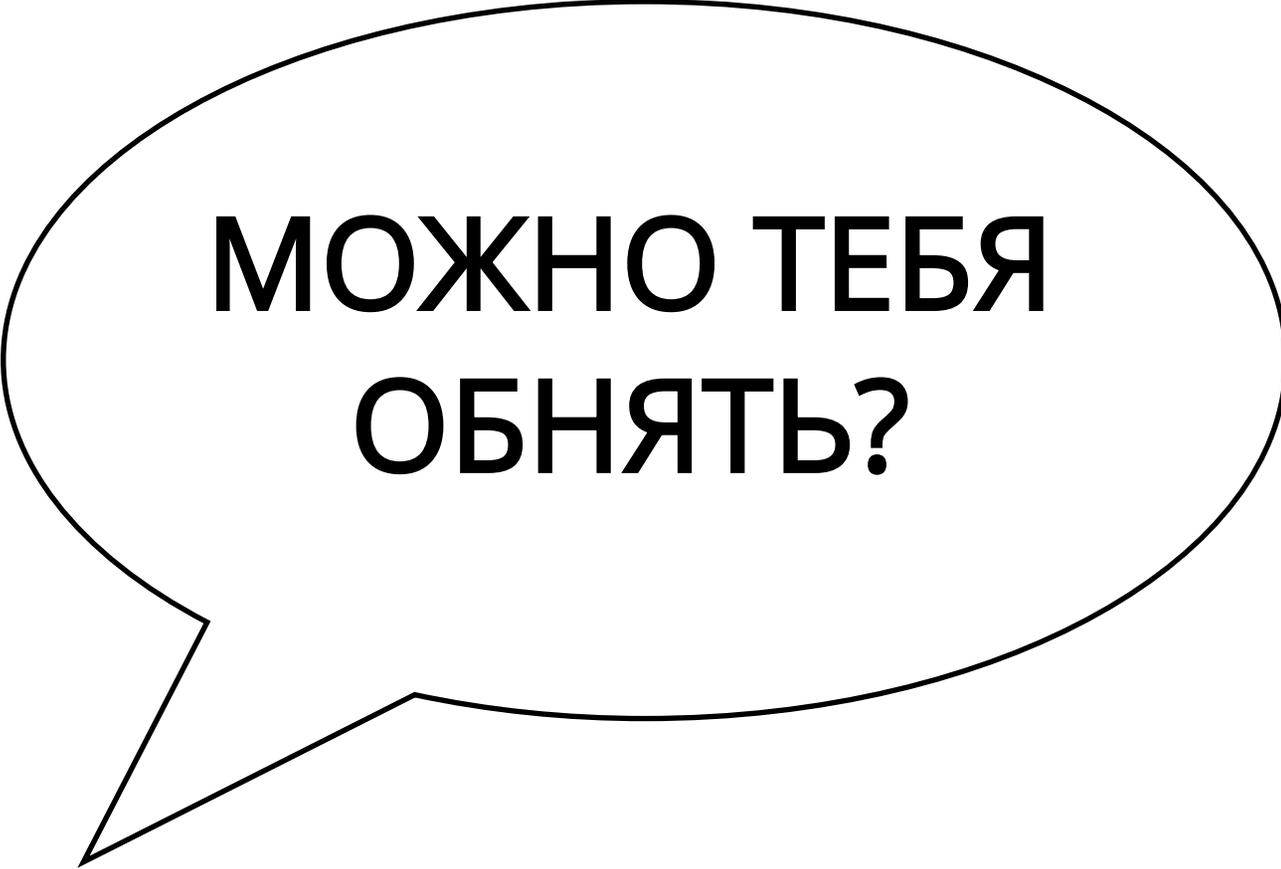
Социальная история



Люди, которые знают друг друга, иногда любят обниматься. Иногда мне нравится обнимать и других людей.



Я должен обнимать только тех, кого знаю.



**МОЖНО ТЕБЯ
ОБНЯТЬ?**

Если я хочу кого-то обнять, то сначала я должен спросить: «Можно я тебя обниму?» Важно сначала попросить согласия или разрешения, чтобы убедиться, что человек хочет, чтобы его обняли.



Если человек говорит «да», то это означает, что я могу обнять его. Если человек говорит «нет» и не хочет обниматься, ничего страшного. Может быть, он захочет обниматься в следующий раз.



Чтобы кого-то обнять, я должен обхватить человека за талию, руки или плечи. Если человек выше меня, то он может встать на колени, чтобы мне было легче его обнять.



Когда я обнимаю кого-то, важно не забывать, что это нужно делать нежно. Если я сожму человека слишком сильно, я могу причинить ему боль, и ему будет неприятно.



Есть несколько способов понять, что объятия пора заканчивать. Человек может начать медленно отстраняться от меня, нежно похлопать меня по спине или сказать: «Спасибо». Я также могу сделать любую из этих трёх вещей, когда кто-то обнимает меня, чтобы дать понять, что хочу закончить обниматься.

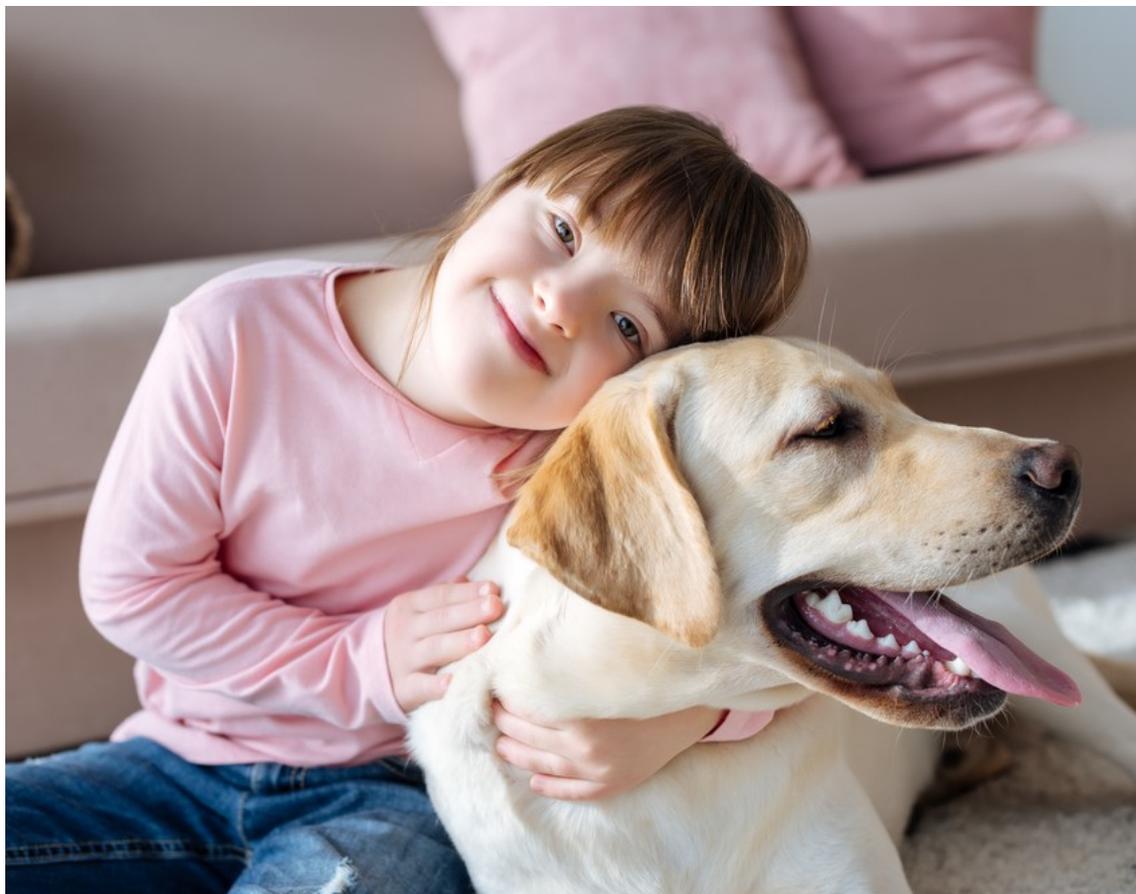


**МОЖЕШЬ МЕНЯ
ОБНЯТЬ?**

Когда мне самому нужно, чтобы меня обняли, я могу попросить кого-нибудь обнять меня. Я могу попросить друга или члена семьи обнять меня, сказав: «Обними меня, пожалуйста» или «Можешь меня обнять?»



Можно обнимать не только людей. Я также могу обнять мягкую игрушку или подушку, когда мне этого хочется.



Я также могу обнять домашнее животное, такое как собака или кошка. Мне нужно помнить, что нужно быть нежным с животными. Если я обниму слишком крепко, то животное может укусить или поцарапать меня, и я могу пораниться.



Объятия могут помочь мне почувствовать себя лучше. Я тоже могу заставить людей чувствовать себя лучше своими объятиями! Приятно иметь возможность дарить и получать объятия.