

**Министерство образования Ярославской области**

**Государственное казенное учреждение Ярославской области  
«Агентство по обеспечению функционирования системы  
образования Ярославской области»**

**Е.Ю.Мишурова**

**БЫТЬ СЕМЬЕЙ: ЗАБОТА ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬИ  
О ПРИЕМНОМ РЕБЕНКЕ**



**Ярославль, 2023**

**Государственное казенное учреждение Ярославской области  
«Агентство по обеспечению функционирования  
системы образования Ярославской области»**

**Е.Ю. Мишурова**

**Быть семьей: забота замещающей семьи о  
приемном ребенке**

**Ярославль, 2023**

**УДК 376.64**  
**ББК 74.90**  
**М71**

**Мишурова Е.Ю.**

**Быть семьей: забота замещающей семьи о приемном ребенке. –**  
**Ярославль, ООО «Вершина», 2023.- 82 с.**

Цель издания – формирование у приемных родителей представлений об особенностях развития и воспитания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, рассмотрение проблем, представляющих наибольшие трудности и вызывающих волнение за настоящее и будущее.

Автор – психолог, много лет посвятивший деятельности по сопровождению приемных родителей и специалистов. В содержание включены конкретные рекомендации, описаны установки, умения и навыки, владение которыми способствует благополучию детей, воспитывающихся в замещающих семьях. Адресовано замещающим родителям и специалистам служб сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних лиц.

## Введение

«Путь в тысячу миль начинается с идеи отправиться в дорогу!»  
Роберт Кийосаки

Исследователи определяют семью, как социальную группу, в состав которой могут входить, а могут не входить взрослые обоих полов, могут входить, а могут не входить дети; взрослые в составе семьи могут состоять, а могут не состоять в браке, могут проживать вместе или по отдельности. Важным становится не официальное определение отношений, а то, чтобы быть вместе, и чтобы всем при этом было хорошо. Перемены, связанные со сменой семьи, впоследствии могут случиться с человеком неоднократно (вступление в брак, вступление в повторный брак, жизнеустройство ребенка в новой семье матери или отца после развода родителей и т.д.), причем, состав семьи может частично сохраняться, а может кардинально меняться.

Одной из ключевых характеристик человеческого существования является забота. Заботу можно определить как создание и актуализацию определенной деятельности, направленной на изменение в лучшую сторону жизни другого человека или самого себя.

Поскольку забота – это комплекс действий по отношению к какому-либо объекту, нацеленных на его благополучие, можно с уверенностью отметить, что забота родителей о ребенке является неперенным условием его физического, эмоционального, интеллектуального развития.

Практика заботы строится на основе определенного отношения к объекту заботы, как требующему помощи, предполагающей выполнение определенных видов деятельности, совершения действий и поступков, воспринимаемых как правильные. Обращение к ребенку как к объекту активного внимания вызывает необходимость обретения внешних и внутренних ресурсов для обеспечения жизненно важной конкретной помощи. Ответственный родитель всегда осуществляет выбор в пользу действий, соответствующих его долгу воспитания детей.

Замещающая (приемная) семья - это семья, которая принимает на воспитание одного или нескольких детей, лишенных родительского попечения, и не имеет к ним родственного отношения. С момента создания семьи начинается объединение приемного ребенка и ядерной семьи в новое целостное образование, становление особого типа семейной системы, включающей в свою структуру нового члена семьи и осуществляющей специальные функциональные обязанности.

Успешных приемных родителей отличает ясность взгляда на существующие и возможные проблемы воспитания детей, определенность собственной позиции по отношению к родительству, понимание, что включение детей в семью позволяет реализовать значимые смыслы жизни взрослых, сделавших выбор в пользу создания приемной семьи. Эффективность воспитания связана со стремлением обеспечить благополучие ребенка через выявление, понимание, учет его потребностей на основе отношений заботы, поддержки, принятия, симпатии.

Государственная политика РФ в сфере семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, предполагает развитие института замещающего родительства. Актуальной является необходимость теоретического осмысления процессов жизнедеятельности замещающей семьи и создание системы ее психологического сопровождения.

Приемная семья является формой замещения кровной семьи. Вероятно, замены настоящей семьи в полной мере не происходит; вместе с тем, является общепринятым, что семейное устройство предпочтительнее пребывания ребенка в государственном учреждении.

В отличие от ребенка, воспитывающегося в благополучной кровной семье, приемный ребенок зачастую переживает более травматичный личный опыт в связи с условиями асоциальной кровной семьи или детского дома. Неблагоприятный для развития личный опыт влечет последствия в виде интеллектуальных, эмоциональных, поведенческих проблем. Идентичность приемного ребенка формируется в условиях прохождения атипичного для большинства детей жизненного пути, связанного со сменой семейного окружения. При отсутствии кровной связи у приемного ребенка могут быть сложности формирования привязанности к приемным родителям.

Многие приемные родители сталкиваются с глубокими и серьезными детскими проблемами, связанными с нелегким предыдущим жизненным опытом приемных детей, устроенных в семьи. Приемные родители нуждаются в получении информации от специалистов, в рекомендациях и объяснении причин поведения ребенка. Распространенной ситуацией является появление проблем в семье по достижении ребенком подросткового возраста.

Практика консультирования приемных семей показывает, что для части приемных родителей приемное родительство явилось способом нивелирования «экзистенциальных страхов», иногда наблюдается замещение неудовлетворительных значимых отношений отношениями с приемным ребенком. Распространенной является мистификация образа ребенка и собственной «спасительной миссии», «смещение» родительских ролей: материнских и отцовских (даже при наличии супруга), родительских и прародительских в рамках одной семьи. В ряде случаев возникают осложнения активизации усилий по воспитанию ребенка в связи с ощущением их бесполезности.

Цели и задачи оказания помощи каждой приемной семье уникальны, как уникальна и жизненная ситуация семьи. Проблематика замещающей семьи имеет разнообразную феноменологию, по тем или иным субъективным и объективным причинам возможны определенные трудности.

Сложность проблематики замещающей семьи обуславливает необходимость серьезного изучения психологических и социальных аспектов жизнедеятельности замещающей семьи, выработки практических рекомендаций, направленных на оптимизацию проблемных состояний.

Содержание сборника включает рассмотрение наиболее значимых для замещающей семьи тем, а также вопросов, вызывающих наибольшие затруднения и типичных для запроса на оказание профессиональной помощи и поддержки.

Здесь представлены сведения об особенностях развития детей, лишившихся родителей, причинах их «трудного» поведения, оптимальных стратегиях воспитательного воздействия, рекомендациях относительно подготовки к приему ребенка в семью и обеспечения адаптации семьи к проживанию в новых условиях, а также другая информация, полезная, на наш взгляд, для обеспечения благополучия приемного ребенка и семьи в целом.

Знакомство с материалами сборника позволит замещающим родителям и специалистам сопровождения повысить компетенции в вопросах обеспечения благополучия приемных детей, определиться в выборе способов оказания помощи в решении возникающих проблем.

Проявлением заботы о ребенке является посильная помощь ему в разных сферах жизни, а также предъявление необходимых требований. Эффективная забота должна быть своевременной и соразмерной необходимости. Она вносит изменения в жизнь только при осуществлении реальных действий, которые свидетельствуют о значимости объекта попечения. От заботливого отношения приемного родителя к приемным детям во многом зависит их жизнедеятельность в настоящем и перспективы будущего.

## **Психологические особенности детей, оставшихся без попечения родителей**

На воспитание в приемную семью передается ребенок (дети), оставшиеся без попечения родителей: дети-сироты; дети, родители которых неизвестны; дети, родители которых лишены родительских прав, ограничены в родительских правах, признаны в судебном порядке недееспособными, безвестно отсутствующими, осуждены; дети, родители которых по состоянию здоровья не могут лично осуществлять их воспитание и содержание.

Значение семьи в жизни каждого ребенка огромно. Вплоть до подросткового возраста семья - главный источник эмоциональной поддержки и защиты ребенка. Дети - «социальные сироты» оказываются в ситуации чрезмерно раннего отделения от семьи. Утрата семьи - это событие, которое имеет огромное значение в жизни ребенка. Дети, как и взрослые, чувствуют боль утраты близких отношений, но у них гораздо меньше возможностей защищаться, часто - только один: стараться не думать о том, что с ними случилось. Задача взрослых, принимающих участие в судьбе ребенка, - смягчить и восполнить утрату. Волею обстоятельств приемные родители становятся для него самыми близкими людьми, в той или иной степени заменяя родителей.

Внешние условия могут либо содействовать психическому и личностному развитию ребенка, либо депривировать возможности его полноценного психического и личностного роста. В первые годы жизни именно общение со взрослым служит источником развития мышления и речи ребенка. Отсутствие развивающей среды, плохая забота о физическом здоровье и недостаточность общения со взрослыми приводит к отставанию в интеллектуальном развитии у детей из неблагополучных семей.

Есть опыт, подтверждающий, что даже очень тяжелые переживания и лишения в младенчестве не обязательно повлияют на развитие личности. Если более поздние жизненные впечатления будут действительно хорошими, плохой эффект ранних лишений или плохого присмотра за ребенком исчезает.

Позитивные изменения в поведении ребенка происходят постепенно, и вопрос времени – очень серьезный. Достаточно помнить, сколько времени ребенок «учился жизни» в кровной семье, чтобы не ждать от него быстрых результатов. Принятие личности ребенка, укрепление привязанности, терпеливое поощрение развивающихся положительных черт, поддержка и предоставление успешных моделей поведения постепенно приводят к тому, что новый опыт усваивается и начинает приносить плоды.

Большинство детей, чье доверие ко взрослым подорвано не окончательно, ждут новую семью как средство исцеления от одиночества и покинутости, с надеждой на то, что в их жизни все еще будет хорошо.

Как показывают исследования, общее физическое и психическое развитие детей, лишенных постоянного контакта с родителями, значительно отличается от развития их сверстников, растущих в семьях. У них, как правило, замедлен темп психического развития, ниже уровень интеллекта, беднее эмоциональная сфера,

воображение, позднее и хуже формируются навыки саморегуляции и правильного поведения. Результаты исследований психического развития детей, воспитывающихся без родительского попечения, свидетельствуют о дисгармоничности их интеллектуальной сферы, неразвитости произвольных форм поведения и механизмов опосредования, повышенной конфликтности, агрессивности, склонности к формированию зависимого поведения. У воспитанников детских домов отмечаются особенности внутренней позиции: слабая ориентированность на будущее, ограниченность эмоциональных проявлений, упрощенное содержание я-концепции, пристрастность в отношении к взрослым, сверстникам и предметному миру, импульсивность поведения, ситуативность мышления и поведения. Возникая в раннем возрасте, особенности личности ребенка, не исчезают, а приобретают новое качество и усугубляются в дальнейшем.

Эти негативные явления возникают в результате сенсорной, эмоциональной, психической депривации, которая характерна для детей, воспитывающихся вне семьи. Депривация – это состояние ребенка, возникающее в жизненных ситуациях лишения возможностей удовлетворения основных потребностей в достаточной мере и в течение длительного времени. К депривации приводят отсутствие привязанности ребенка к родителям, недостаток ухода и эмоциональной, теплой атмосферы благополучной семьи. Психическая депривация приводит к нарушениям психического развития, препятствует успешной социализации, интеграции в общество.

Дети, оставшиеся без попечения родителей, дети из неблагополучных, асоциальных семей, дети, нуждающиеся в социально-экономической и социально-психологической помощи и поддержке, относятся к детям группы риска. Риск означает возможность, большую вероятность чего-либо как негативного, нежелательного, что может либо произойти, либо не произойти. При этом речь фактически идет о двух сторонах риска. С одной стороны, это риск для общества, создаваемый детьми, поведение которых представляет потенциальную опасность для окружающих. С другой стороны, эти дети сами подвергаются в обществе различным рискам: потери жизни, здоровья, нормальных условий для полноценного развития. Дети группы риска находятся под воздействием некоторых нежелательных факторов, которые могут сработать или не сработать. Факторами риска для этих детей являются социальные обстоятельства их жизни. Отсутствие нормальных условий для развития детей, которые формально имеют семью, приводит к депривациям, нарушающим развитие ребенка, со всеми негативными последствиями психологического и социального характера.

Дети группы риска не в состоянии разрешить свои проблемы, потому что не могут их осознать и не видят выхода из трудной жизненной ситуации. При этом дети группы риска не находят сочувствия и помощи у окружающих, необходимых для личностного развития и преодоления трудностей, изменения мировоззрения, ценностных ориентаций, понимания смысла жизни.

Утрата базового доверия к миру неизбежно возникает у детей, воспитывающихся в условиях депривации, как следствие нарушения

кинестетического, визуального и аудиального контакта с матерью. Формирование личности детей имеет специфику, определяемую, по мнению исследователей, материнской депривацией. Исследователи описывают отклонения в развитии личности ребенка-сироты как недоразвитие внутренних механизмов опосредования, формирование которых дает возможность перехода от реактивного ситуационного к активному свободному поведению. Этот недостаток компенсируется формированием различного рода защитных образований, когда вместо произвольности поведения формируется ориентация на внешний контроль, вместо умения самому справиться с трудной ситуацией – тенденция к аффективному реагированию, обиде, перекладыванию ответственности на других. У детей формируется способность быстро приспособиться к любой ситуации, мгновенно реагировать на угрозу. Для них часто важнее и более ценно бывает умение не проявить себя, свою личность, а спрятать ее, стать незаметным, таким как все, пассивным. Мотивы характеризуются узостью и бедностью содержания, привязанностью к ситуации. Дети ориентированы на настоящее, перспектива прошлого и будущего у них сужена. В самооценке дети ориентированы на мнение других. Как правило, они не доверяют себе, не принимают себя. В отношениях с другими людьми также проявляется недоверие, враждебность, дети склонны к деструктивной агрессии. В то же время они зависимы от других.

Построение отношений доверия, позволяющих восстановить или сформировать способность к восприятию помощи взрослого и требующих времени и терпимости, должно занимать центральное место на этапе адаптации ребенка к новым условиям жизни в приемной семье.

# Организация жизнедеятельности замещающей семьи

## В ожидании волнующих перемен

К замещающему родительству человек приходит согласно своим ценностям, желаниям, представлениям о ресурсах и возможностях. К данному решению человека побуждают определенные переживания, обусловленные его опытом, приобретенным на разных этапах жизненного пути. Центральное место приобретают смыслы жизни, являющиеся итогом внутренней работы по осознанию своего места в мире. Способность ясно видеть себя в своих устремлениях, быть в контакте с собой, извлекать уроки из своих ошибок является фактором становления эффективного замещающего родительства уже на этапе принятия решения о создании приемной семьи.

Решение о создании приемной семьи, несомненно, является одним из наиболее важных событий в жизни. Если в основе решения лежит стремление взрослых к милосердию, состраданию, оказанию помощи детям, лишенным семьи, это событие приобретает воспитательное значение для родных детей. Сравнивая свое положение с положением других детей, ребенок постигает незнакомые ему жизненные реалии, такие как несправедливость, потери, лишения и т.д. Семья и родители, которые с рождения были безусловной данностью для ребенка, приобретают статус ценностей, обладание которыми дано не всем. Хорошо, если у ребенка появляется ожидание прихода в семью нового ребенка, готовность помогать семье, если появятся проблемы.

### *Ориентиры в поиске «родственной» для себя души*

У каждого приемного родителя своя история, каждый приходит к решению создать приемную семью своим путем. С одной стороны, очень важно опираться на свои чувства, такие как ощущение тепла, нежности, симпатии, которые возникают при просмотре фотографий или непосредственной встрече с ребенком. Чувства очень важны, ни в коем случае нельзя отмахиваться от них. Тем не менее, решение должно основываться не только на эмоциях, но и на разуме. Это не просто рационализм, это ответственность за дальнейшую жизнь ребенка.

Душевный порыв, сопровождающий настрой на прием ребенка в семью, зачастую приводит к тому, что будущие приемные родители ощущают подъем, чувствуют себя активнее, моложе. У женщин в глазах появляется блеск, мужчины становятся более подтянутыми. Появляются воспоминания о своем детстве, перед глазами прокручиваются страницы жизни. Оптимистический настрой помогает и при оформлении документов, который становится более легким и приятным.

Если у одного из супругов есть недовольство, так как у него «не вызрело» решение принять ребенка в семью, сбор документов может превратиться в каторгу. Это связано с бессознательно действующим сопротивлением, при котором человек стремится что-то не доделать или сделать не так, чтобы процесс распался еще до знакомства с ребенком. Если у кого-то возникает такой скрытый саботаж, необходимо обсуждение за столом переговоров с взвешиванием всех «за» и

«против», с учетом всех мнений, так как слова «У нас будет ребенок» важны для всей семьи.

Поэтому не нужно стремиться максимально сокращать период подготовки к приему ребенка, который необходимо потратить не только на подготовку домашнего пространства, но и на приведение себя в «хорошую форму».

Нужно обратить внимание на возраст, причем, не только на возраст ребенка, но и на свой собственный возраст. Стоит соотнести свой возраст и возраст ребенка, когда ему будет 3,15,20 лет. Если это совсем маленький ребенок, грудничок, надо взвесить, есть ли возможность уйти в декрет достаточно надолго. Речь идет не о месяце и даже не о годе. Речь идет о сроке 2-3 года, потому что у детей, оставшихся без попечения родителей, есть определенные особенности и им требуется длительный период нахождения рядом с взрослым.

Бывает, что женщина усыновляет детей и в 45 лет и чувствует, что это ей по силам. Дело в том, что в 45 лет женщина вполне может родить естественным путем. Следовательно, природой определено, что у человека в этом возрасте ресурса достаточно, чтобы вырастить ребенка до взрослого состояния.

Следующий важный вопрос касается соотношения возраста детей. Лучше, если тот ребенок, который появится в семье, будет младше того, который уже в ней живет.

Стоит оценить собственные ресурсы и силы, необходимые для восстановления здоровья ребенка. Есть определенные заболевания, которые требуют очень много сил, душевных и физических, а также финансовых расходов. И не каждый человек готов посвятить себя уходу за ребенком с такими серьезными заболеваниями, как эпилепсия, детский церебральный паралич и т.п.

Очень важно получать информацию не только из медицинских карт, но и из общения с воспитателями, педагогами. Существует некое предубеждение, что в детских домах много негатива «наговаривают» на детей, «сгущают краски», и потому к мнению работников детских учреждений не стоит прислушиваться. На самом деле, очень полезной может быть информация от врача детского учреждения, который наблюдает ребенка, и, возможно, подскажет, на что обратить внимание, сопоставив ваши возможности и индивидуальную историю ребенка. Благодаря этому будет легче рассчитать, какие усилия должно предпринять в уходе за этим ребенком.

Распространен стандарт: хочу трехлетнюю девочку славянской внешности, с голубыми глазами, золотыми локонами, здоровую. С такими пожеланиями кандидаты в приемные родители приходят часто. На самом деле детей много. И для каждой семьи ребенок свой. И это не обязательно трехлетняя девочка. Возможно, счастливый выбор, который будет сделан, окажется далеким от первоначальных представлений.

## Первые дни в новом доме

Переезд ребенка в свой новый дом – прекрасный волнительный момент. Это радостный день с цветами и фотографиями, с красивой одеждой для ребенка. Это событие, напоминающее время, когда родители с ребенком покидают родильный дом.

В первые дни дома не надо сразу вводить ребенка в тот режим, который вам представляется целесообразным. Надо дать ребенку время (приблизительно две недели), чтобы перестроиться, привыкнуть. Вы сразу почувствуете, как ему это удастся. Ребенок ничего не скрывает: он плачет, если ему плохо, и выглядит довольным, если ему хорошо. Нужно быть готовым к тому, что на новом месте какое-то время ребенок будет беспокойным, будет часто просыпаться. Чем меньше ребенок, тем легче он привыкает.

Нужно хорошо знать историю ребенка, каково было состояние его здоровья на момент рождения, чем он питается. Не нужно стесняться спрашивать специалистов организации для детей-сирот: что ест, чем болел, нет ли аллергических реакций, каков стул и т.п. Нужно взять рекомендации относительно питания и купить то, что ребенок употреблял ранее.

Важно определиться с врачом, который будет наблюдать ребенка. Обязательно нужно активно вовлекать в общение членов семьи, так как пространство дома, куда войдет ребенок не только физическое.

Очень важно позаботиться о безопасности ребенка. Лучше всего проползти по дому «детскими тропами» и увидеть все возможные для ребенка опасности. Нельзя забывать, что детская кожа очень чувствительна, поэтому кровать должна стоять далеко от отопительных приборов. Если есть в доме животные, должны быть барьеры или ограничители.

Чем старше ребенок, тем дольше знакомство, тем больше ему надо времени, чтобы привыкнуть. Дети возраста от года до трех лет первое время могут предпочесть спать при небольшом свете. Поэтому нужно приготовить не только красивое постельное белье, но и красивый ночник. Очень важно, чтобы на кухне, в ванной появились личные вещи ребенка: чашка, ложка, пушистое веселое полотенце. Ребенок должен почувствовать, что он потихоньку становится частью дома.

В комнате для ребенка должно быть место для принесенной с собой мягкой игрушки. Маленький ребенок отождествляет себя со своими игрушками. И если в доме есть место для его игрушки, значит, есть место и для него.

Не нужно покупать сразу много игрушек. Как показывает практика, половина из того, что покупается сразу, потом не пригождается. Это очень приятное занятие - совместные покупки. Пусть ребенок научится говорить, что ему нужно. Покупки потом станут частью вашей совместной жизни.

Чем меньше людей в новой обстановке, между которыми ребенку нужно распределять свое внимание, тем легче ему привыкнуть к родителям. Тем легче новым маме и папе стать для ребенка теми главными взрослыми, к которым нужно

бежать в случае затруднений, которых можно брать за руки, к которым маленькому можно проситься на ручки.

Все вокруг для ребенка новое. Обилие впечатлений может привести к стрессу, по причине которого неожиданно могут появиться «сопли неизвестного происхождения». Предугадать поведение в стрессе можно весьма условно. Попадая в новую обстановку все реагируют по-разному. Стеснительный - прячется и смущается в ответ на пристальное внимание; у подвижного возникает непомерная активность, а то и расторможенность.

Обойдя дом несколько раз, ребенок сможет сориентироваться в пространстве, где он будет жить, станет чувствовать себя комфортнее и увереннее. Важно помнить, что дом - это не только обстановка и вещи. Это прежде всего люди, которые в этом доме живут и которые встретят ребенка. От первых минут взаимодействия, знакомства с ребенком зависит очень многое.

Очень важно, чтобы в первую очередь с ребенком познакомились те люди, которые будут с ним проживать в одном доме.

Знакомство кровных детей или принятых ранее приемных с новым обитателем дома должно произойти под руководством взрослого. Кровные дети могут чувствовать себя неловко, переживать стресс, испытывать затруднения в выборе линии поведения. Не нужно представлять ребенка: «Это ваш новый брат или сестренка». Нужно представить детей друг другу по имени. Это ритуал, который достаточен на первый раз.

Важно обратить внимание на старшее поколение, бабушек и дедушек, которые, как правило, очень переживают. Не страшно, если сначала ребенок будет называть их по имени и отчеству. В то время, когда он почувствует, что готов перейти на простые и теплые «бабушка и дедушка», это будет естественно и навсегда.

Не стоит родителям думать, что они что-то делают не так, ревновать, если вдруг ребенок бросается не к ним, а к бабушке, за которой потом ходит «хвостиком». Видимо, в новой обстановке что-то в этом человеке отозвалось родным и привычным. У ребенка недостаточно опыта общения со взрослыми. Самые понятные для него - люди, похожие на воспитателя детского учреждения, из которого вышел ребенок. Хорошо, если ребенок принимает кого-то из членов семьи ближе всех, и через него потом принимает всех остальных.

Любое дополнительное знакомство надо перенести минимум на неделю. Есть соблазн, искушение показать ребенка всем своим знакомым, друзьям, особенно тем, с кем эта тема обсуждалась. Необходимо удержать любопытных родственников и ближайших друзей от вторжения. И ни в коем случае не устраивать шумных празднеств с участием ребенка. И в гости ходить с ребенком не надо, даже через неделю. Лучше, если близкие, живущие отдельно, познакомятся с новым членом семьи в том доме, где ребенок теперь живет.

## **В начале пути... Вместе с приемным ребенком**

### *Внимание к детским чувствам*

В период адаптации приемного ребенка к новым семейным условиям необходимо помнить о возможности сложных переживаний родного ребенка. Это может быть и чувство ревности, и обиды, связанные с тем, что другому ребенку родители уделяют теперь больше времени и внимания. Родителям надо правильно ориентировать родных детей и объяснять, как много внимания необходимо пришедшему недавно в семью ребенку, если раньше он жил в детском доме или неблагополучной семье. Тема ревности и соперничества может быть особенно актуальной, если родной ребенок является в семье единственным. Во избежание сложностей в первые 5-6 месяцев родителям необходимо уделять достаточно много времени и родному ребенку. Если семья многодетная, появление приемного ребенка будет воспринято детьми, как обычное и естественное событие.

### *Важное условие приема ребенка – гармоничные отношения в семье*

Если в семье растет подросток, взрослые должны максимально ответственно отнестись к планированию перемен в семье. Необходимо оценить, насколько благополучными являются отношения родителей и подростков, и, в случае неблагополучия, пристально рассмотреть свои родительские позиции, чтобы не допустить похожих проблем, но уже с приемным ребенком.

Следует помнить, что подросток переживает переходный период, он находится на пути самоопределения и построения жизненной перспективы, что является важной жизненной задачей для него в это время жизни. Поэтому взрослым надо понять, что, возможно, подросток не сможет уделять много времени приемному ребенку. Требования о необходимости заботы о приёмном братике или сестричке не должны быть излишне настойчивыми. Тем более, что ответственность за решение воспитывать приемного ребенка несут взрослые.

### *Забота о качестве отношений с бабушками и дедушками*

Негативная реакция у представителей старшего поколения может возникнуть вследствие предположения о том, что появление приемного ребенка создаст дополнительные проблемы. Пожилых людей может сильно беспокоить вероятность будущих сложностей воспитания чужого ребенка, характер и поведение которого может быть непредсказуемым. Большему спокойствию способствует осведомленность и положительное отношение к приемному родительству и сиротству. Причины для приема ребенка в семью могут быть разными, но хорошо, если родные понимают, чем вызвано это решение, и у них есть время, чтобы привыкнуть к мыслям о будущих переменах в семье.

### *Помощь ребенку, пережившему разлуку с семьей*

- Важно вносить определенность в жизнь ребенка. Ребенку важно знать, что будет дальше, какие порядки в том месте, куда он попал. Необходимо заранее рассказать ребенку о других членах семьи, показать их фотографии, показать

ребенку его комнату, его кровать и шкаф, куда он может сложить личные вещи, объяснить, что это его пространство. Нужно все время кратко, но понятно рассказывать ребенку о том, что будет происходить дальше. Любимая еда, спокойный сон необходимы для поддержания физического состояния ребенка.

- Тепло и участие приносит исцеление. Если ребенок подавлен и проявляет другие признаки горя, необходимо уметь деликатно и сердечно его утешить. Нужно инициировать положительное взаимодействие с ребенком, проявлять внимание и заинтересованность его делами и чувствами, даже если ребенок кажется равнодушным или угрюмым.

- Важно говорить с ребенком. Ребенок может захотеть поговорить о том, что с ним было, о своей семье. Если его рассказ вызывает сомнения или смешанные чувства, надо понять, что для него необходимо быть внимательно выслушанным.

- Памятные вещи – часть жизни. Фотографии, игрушки, одежда - все это связывает ребенка с прошлым, является материальным воплощением значительной части его жизни. Важно помнить о том, что ребенок, переживший разлуку или утрату, должен иметь что-то на память, и недопустимо выбрасывать это, тем более без его согласия.

- Необходимо оказывать помощь в организации дел. Дети часто чувствуют себя растерянными при серьезных изменениях в своей жизни. Можно обсуждать и планировать дела вместе, давать конкретные советы по поводу какой-либо деятельности, писать записки, памятки и т.д. Важно поддерживать ребенка, если он злится на себя за свои промахи.

- Воссоздание «линии жизни» в альбоме воспоминаний. Особенность прошлого детей из неблагополучных семей состоит в «выпадении» целых периодов жизни – некоторые из них дети не помнят в силу раннего возраста, а некоторые «вытеснены», как что-то ужасное. В альбоме могут быть сохранившиеся у ребенка фотографии, записи рассказов самого ребенка и других лиц о нем, рисунки, иллюстрирующие какие-то события, лист с наложенными одна на другую «обводками» контура руки ребенка в разных возрастах, и т.д. Для сбора информации используются воспоминания самого ребенка, материалы из личного дела, беседы с членами кровной семьи, людьми, знавшими ребенка и его семью раньше (соседи, воспитатели детского сада, школьные учителя и т.д.).

#### *Влияние на взаимоотношения особенностей личности*

Характер отношения родителя к ребенку во многом зависит от того, какова личность самого родителя. Рядом с уверенным в себе родителем, самооценка которого независима от происходящего вокруг, ребенок чувствует, что может быть самим собой. Есть взрослые, которые "не принимают" окружающих и их поведение, руководствуясь жесткими представлениями о том, как "нужно", "правильно" вести себя и как - "неправильно". Рядом с таким взрослым ребенок чувствует себя неуютно, так как велик шанс порицания за что-либо.

Отношения с ребенком зависят и от особенностей ребенка. К некоторым детям трудно испытывать чувство принятия. Они могут быть высоко агрессивны, физически непривлекательны, могут обладать чертами, которые трудно одобрить.

*Любить — значит принимать, одобрять, желать мирного сосуществования.*

Изменения быстро не происходят. Сначала ребенок должен привыкнуть к новым условиям и людям, принять изменения в своей жизни, и только потом он будет меняться сам. Большинство детей, чье доверие к взрослым подорвано не окончательно, ждут новую семью как средство исцеления от одиночества и покинутости, с надеждой на то, что в их жизни все еще будет хорошо.

Детство, насколько позволяют возможности родителей, надо постараться сделать таким, чтобы повзрослевший ребенок надолго сохранил приятные воспоминания об этой прекрасной поре и благодарность любящим родителям. Очень важно эмоционально насыщенное проживание детства, приумножение «золотого запаса» впечатлений. Обогащение, а не ускорение детского развития – задача воспитания.

## **Мы принимаем, нас принимают...**

Любить своих детей и в то же время любить других людей - это самое лучшее, что мы можем сделать, чтобы стимулировать психическое развитие детей.

Дети очень чувствительны к реакциям своих родителей. Родители, чье внутреннее отношение - раздражение, гнев, не могут не подать сигнала об этом особым тоном голоса, может быть позой, напряжением лицевых мускулов и т.п. Даже маленький ребенок чувствителен к этим сигналам, которые являются свидетельством того, что родитель в действительности его не принимает. Следовательно, ребенок чувствует, что в этот момент он не нравится родителю.

Ни один родитель не принимает все поведение своего ребенка. Некоторые делают вид, что принимают большую часть поведения своих детей, но эти родители играют роль хорошего родителя.

Когда человек способен чувствовать и передавать подлинное (искреннее) принятие другого человека, он обладает способностью оказать сильную помощь другому. Его принятие другого человека таким, как он есть, является важным фактором в создании отношений, в которых другой человек может расти, развиваться, конструктивно изменяться, учиться решать проблемы, двигаться в направлении психического здоровья, быть более продуктивным, актуализировать более полно свой потенциал.

Принятие похоже на плодородную почву, которая позволяет маленькому семечку вырасти в красивый цветок. Принятие - это почва, которая позволяет ребенку реализовать свой потенциал. Из всех эффектов принятия самый важный - внутреннее чувство ребенка, что его любят.

Особенности эмоционального отношения проявляются в желании поддерживать взаимодействие. При негативном отношении взаимодействие не доставляет удовольствия и совершаются неосознанные действия, направленные на его прерывание: отводится взгляд, что нарушает контакт; игнорируется инициатива; используется затруднение, пауза для констатации некомпетентности и невозможности выполнения ребенком задания.

Позитивное отношение, напротив, вызывает стремление продлить взаимодействие. Стремящийся к взаимодействию родитель подчеркивает свое соучастие с ребенком. При осуществлении руководства он употребляет местоимение «мы», подчеркивая разделение ответственности при выполнении задания. Такая поддержка позволяет чувствовать себя уверенно, быть решительным и инициативным. Поддержка и уважение инициативы, направленной на выяснение последовательности и содержания действий, правильности выполнения инструкции ведущего, делает взаимодействие более насыщенным и содержательным. Использование же местоимения «ты» подчеркивает, что ответственность за выполнение задания возлагается на ребенка. Под бременем ответственности он становится нерешительным и стремится прервать взаимодействие.

Ярким свидетельством положительного эмоционального отношения является стремление к близости при взаимодействии. При этом совершаются

действия для сокращения дистанции - придвинуться, склониться к ребенку. Близкая дистанция способствует поддержанию контакта, особенно благотворным для взаимодействия является стремление к телесному контакту. Выражая добрые чувства к ребенку, взрослый может обнять его, погладить, взять за руку. Прикосновение дает возможность ощутить близкое присутствие, соучастие, поддержку. Дистанцированность, избегание телесного контакта свидетельствует о холодном отношении, в некоторых случаях - об отвержении.

Ядром эмоционального отношения является принятие - признание и уважение права на собственную индивидуальность, права «быть самим собой». В случае безусловного эмоционального принятия ребенка любят не за что-то, не за его достижения и достоинства, а просто потому, что он такой, какой он есть. Эмоциональное принятие ребенка в семье является важнейшим условием его психологического комфорта.

Проявления эмоционального принятия многообразны. В первую очередь, это невербальные проявления - улыбка при обращении к ребенку; ласковый, добрый взгляд, выражающий явную симпатию. Свидетельством принятия принято считать употребление имени ребенка. Употребление имени - это своего рода прикосновение к человеку, стремление к близости с ним, поэтому частое использование имени для обращения и всевозможных уменьшительно-ласкательных его модификаций является свидетельством теплого эмоционально-положительного отношения к человеку.

Степень принятия ребенка родителем проявляется в его реакциях на неудачу, в затруднительных ситуациях. При наличии принятия ошибки ребенка не вызывают у родителя раздражения (ребенку даровано право ошибаться), напротив, наблюдая затруднения и огорчения малыша, любящий взрослый стремится поддержать его, успокоить. Главное для него - душевное благополучие ребенка, которому в ситуации неуспеха особенно важно ощутить любовь близкого человека. Поддержать, укрепить уверенность в том, что он все равно любимый, можно, подчеркивая личностные качества ребенка, разводя оценку успешности его деятельности и оценку его личности. Любящий родитель не скупится на добрые слова, демонстрируя, что ребенок не потерял для него ценность даже в ситуации неуспеха.

Отвергающий родитель использует ситуацию неуспеха для подтверждения своего негативного отношения к ребенку.

Бытует представление, что для обеспечения изменений к лучшему нельзя оставлять без внимания то, что родители не принимают в ребенке. Поэтому большинство родителей сильно полагается на язык непринятия в воспитании детей, веря, что это - лучший путь помощи им. Это оценки, суждения, критика, морализирование, команды.

Все дети встречаются в жизни с ситуациями, в которых они разочарованы, расстроены, потрясены. Это проблемы с их родными, родителями, друзьями, с ними самими.

Дети, которым помогают в решении этих проблем, остаются психически здоровыми и продолжают развивать уверенность в себе и силу. Дети, которым не

помогают, встречаются с эмоциональными проблемами.

Согласно одному из мифов о воспитании, дисциплинированность и ответственность сформируются, если родители заставляют детей делать что-либо. Действительно, некоторые дети очень послушны, но они обычно оказываются людьми, которые зависят от внешнего авторитета в контроле собственного поведения. У них не хватает самодисциплины, внутреннего контроля или внутренней ответственности, т.к. у них никогда не было шанса развить эти качества. Всякий раз, как только родители заставляют ребенка делать что-либо под воздействием их власти или авторитета, они отнимают у ребенка шанс научиться самодисциплине и внутренней ответственности.

Когда реальность слишком болезненна или сложна для ребенка, чтобы ее понять, он избегает реальности. Ребенок не может "выиграть", поэтому его организм сообщает ему, что безопаснее избежать реальности. Эти формы избегания могут быть следующими: фантазии, мечты; пассивность, апатия; регрессия к инфантильному поведению; чрезмерное сидение перед ТВ; чрезмерное чтение; игра в одиночку (часто с воображаемым партнером); побеги; избыточная еда; депрессия.

У родителей, никогда не использующих в отношениях с ребенком власть и авторитет, дети часто неконтролируемые, неуправляемые, импульсивные. Они выучили, что их нужды важнее, чем чьи-либо. У них тоже часто не хватает внутреннего контроля поведения, они становятся эгоцентричными, завистливыми, требовательными. Эти дети часто не уважают собственность и чувства родителей. "Я" идет у них прежде всего. Они редко сотрудничают или помогают в доме. У таких детей часто серьезные трудности во взаимоотношениях со сверстниками; имеются трудности и в школе. У детей развивается глубокое чувство неуверенности в том, что родители их любят.

Осторожные манипуляции вознаграждением и наказанием могут побудить ребенка вести себя определенным образом или воспрепятствовать определенным линиям поведения. В раннем возрасте ребенок может быть контролируемым уже только обещанием поощрения и наказания.

## Общение мамы с ребенком

Стиль поведения мамы оказывает огромное влияние на формирование личности ребенка. Мама очень легко входит в роль учителя и начинает требовать, чтобы ребенок следовал ее инструкциям. В результате теряется вся радость и веселье от игры, она превращается в скучный урок. Это может привести к тому, что у ребенка будет подавлена инициатива, без которой жить будет трудно. Инициатива в игре должна принадлежать ребенку, а мама может тактично и незаметно направлять ее, придерживаясь роли партнера.

Мама также не должна быть навязчивой. Общение может оказаться слишком утомительным для ребенка. Если ребенок начинает отводить глаза и отворачиваться, целесообразно временно прекратить общение.

Важнейшая проблема воспитания ребенка касается запретов. Как приучить ребенка слушаться, когда ему говорят «нельзя», и при этом не подавлять его личности. Надо, чтобы ребенок понял, что, говоря «нельзя», мама спасает его от неприятностей и опасностей. Нужно, чтобы, говоря «нельзя», она оставалась в роли защитника, а не превращалась во врага или начальника, иначе, когда мамы нет, ребенок будет нарушать запреты.

*Полезные советы о запретах:*

- запрещать нужно только то, что действительно требует запрета (например, это может угрожать жизни и здоровью ребенка);
- говоря «нельзя», использовать встревоженное выражения лица и взволнованную интонацию;
- вследствие того, что для разных пар «ребенок-мама» оптимальными окажутся разные решения, надо серьезно продумать эту проблему.

*Полезные советы для общения мамы с ребенком первых лет жизни:*

- повторяйте (имитируйте) звуки и действия ребенка, но добавляйте к ним нечто новое;
- широко используйте жесты;
- интерпретируйте то, что ребенок вам пытается сообщить, то есть говорите за него то, что он сказал бы, если бы умел говорить;
- указывайте на объекты, о которых вы говорите ребенку;
- называйте имена людей и названия объектов, к которым ребенок проявляет интерес;
- говорите понятными фразами о том, что сейчас происходит;
- подчеркивайте ключевые слова;
- повторяйте одно и то же слово несколько раз.

Имитируя то, что ребенок делает или говорит, и добавляя с этим связанные слово или действие, взрослый дает ребенку нужную информацию. Использование мимики и жестов при разговоре также помогает ребенку понять, что ему говорят. Подчеркнутое произнесение ключевых слов обращает внимание на новое или важное.

Некоторые женщины интуитивно научаются искусству быть «достаточно хорошей мамой», но иногда на помощь приходит обучение определенным приемам, позволяющим пережить приятные и теплые минуты общения с ребенком.

Например, есть такая увлекательная игра в разговор. В этой игре мама и ребенок поочередно совершают какие-то действия, чаще всего подражая друг другу. Игра включает следующее:

- улыбайтесь и говорите, обращаясь к ребенку, когда вы держите его на руках или трогаете;

- используйте звуки, очень похожие на те, которые вы слышали от ребенка, и те, которые ребенок уже может произнести;

- произнося звук, смотрите на ребенка приветливым и приглашающим ответить взглядом;

- подождите подольше – ребенку может понадобиться много времени, чтобы собраться с ответом;

- если ребенок не ответит, но смотрит на вас, повторите звук еще раз;

- если ребенок ответил, улыбнитесь ему и погладьте его;

- повторите тот звук, который ребенок произнес;

- ждите ответа;

- если ребенок отвернулся, прекратите игру.

Сопровождайте свою речь простыми жестами и мимикой: вытягивайте губы трубочкой, высовывайте язык и прячьте его. Подражать этим действиям способен даже новорожденный.

## Роль отца в жизни ребенка

В современных условиях в связи с уменьшением роли общественных форм воспитания увеличивается нагрузка и ответственность родителей. С психологической точки зрения родительство - это важное жизненное предназначение, значимая социально-психологическая функция каждого человека.

В современном обществе ослабляется поляризация мужских и женских, отцовских и материнских ролей и образов. Весьма условным является разделение отцовских и материнских функций. Все больше мужчин предпочитают возможность больше времени проводить с семьей возможности сделать профессиональную карьеру. Возрастает число отцов, заботящихся о малышах в одиночку. Наличие в семье отца дает возможность ребенку наблюдать реальное общение между мужчиной и женщиной, что важно для его социального развития.

Исследователи семейной психологии рассматривают семью как систему, в которой каждый элемент взаимосвязан со всеми другими и нормальное функционирование которой невозможно без какого-либо ее элемента. Все члены семьи взаимосвязаны друг с другом. Отношения в диаде родитель - ребенок влияют на стабильность семьи и самочувствие каждого из ее членов, при этом отношения отца и ребенка не изолированная сфера, но эти отношения важны и для функционирования всей системы. В подтверждение данного положения было выяснено, что дети, воспитывающиеся в неполных семьях, «достраивают» семью в своих фантазиях об отце. Зная вклад каждого члена семьи в систему, можно сказать, что семья как система будет нестабильна или неустойчива при отсутствии любого из компонентов.

В первое время жизни чрезвычайно важна роль матери: мать удовлетворяет первичные потребности ребенка, ласкает его, стимулирует, общается с ним, дает ощущение защищенности, эмоционального тепла и уюта. Отец выступает в качестве авторитетного социального образца, примера поведения, его наличие в семье придает ребенку уверенность и самостоятельность в принятии решений.

Однако огромная роль матери в развитии ребенка не уменьшает значения влияния отца. Без уравновешивающего влияния отца, без его общения с ребенком роль матери гипертрофируется. Ее влияние на психическое развитие ребенка становится непомерно большим, ребенок не видит другого варианта поведения, у него нет выбора при общении.

### *Важнейшие функции, выполнение которых требует роль отца*

- Отец как кормилец. Это исторически сложившаяся и закрепившаяся роль мужчины. Мальчиков с детства ориентируют на выполнение этой роли, которая дает семье необходимое чувство безопасности и уверенности. Хотя сейчас многое меняется, нередко отец является главным добытчиком в семье, а во время ухода за маленьким ребенком, возможно, и единственным.

- Отец как защитник. Это также исторически закрепленная функция мужчины. Отец выполняет функцию социальной защиты, предоставляя своим детям возможности образования, выбора профессии. Опосредованное влияние на

жизнь детей оказывают также социальный статус отца и его принадлежность к определенному экономическому классу.

- Отец как воспитатель. История показывает множество примеров, когда воспитание и образование подрастающего поколения было делом мужчины-отца. Отец не только прививает нормы и правила поведения, но и во многом может вносить вклад в профессиональный выбор ребенка, расширяя его кругозор, занимаясь, особенно с мальчиком, каким-либо совместным делом.

Возможность реализовать себя в родительстве во многом обусловлена тем, готовы ли мужчина или женщина к этому.

#### *Компоненты психологической готовности мужчины к отцовству*

- Особенности коммуникативного опыта мужчины в раннем детстве. Важно, чтобы опыт общения с близкими в детстве был положительным, так как основы личности, отношение человека к миру и к самому себе закладываются в начале жизни в общении с близкими людьми.

- Переживание мужчиной отношения к будущему ребенку. Наиболее благоприятной ситуацией для будущего родительского поведения являются желанность ребенка, мысленная адресованность к нему.

- Установки мужчины на стратегию воспитания ребенка. Важно, собирается ли мужчина, ухаживая за ребенком, ориентироваться на потребности ребенка или на собственные представления о необходимом ему.

- Мотивы отцовства. Благоприятным является наличие у мужчины осознанных мотивов отцовства. В этом случае для мужчины очень важно отцовство вне зависимости от внешней ситуации, требований и одобрения со стороны окружающих.

- Ценности. Качество отношений с ребенком определяется наличием или отсутствием ценностных ориентаций, касающихся семьи и детей.

То, насколько ценным является для мужчины отцовство, не так уж трудно узнать. Например, вряд ли увлекает мужчину исполнение роли отца, если он допускает высказывания такого свойства: «Кормлю, пою, одеваю, что еще надо?» или «Он еще ничего не понимает, пусть с ним мать возится».

Для того, чтобы получило широкое распространение ответственное, включенное отцовство, необходимо укрепление в общественном сознании представления о незаменимости отцовской роли, важности отцовства для развития самого мужчины. Взаимоотношения с ребенком дают мужчине шанс социализироваться самому, шанс саморазвития. Осознание себя отцом приводит к осознанию необходимости жить «правильно», т.е. выполнять определенные социальные нормы, предписываемые взрослому человеку. Подрастающий ребенок становится продолжением мужчины, удовлетворяет потребность в ученике, в собственной значимости и нужности

## Психологическая привязанность

«Когда мы чувствуем, что находимся в сердце другого человека, теплый свет любви горит внутри нас и освещает нашу жизнь»

Дэниел Сигел

Английский психиатр Джон Боулби, определяя привязанность, как устойчивую психологическую связь между людьми, пришел к выводу, что самые ранние связи детей с теми, кто о них заботится, имеют огромное влияние на всю последующую жизнь. Из-за негативных реакций близкого окружения способность ребенка поддерживать отношения, сохраняющие привязанность, может искажаться или вовсе разрушиться.

Привязанность ко взрослому обеспечивает ребенку ощущение безопасности, дает тепло и поддержку, опору для того, чтобы развиваться и исследовать мир. При разлуке с родителями, к которым сформирована привязанность, прежде достаточно счастливые дети теряют интерес к жизни, перестают играть, некоторые впадают в апатию, поскольку теряют чувство безопасности.

Формирование привязанности в пределах нормы можно упрощенно описать с помощью следующего механизма: когда грудной ребенок чувствует голод, он начинает плакать, поскольку это причиняет ему дискомфорт, а иногда и физическую боль. Родители понимают, что вероятнее всего, ребенок голоден и кормят его. Таким же образом удовлетворяются и другие потребности ребенка: в сухих пеленках, тепле, общении. По мере удовлетворения потребностей у ребенка возникает доверие к человеку, который заботится о нем. Так формируется привязанность.

Формирование привязанности нарушается, если у младенца не устанавливается постоянной связи с конкретным человеком, если от него отказалась родная мать и его кормили совершенно разные люди.

О наличии надежной привязанности ребенка к родителю свидетельствует стремление ребенка к открытому и доверительному общению с родителем, например, желание поделиться своими чувствами или мыслями. В ситуациях стресса, неприятностей или огорчений ребенок склонен искать поддержку у родителя. Ребенок уверен, что в нужный момент может обратиться к нему и получить необходимую помощь, родитель воспринимается отзывчивым и доступным. Дети с надежной привязанностью при разлуке с объектом привязанности испытывают грусть и другие негативные чувства, при этом часто достаточно четко высказываются о своих чувствах, например: «Я очень грустная, потому что мама уезжает». Часто они проявляют активность и самостоятельность в поиске способов конструктивного совладания с тягостной для них ситуацией разлуки, например: «Я пойду на улицу и буду качаться на качелях».

### *Признаки сформированности привязанности*

- Ребенок проявляет свойственное детям его возраста поведение, свидетельствующее о стремлении физически быть рядом с взрослым: обнимает,

гладит, устраивается рядом, держит за руку, садится на колени, не отстраняется, если взрослый делает соответствующие встречные действия; играет, взаимодействуя с родителями.

- Ребенок стремится быть ближе ко взрослому, особенно когда страшно или больно, использует родителей как «надежную пристань»; принимает утешения родителей, их советы и указания; стремится делиться с взрослым своими секретами.

- Ребенок испытывает соответствующую возрасту тревогу при расставании с родителями; испытывает соответствующую возрасту боязнь незнакомых людей.

- Ребенок старается походить на близкого, старается принять его образ жизни, подражает ему, вплоть до копирования; стремится ощутить принадлежность к данному человеку (она моя мама, он мой папа), у ребенка появляется преданность, потребность сохранять верность и послушание по отношению к близкому; ребенок носит образ любящего и любимого родителя в своем сердце, и находит в нем поддержку и успокоение.

- Ребенок не боится смотреть в глаза и отвечает взглядом, отвечает улыбкой на улыбку; стремится порадовать и заслужить одобрение близкого взрослого, радуется сам, когда видит в его глазах радость; он крайне чувствителен к недовольству и критике с его стороны.

#### *Психологические проявления и последствия нарушения привязанности*

- Устойчивое нежелание ребенка вступать в контакт со взрослыми. Ребенок не идет на контакт, чуждается, сторонится взрослых; при попытках погладить отталкивает руку; не смотрит в глаза, избегает взгляда «глаза в глаза»; не включается в предложенную игру.

- Преобладание апатичного или сниженного фона настроения, выраженность боязливости, настороженности, плаксивости.

- Проявления аутоагрессии (агрессия по отношению к себе - дети могут биться головой о стену или пол, бортики кровати, царапать себя и т.п.). Надо учитывать, что агрессия и аутоагрессия могут быть и следствием насилия в отношении ребенка, а также отсутствием положительного опыта построения отношений с другими людьми.

- «Диффузная общительность», которая проявляется в отсутствии чувства дистанции с взрослыми, в желании всеми способами привлечь к себе внимание. Такое поведение часто называется «прилипчивым поведением», и наблюдается часто у воспитанников интернатных учреждений дошкольного и младшего школьного возраста.

Кроме того, следствием нарушения привязанности у детей могут быть телесные симптомы в виде снижения массы тела, слабости мышечного тонуса.

## Приемный ребенок в атмосфере заботы

Обычно приемные родители, никогда не имевшие своих детей, перед тем как взять на воспитание ребенка, тревожатся, изучают много статей, заинтересованно обучаются в школе приемных родителей. Так прием ребенка в семью происходит при наличии теоретических представлений и определенных опасений за практику. Первый приемный ребенок ставит перед родителями гораздо больше задач, чем первый родной ребенок, так как он не жил в этой семье со дня своего рождения. Необходимо постичь индивидуальность ребенка. Чем меньше ребенок, тем скорее он привыкает к новой семье. Дети приблизительно до двух лет быстро забывают о своем прежнем окружении, к ним у взрослых людей быстрее возникает теплое отношение. Дети от двух до пяти лет помнят больше, кое-что остается у них в памяти на всю жизнь. Если ребенок был привязан к воспитательнице в детском доме, он может вспоминать ее достаточно долго. Постепенно приемная мама, будучи в ежедневном контакте с ребенком, становится для него самым близким человеком.

Часто у детей сохраняются плохие воспоминания о покинувших их родителях. Некоторые дети принимают оборонительную позицию, проявляют склонность к обману, грубой форме поведения, к тому, что они видели в родной семье. Некоторые с грустью вспоминают бросивших их родителей, чаще всего мать. В атмосфере заботы через некоторое время воспоминания сгладятся и ребенок привяжется к новой семье. Если жить в новой семье нравится, дети не любят говорить о прошлом, можно наблюдать стремление подавлять воспоминания о родной семье, о детском доме.

Ребенку нужно пройти этап адаптации к жизни в новых условиях, в новой семье, только после этого он может начать посещать детский сад. В интересах детей родителям необходимо тесно сотрудничать с воспитателями детского сада и учителями. Желательно ознакомить их с судьбой и предшествующим развитием приемного ребенка, попросить их уделять ему немного больше внимания, придерживаясь индивидуального подхода.

Дети старше пяти лет многое помнят из своего прошлого. Жизнь в неблагополучной семье, пребывание в детском доме, безусловно, нарушает формирование личности, пережитые ситуации оставляют определенный след в психике. К воспитанию таких детей с самого начала необходимо подходить с большой терпимостью, последовательностью, постоянством в отношениях, пониманием. Нельзя настаивать на требованиях, превышающих его возможности.

Ребенок школьного возраста способен понять свою жизненную ситуацию. В разговоре с ним на тему о прошлом необходимо помочь ему все понять и правильно осмыслить. Ребенок должен внутренне согласиться с действительностью, только тогда он к этому не будет возвращаться. Если он ее не осмыслит, можно попасть в затруднительное положение. Он должен знать, почему не мог оставаться среди прежнего окружения. Иногда он с трудом переносит требования приемных родителей. Возможно, что в силу предъявляемых ему требований, обычных для нормальной семьи, он затоскует по своему прошлому независимо от пережитых

страданий: в той семье он был свободен от обязанностей, не отвечал за свои поступки.

Во взаимоотношениях с приемными детьми могут возникать те же проблемы, что и в отношениях с детьми родными, находящимися в том или ином возрасте. Развитие одних детей идет сравнительно спокойно, других - настолько бурно, что постоянно возникают трудности и проблемы. Следует учесть, что многие дети из «трудных» семей и несут в себе их характерные черты и проблемы. Поэтому приемные родители должны настроиться на то, что им, вполне вероятно, придется сначала решать застарелые проблемы своих приемных детей и только затем переходить к реализации своих воспитательных задач, которые они определили для себя еще до момента усыновления ребенка. Без этого процесс установления благоприятного психологического климата в семье и доверительных отношений между новыми родителями и приемными детьми не будет плодотворным.

Важно слушать детей. Эффективность родительской заботы предполагает построение отношений в семье с позиций близости к ребенку, заботы о нем и настроенности на преодоление трудностей. Услышать ребенка, понять его, помочь в общении – важная задача взрослых, хотя подчас отложить дела и побыть с ребенком бывает сложно для взрослого. Контакт – это путь постижения способа переживания эмоциональных состояний, возможность разделения чувств.

Для развития личности ребенку требуется уважительное внимание, справедливое отношение со стороны других людей и признание ими его ценности. При общении со старшими, которые видят ребенка во всей его неповторимости, формируется важное ощущение ребенком своей самооценности. Только имея в опыте переживание ценности собственного «Я», человек способен ценить и уважать «Я» другого, у него рождается готовность к диалогу.

Собственная оценка, закрепленная в форме суждения, становится опорой, поддерживающей личность перед лицом внешних оценок. В диалоге «Я» укрепляется, создаются моральные ориентиры, появляются самооценки, на основе которых возникает социальное поведение.

Ребенку свойственно задавать много вопросов. Это свидетельство его интереса к миру. В понимании взаимоотношений людей, смысла собственных и чужих действий особенно нуждается подросток, которого начинают интересовать достаточно серьезные вопросы человеческого существования. Иногда взрослый считает, что у него уже должны быть готовые ответы на вопросы детей. Но это не так. Ответы часто не лежат на поверхности, и в их поисках требуются глубокие раздумья. Очень важно побуждать ребенка самому находить ответы на интересующие вопросы. Если взрослый выскажет свою точку зрения - рождается диалог. Хотя, надо отметить, что во многих случаях взрослые привыкают общаться с ребенком монологически, и поэтому у детей ограничен опыт диалогического общения с взрослыми.

Приобщить ребенка к диалогу может только взрослый, сам овладевший культурой диалога. Если взрослый владеет искусством диалогического размышления над проблемой, получает удовольствие от данной деятельности, у него есть шанс сделать и для ребенка этот процесс радостным. В ходе диалога у

взрослого возникает доступ к собственным мыслям и мыслям ребенка, возможно достижение критического к ним отношения. Опыт собеседования бесценен для ребенка. Под понятием близости понимается подробное знание друг друга, откровенность, самораскрытие, принятие разделения повседневных деятельностей, занятий.

#### *Действия членов семьи для создания близких доверительных отношений*

- Организация праздников, семейных торжеств, поддержание интересов, любимых занятий свидетельствует о внимании друг к другу, подтверждении важности и уникальной ценности другого человека и качества отношений с ним. Если есть сердечное внимание к другому, появляется возможность понять и предвосхитить потребности другого, быть более отзывчивыми в проявлении заботы. Взаимность сердечного внимания для многих связана с понятием «родной человек».

- Деятельное обеспечение благополучия связано с готовностью решать реальные проблемы. Непосредственный уход за кем-либо и работа по дому - очень важный аспект заботы. Устраняться от заботы о других членах семьи не должны и те, о ком заботятся.

- Ощущение и переживание контакта с родителями дают детям возможность почувствовать и осознать родительскую любовь, привязанность и заботу. Построение глубокого психологического контакта с ребенком, как универсального требования к воспитанию, может быть рекомендовано всем родителям.

- Близость к приемному ребенку обеспечивает родителям возможность воспитания как трансляции ребенку представлений о границах допустимого и приемлемого, осуществляемого в атмосфере безопасности, разделение чувств. Условиями, необходимыми для успешного развития ребенка, являются принятие ребенка взрослым, настроенность на эмпатическое понимание его потребностей, стремление к оказанию своевременной поддержки, готовность к диалогу и компромиссу.

В отсутствие близких отношений поведение приемного ребенка непредсказуемо настолько, что приемные родители ощущают себя небезопасно, дети и родители могут оказаться «по разные стороны баррикад». Объяснить поведение ребенка бывает нелегко и психологу, потому что не всегда удастся вписать сложную картину поведения приемного ребенка в известную классификацию. Тем не менее, само прояснение проблем в совместной с психологом работе, как правило, снижает испытываемое родителями беспокойство, так как многое становится более понятным, снижается неприятное ощущение неопределенности и риска нежелательных последствий.

#### *Факторы воспитания детей*

- «Образ мыслей» семьи, который во многом определяется условиями жизни и является отражением образа жизни семьи является.

- «Образ общения» семьи может носить как формальный, так и неформальный характер. Неформальный стиль общения предполагает

выраженность эмоциональных отношений, разделение общих ценностей и черт поведения.

- Отношение социальной среды к приемным семьям неоднозначно и нередко отличается противоречивостью.

- Традиции края (места) проживания. Родители и дети, сохраняя общие черты культуры своей нации, усваивают духовные ценности национальной социальной среды.

- Традиции семьи представляют культурное наследие, нормы и правила поведения, выступают средством формирования у детей нравственных качеств.

#### *Факторы, определяющие конструктивность воспитательного процесса*

- Представления родителей об эталоне воспитанной личности зависят от знаний, отношений и установок родителя на процесс воспитания. Эталон воспитанной личности представляется родителям нередко как проекция опыта собственного воспитания.

- Мотивы появления ребенка в семье. Доминирующие мотивы определяют отношение к воспитанию. К такому решению супруги приходят, руководствуясь собственными мотивами: стремление стабилизировать отношения между собой; действовать как все; желание не выделяться среди других; стремление обеспечить себе заботливую старость и т.д.

- Уровень притязаний родителей к ребенку как конкретный результат, который родители собираются получить, приступая к воспитанию дочери или сына.

Кроме названных факторов воспитания существуют и такие, как преобладающее в семье настроение, индивидуальные способности супругов к воспитанию детей, тип личности и поведения родителей.

Всесторонняя помощь в развитии ребенка означает создание таких условий, при которых его физиологические, эмоциональные и интеллектуальные потребности будут удовлетворяться в достаточной мере и на необходимом качественном уровне. Результат такого воспитания - здоровье ребенка, его счастье и благополучие.

## О тайне усыновления

Какими бы ни были причины, заставляющие родителей скрывать от ребенка факт его усыновления, почти все они на первый взгляд являются попыткой защитить ребенка. Родители пытаются сделать так, чтобы ребенок не чувствовал себя отвергнутым, узнав о том, что от него отказались, не почувствовал себя "другим", общаясь с друзьями.

В данном случае родители защищают чувства детей, искренне полагая, что для сына или дочери будет лучше, если он или она будет считать себя биологическим ребенком. Но, скрывая правду, они руководствуются исключительно страхами. При этом сознательно игнорируются или неосознанно не принимаются в расчет те переживания, с которыми ребенок столкнется, если тайна усыновления будет раскрыта.

Приемные дети зачастую очень остро реагируют на то, что долгое время их держали в неведении относительно их происхождения, в то время как другие люди знали правду. Представьте себе, как бы вы вели себя, если бы кто-нибудь скрывал от вас жизненно важную информацию. Вообразите, как бы вы себя чувствовали, если бы этот секрет хранили не только ваши родители, но и люди за пределами семьи. Вы совершенно справедливо решили бы, что стали жертвой.

Сообщить ребенку о том, как он появился в семье, - это не означает обязательно причинить ему боль. Это значит в эмоционально благоприятной обстановке обеспечить его необходимой для его возраста информацией. Рассказывая ребенку о его происхождении, вы не наносите вред ни его самооценке, ни самолюбию, ни чему-либо другому. Вы просто констатируете факт, каким образом ваш любимый малыш появился в семье. И именно от вашего отношения к этому факту зависят и ваши интонации, и эмоции, которые вы испытываете. Попробуйте все-таки отгородиться от своих представлений о том, что лучше для ребенка, и понять, что семейные отношения определяются только любовью.

В родительской жизни нас ожидает огромное количество самых разных разговоров с ребенком - волнующих и удивительных, приводящих в замешательство и заставляющих хохотать. Ребенок спрашивает нас о солнце и звездах, о жизни и смерти, о доброте и подлости. Порой он начинает разговор с помощью действия, вопроса, элемента игры, а мы реагируем словами или игрой. Беседуя с малышом о том, что его волнует, отвечая на его вопросы, мы выстраиваем для него версию нашей реальности, которую, мы надеемся, он сможет понять. Потом мы отступаем в сторону и слушаем, как причудливо трансформировалась наша история в голове ребенка и как она вписалась в его мир. Мы можем кое-что исправить, добавить детали или начать все заново. Затем приходит время рассказать продолжение истории. Но мы не только говорим, мы слушаем. Это позволяет нам сформировать представление о том, что малыш понимает, а что - еще нет. Слушая ребенка, мы намечаем тему следующего разговора, чувствуем его эмоциональный настрой, видим мир его глазами. Разговоры об усыновлении не отличаются от разговоров на другие темы, с которыми родители и дети сталкиваются в жизни. Усыновление - это реальность, в которой живет семья,

реальность, вызывающая у членов семьи определенные мысли и чувства, которыми они делятся друг с другом.

Иногда касающиеся усыновления мысли ребенка шокируют нас или поселяют в сердце тревогу. Нам может показаться даже, что его замечания или вопросы, их настойчивая повторяемость говорят о том, что ему больно оттого, что он усыновленный. Родители должны постараться поддержать понятное и здоровое любопытство детей, интересующихся своими корнями и своей семьей, пытающихся сформировать представление о самих себе. Задача родителей - не просто сообщить ребенку, что он усыновлен, а дозировать информацию по мере того, как он взрослеет. Мы должны научиться слушать ребенка - так мы сможем понять, как он переживает усыновление и что оно значит для него в тот или иной момент жизни.

## **Трудности, возникающие в процессе жизнедеятельности замещающей семьи**

Одним из специфических свойств замещающей семьи является построение отношений с ребенком в отсутствие кровной связи (ребенок принимается в семью в связи с утратой им попечения со стороны биологических родителей). Это наиболее ранний опыт смены семейного окружения, через который дети проходят из-за невозможности проживания в родной семье.

Наличие негативной симптоматики в поведении приемных детей (уходы их дома, присвоение чужих вещей, неподчинение родителям, отказ от обучения в школе и т.п.), отказ приемных родителей от дальнейшего выполнения обязанностей по воспитанию приемного ребенка, жалобы приемных родителей на трудности выполнения этих обязанностей и т.д., - свидетельствуют о необходимости поиска ресурсов эффективного замещающего родительства в области совершенствования знаний и умений замещающих родителей, направленных на обеспечение благополучия и воспитание приемных детей.

Успешность деятельности воспитания определяется разнообразными объективными и субъективными факторами. Опыт практической работы в сфере сопровождения замещающих семей, анализ консультативных случаев, позволяют зафиксировать отсутствие единого алгоритма действий, которого придерживаются замещающие родители, реализуя чрезвычайно богатую многообразием практику воспитания. Руководством к действиям являются индивидуальные представления о целях, задачах и используемых средствах их достижения, являющихся достоянием уникального личного опыта. Сложность психологической работы связана с тем, что развитие детско-родительских отношений нельзя ни предсказать с точностью, ни детерминировать.

Актуальной является задача создания эффективной системы психолого-педагогической помощи и поддержки приемной семье. Психолого-педагогическое сопровождение приемной семьи является практикой, организованной на основе теории, определяющей механизмы и динамику функционирования приемной семьи.

Психологическая работа с приемными родителями нацелена на осознание проблем и ответственности, связанной с приемом в семью ребенка, на повышение психологической компетентности родителей. Приемным родителям необходимо владеть информацией о психологических особенностях детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и причинах появления проблем развития (представления общества в этой области часто стереотипны, искажены или ошибочны), об адекватных стратегиях воспитательного воздействия. Важно знать, какими особенностями отличается поведение детей, лишенных родительского попечения, и какая помощь необходима ребенку; при каких условиях осуществляется нормальное развитие ребенка, с какими трудностями сопряжена адаптация ребенка к новым условиям, каковы основные функции семьи, и что такое дисфункциональная семья, каковы способы оптимизации детско-родительских отношений.

Людам, берущим на себя функции обеспечения замещающей семейной заботы, безусловно, нужна серьезная профессиональная психологическая поддержка. Особенно она нужна тем родителям, которые не чувствуют своей состоятельности в родительской роли, не уверены в себе, предполагают, что не справятся с серьезными проблемами приемного ребенка и сложностями его воспитания. Необходимым является формирование у кандидатов в замещающие родители ощущения своей состоятельности в родителстве, овладение навыками проблемно-разрешающего поведения, основанного на позитивном восприятии.

Психологическая помощь – это осуществление не только информационной, но и эмоциональной, духовной помощи. Необходимо обращение к личному опыту, прояснение значимых отношений в контексте жизненной истории, нацеленность на повышение ресурсов эффективного родительства, в число которых включается наличие достижений при решении проблем, возможности уважения себя за маленькие «победы».

Улучшение количественных и качественных результатов в сфере психолого-педагогического сопровождения замещающих семей требует высокопрофессиональной практической работы. Помощь замещающим семьям на всех этапах жизнедеятельности должна носить системный и комплексный характер. При этом нужно обеспечить адекватный, доступный и разнообразный пакет услуг и построить систему контроля и наблюдений за динамикой развития ребенка. Каждая семья, испытывающая трудности воспитания приемных детей, ставит перед специалистами сложные вопросы, требующие всестороннего рассмотрения и владения тонкими технологиями.

Следует обратить внимание на необходимость формирования социальной среды, поддерживающей приемную семью. Для приемных семей важно ощущение поддержки со стороны специалистов органов опеки, учителей, родственников, свидетельства понимания окружающими пользы от пребывания ребенка в семье, очевидность для них изменений в лучшую сторону. В некоторых случаях приемные родители недостаточно используют ресурс помогающих специалистов.

Поддержка и понимание со стороны членов семьи, особенно при появлении тех или иных проблем, так же очень важна. Иногда члены семьи настроены против приемных детей, при этом приемный родитель оказывается в положении «меж двух огней».

Важно, чтобы приемные родители хорошо знали ориентиры, к которым надо стремиться, воспитывая и развивая ребенка, понимали содержание критериев положительной динамики в развитии приемных детей. Это приводит к появлению удовлетворенности от приложения иногда очень значительных усилий для достижения результата. Задача специалистов: помочь родителям отследить положительную динамику в развитии ребенка во избежание возрастания неудовлетворенности у родителей, если они не видят результатов приложенных усилий.

Необходимо стремиться к тому, чтобы привычной стала мысль о том, что медленный и не очень явный прогресс – совершенно закономерное явление, что нет

ничего страшного в том, что приемные родители не всегда самостоятельно смогут разрешить конфликты и справиться с трудностями.

Следует избегать переоценки приемными родителями собственных сил, так как это может привести к пагубным последствиям. При наличии трудностей надо активно искать помощь, обращаться к психологу, к социальному педагогу, к другим специалистам. Иногда приемные родители не обращаются за помощью в силу особенностей своего характера. Специалистам в этом случае нужно инициировать сотрудничество, активно «идти навстречу» приемным родителям - предлагать помощь, организовывать продуктивное взаимодействие. Помощь специалистов нужна и в случаях появления у приемных родителей тревожных эмоциональных состояний при ощущении, что ситуация выходит из-под контроля и имеющихся знаний и умений недостаточно для решения проблем в приемной семье.

Существует проблема, связанная с тем, что специалисты органов опеки, осознают серьезность проблем приемной семьи, в то время как приемные родители считают, что в их приемной семье «все нормально». Специалистам иногда бывает очевидно, что в данной приемной семье недостаточно обеспечивается удовлетворение физических, психологических, социальных потребностей детей в связи с тем, что особенности родителей не отвечают предъявляемым требованиям. В этих случаях приемные родители испытывают затруднения в создании в семье условий, соответствующих целям семейного устройства детей, оставленных без родительского попечения.

Важным представляется понимание приемными родителями необходимости разделения вопросов, обсуждаемых в супружеской подсистеме, и вопросов, обсуждаемых между родителями и детьми. Если родители не умеют или не хотят обозначить необходимые границы, дети могут присвоить себе чрезмерную власть. Власть может передаваться детям в связи с пассивностью приемных родителей на тех этапах жизни ребенка, которые требуют от взрослых принятия решений (организовать занятия с репетитором, помочь в приготовлении школьных заданий, формировать поддерживающую социальную среду). В семье восстанавливается равновесие благодаря тому, что рядом с гипофункционалом ребенок становится гиперфункционалом. Активность ребенка в силу его незрелости перетекает в русло действий, которые окружающими оцениваются как отклонения: бросают учебу, поздно возвращаются домой, пытаются обеспечить себя материально, уходят в виртуальную реальность.

В некоторых случаях приемные родители занимают «жесткую» позицию, концентрируются на том, каким они хотят видеть приемного ребенка. При этом не учитываются индивидуальные особенности ребенка, его возможности и склонности. Многим приемным родителям, испытывающим трудности в воспитании приемных детей, не хватает гибкости родительской позиции, т.е. готовности и способности изменения стиля общения, способов воздействия на ребенка по мере его взросления и в связи с различными изменениями условий жизни семьи. В ряде случаев существуют психологические барьеры: несовместимость темпераментов, черт характера, привычек.

## **Профилактика и преодоление проблем детей, воспитывающихся в замещающей семье**

### **Помощь первокласснику в адаптации к школе**

В самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности.

Однако, говоря об адаптации как процессе, нужно помнить о двух его сторонах. С одной стороны, человек - это объект приспособления к условиям жизнедеятельности. Приспособить ребенка к школе - значит подвести его к пониманию необходимости выполнять учебные и социальные требования, принимать на себя ролевые обязательства школьника. Естественно, что такое приспособление происходит не только на внешнем, поведенческом уровне, но и на внутреннем, личностном; формируются определенные установки, личностные свойства, делающие ребенка хорошим учеником — послушным, старательным, неконфликтным.

С другой стороны, адаптация подразумевает не только приспособление, но и создание условий для последующего развития. Тогда получается, что адаптировать ребенка - это приспособить его к развитию. В этом случае ребенок ощущает себя в конкретной школьной среде автором своей жизни, у него сформированы психологические свойства и умения, позволяющие в нужной степени соответствовать требованиям и нормам, у него сформирована способность развиваться в этой среде, реализовать свои потребности, не входя в противоречие со средой. Школа и ребенок взаимно адаптируются друг к другу.

Нужно также постоянно контролировать состояние здоровья ребенка и изменение его показателей под влиянием учебной нагрузки - это один из основных критериев, характеризующих протекание адаптации к систематическому обучению.

#### *Перестройка организма*

Ребенок должен привыкнуть к изменившимся требованиям и психологическим нагрузкам. Некоторые дети к концу первой четверти худеют. У многих отмечается снижение артериального давления (что является признаком утомления), а у некоторых - значительное его повышение (признак настоящего переутомления). У многих первоклассников родители наблюдают головные боли, усталость, плохой сон, снижение аппетита, врачи отмечают появление шумов в сердце, нарушения нервно-психического здоровья и другие недомогания.

В физиологической адаптации к школе выделяют несколько этапов.

- Первые 2-3 недели называют "физиологической бурей" или "острой адаптацией". Это самое тяжелое время для ребенка. В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем, в результате в сентябре многие первоклассники болеют.

- Следующий этап адаптации - неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.

- После этого наступает период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

Адаптация в целом длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника.

#### *Рекомендации в отношении режима дня первоклассника*

Организация режима дня необходима для поддержания хорошего физического состояния ребенка. После школы первокласснику желательно спать днем, так как с непривычки детский организм будет сильно уставать. Лучше делать уроки (если первоклассник получил какие-либо задания на дом) в середине дня. Считается, что у мозговой активности в течение суток имеется два пика: 9-12 часов и 16-18 часов, когда и имеет смысл делать уроки. Важно уложить ребенка спать не позже 9 часов вечера. Детям семи лет рекомендуется спать не менее 11 часов в сутки. Невыспавшийся ребенок будет благополучно спать первые два урока в школе.

С приходом в школу у детей в два раза сокращается двигательная активность. Двигательная активность для ребенка - это его нормальный рост, развитие. В режим дня обязательно нужно включить утреннюю зарядку и прогулки (перед выполнением домашнего задания и перед сном).

#### *Стресс перемен*

Серьезные жизненные перемены - стресс для всякого человека: и взрослого, и ребенка. Ребенку они даются тяжелее. Душа у него нежнее. А поступление в школу - это стресс, да еще какой! Последние дни перед 1 сентября и начало учебы - трудное время для ребенка. Да, он хочет в школу или, по крайней мере, не возражает против школы. Но вдруг ни с того ни с сего начинаются капризы, даже истерики. Это кажется непонятным, ведь никто не обижает, общий фон положительный, трудностей пока никаких. А у первоклассника тем не менее откуда-то возникают резкие перепады настроения. Даже у самых послушных детей могут начаться капризы. Ребенок начинает грубить, проявлять агрессивность, чего за ним раньше никогда не замечалось.

На стресс ребенок выдает некую реакцию. И от того, что скажут и сделают родители, зависит, будет ли успокаиваться душа маленького человека, возвращаться потихоньку на круги своя - или этот стресс забьется в угол, как зверек, останется в душе на всю оставшуюся жизнь болью. Причина боли давно забудется, и проявляться она станет в самых неожиданных, самых непредсказуемых ситуациях.

Элвин Фрид в "Книге для тебя" рассказывает, что есть на белом свете мурашки и есть ласковушки. Мурашки - это любые "прикосновения", от которых делается плохо, горько, больно и неудобно. Окрик, шлепок, замечание. Существует мнение, что три замечания в день для ребенка - это предел. Больше - залог невротизации.

Ласковушки - это то, от чего делается хорошо, приятно. Поощрение, одобрение, радость от твоего присутствия. И еще, как ни странно, - просто констатация факта, что родители тебя видят. Например, сын строит в своей комнате из "Лего", а папа заходит на секунду: "О, Игорь, замок-то уже подрост". И Игорь понимает, что папа его видит, помнит о том, каким был замок вчера и вообще заметил их существование - и сына и его постройки. Считается, что дети могут вырасти нормальными людьми с положительной самооценкой без поощрений, но не могут - без констатации факта своего существования.

Особенно нужны детям ласковушки, когда они капризничают и им не остановиться, когда они сердятся и не могут перестать сердиться, когда что-то не получается. В тот момент, когда ребенку нужна поддержка, ласка, даже принятие его капризов, родители нередко жесткими высказываниями прерывают эмоциональные связи и оставляют ребенка наедине с его состоянием. Из своего тяжелого состояния ребенок не всегда может выбраться сам. Ему нужно помочь. А взрослые часто не понимают, в чем дело, считают происходящее капризом.

Не следует добавлять в беспокойное состояние ребенка нервотрепку дома. В школе ребенок может вести себя идеально, чаще всего так и бывает. На три-четыре часа, пока идут уроки, он концентрируется, держит нагрузку. А дома, где все родное, знакомое, где его любят, он может и должен расслабиться - это нормально.

Дети бывают разные. Кто-то, придя домой, сразу засыпает, хотя давно перестал спать днем, и потом остается бодрым до вечера, а кто-то ходит раздраженный до позднего вечера, даже ночью ему не заснуть. Здоровый ребенок с сильной нервной системой, может быть, спокойно сможет существовать в этом новом процессе. Но если ребенок чем-то болен, ослаблен, если есть любые хронические заболевания, то не будем удивляться любым, самым неадекватным реакциям. К этому нужно быть готовыми.

Чтобы помочь ребенку сбросить накопившуюся отрицательную энергию, надо заниматься с ребенком тем, что ему интересно. Строить из конструктора, читать вслух интересную книжку, посмотреть мультфильм, отправиться гулять. Только не нужно "отдыхать" вместе у компьютера - это дополнительная нагрузка на нервную систему ребенка. Да и буйные игры с папой нужно ограничить пока десятью-пятнадцатью минутами. Словом, потише, поспокойнее, поинтереснее. Не надо забывать о водных процедурах и нелекарственных успокаивающих средствах. Многих успокаивает теплое молоко на ночь или стакан теплой воды с медом. Кто-то расслабляется от мягкого маминого или папиного массажа, пусть и не профессионального. И не надо спрашивать ребенка о поведении в школе, так как это усиливает напряженность. Не надо раздражаться самим, ставить каждое лыко в строку. Чего-то не заметим, пропустим мимо ушей, что-то обратим в добрую шутку, обнимем лишний раз, поцелуем.

Поступление в школу - это наступление нового этапа в жизни ребенка. Как и все новое, школа несет массу интересного, необычного, радостного, но и иногда и трудного. Открываются новые возможности для развития, получения положительных эмоций.

## Преодоление школьной дезадаптации

Проходя через этапы своего развития, ребенок включается в решение появляющихся новых задач. Ученые открыли такую закономерность развития: периоды преимущественно индивидуального развития сменяются периодами социального развития. Проследим жизнь ребенка: первый год – этап эмоционально-насыщенного общения с близкими, ухаживающими за ребенком, взрослыми (социальное развитие); второй и третий годы жизни – овладение посредством игрушек навыками обращения с предметами (индивидуальное развитие); возраст от трех до семи – проигрывание сюжетно-ролевых игр (социальное развитие), младший школьный возраст – занятие учебной деятельностью (индивидуальное развитие), подростковый возраст – общение со сверстниками (социальное развитие), юность – профессионально ориентированная учебная деятельность (индивидуальное развитие).

Учебная деятельность является ведущей для полноценного психического развития ребенка на протяжении нескольких лет в младшем школьном возрасте. Значимость учебной деятельности нельзя умалять. Без нее не разовьются в должной мере познавательные способности. Поэтому так важно психологическое включение ребенка в учебную деятельность, чтобы она являлась его основной деятельностью, чтобы он комфортно чувствовал себя в социальной позиции ученика. Этому способствует переживание школьником успеха и связанных с ним положительных эмоций, возникающих, если учебные задачи посильны и выполнимы.

Когда ребенок не справляется с учебной деятельностью, он теряет к ней интерес. Полезно фиксировать, отмечать и поощрять удаchi ребенка в учебной деятельности, самые, казалось бы, незначительные. Следует уделить внимание тренировке воли ребенка, развитию желаний доводить начатое до конца, не откладывая его на «потом» при первых же трудностях.

Положительными показателями школьной адаптации является адекватное ситуации поведение ребенка, установление позитивных контактов с учителем и сверстниками, овладение навыками учебной деятельности, стремление получать положительные оценки и отзывы. Необходим установленный режим жизни и занятий, а также мотивация ребенка и его родителей на овладение все большим кругом знаний, учебной деятельностью, преодоление трудностей в учебе.

Для укрепления желаний ребенка учиться имеет значение наличие у него всех необходимых учебников, пособий, принадлежностей. Если взрослые хотят, чтобы ребенок научился самостоятельности, необходимо пройти этап совместных действий. Здесь взрослому, возможно, понадобятся терпение, доброта, изобретательность. Для вхождения в работу приготовление уроков лучше начать с простого задания.

Проблемы могут быть в мотивационной сфере. Как наиболее эффективная рассматривается познавательная потребность, позволяющая ребенку приобретать новые знания, так как они интересны для ребенка сами по себе. Потребностями, побуждающими к учебной деятельности, могут быть такие потребности, как

получение одобрения родителей, приобретение высокого статуса в среде сверстников и т.д.; для старшеклассников актуальна потребность использования знаний для обретения в последующем престижной профессии.

Ресурс развития познавательных интересов содержит система дополнительного образования, предоставляющая возможность занятий по интересам (спортивные, музыкальные кружки и т.п.). Благоприятна возможность пользоваться библиотекой, где ребенок может сам выбрать книгу; особенное значение имеет посещение музеев, театров.

Если развитие ребенка было затруднено в дошкольном возрасте, существует большой риск проблем в школьной адаптации. Причин школьной дезадаптации у детей много: плохое здоровье, недостаточное развитие психических функций восприятия, памяти, мышления, воображения, педагогическая запущенность. Нарушения в процессе усвоения информации приводят к быстрой потере интереса в учебной деятельности. У некоторых детей складывается защитно-избегающая модель общения с взрослым: они пассивны, апатичны, безразличны, не относят к себе обращения и задания, адресованные всем детям. Другие дети ведут себя демонстративно-агрессивно. Для них характерно недружелюбие, неприятие норм учебного поведения.

Важной составляющей обеспечения включенности ребенка в учебную деятельность является профилактика чрезмерного общения ребенка с компьютерными гаджетами, которое может вовлечь ребенка в компьютерную зависимость впоследствии. Иногда родители наряду с пониманием возможности подобных рисков затрудняются в понимании того, какие действия необходимо им предпринять. Запрет? Категорически нет. Хотя практика показывает, что другими средствами родители оказываются не вооружены.

Мы полагаем, что проблема довольно серьезная. И как у любой другой сложной проблемы, и в этом случае мы не должны рассчитывать на быстрые магические или волшебные средства. Ребенок самостоятельно не приходит к мысли о риске попасть в зависимость. На наш взгляд, родители должны простроить определенную логику собственной деятельности в данном направлении. В частности, значительные усилия необходимо направить на расстановку правильных приоритетов в сознании ребенка. Как и любая зависимость, компьютерная зависимость предполагает состояние несвободы. Ребенок должен это осознавать и принять решение, подвергать или не подвергать себя этому риску. Ребенку необходимо понимание прикладной природы компьютера и цифровых технологий, то есть в итоге всех воспитательных профилактических мероприятий ему должно быть ясно, что компьютер не главная часть его жизни.

Чтобы включить ребенка в процесс размышлений над проблемой, разумеется, должны быть отлажены формы взаимодействия. Ребенок общается с родителем, если он воспринимает его как человека, с которым можно безопасно и продуктивно обсуждать те или иные проблемы, которому не жалко потратить время на общение и приложить усилия для оказания помощи в преодолении трудностей. Важно иметь хороший контакт с ребенком, что затруднено в случае конфликтных или враждебных отношений.

Здесь необходимо использовать технологии, направленные на улучшение понимания. Например, задавать вопросы, предполагающие поиски ответов, проводить резюмирование фрагментов обсуждения с целью обобщения материала и выделения главных мыслей.

Детям с несформированной учебной деятельностью особенно сложно не пойти по пути времяпрепровождения, не требующего усилий. Возможны частые отвлечения от учебы, трудности сосредоточения на решении тех или иных учебных задач, необходимых для достижения успешного результата.

Одна из самых частых жалоб приемных родителей: «У нас проблемы в школе». Дети не хотят делать уроки, прогуливают, не могут управлять собой и т.д. Нередко именно из-за проблем со школой, у приемных детей есть риск потерять семью второй раз. Хотелось бы, чтобы те взрослые, которым суждено стать значимыми для приемного ребенка людьми, а это педагоги и воспитатели, поняли этих детей и постарались им помочь.

Действительно, ребенок, не получивший опыта семейного воспитания, может выглядеть необычным. Он может не знать элементарного, не уметь себя вести, у него возникают необъяснимые перемены настроения. Если взрослый настроен неприязненно, ребенок может и не поймет этого, но обязательно почувствует. Если глаза, тон голоса, движения взрослого выражают мысль: «Ты не такой, как надо», ребенок прекрасно ее считывает. Особенности детей, оставшихся без родителей, есть результат приспособления ребенка к ненормальным обстоятельствам. Если жизнь наладится и обстоятельства жизни сложатся благоприятно, благодаря адаптивным возможностям ребенок сможет приспособиться и к ним: наверстает многое из упущенного, раскроется по-новому. Дети от природы наделены жизненной силой, стремлением расти и развиваться.

Взрослые помогают приемному ребенку, если:

- не усугубляют напряжение, когда ребенок испытывает стресс, избегают осуждающего тона, упреков, замечаний;
- способны «не дать разгореться пожару», умеют вовремя сменить тему, смягчиться, тактично и по-доброму успокоить ребенка;
- умеют выдвигать требования без критики, формулировать требования позитивно и подсказывать выход из положения; вместо «Не кричи» предлагают ребенку: «У нас есть правило: говорить вежливо и спокойно. И ты попробуй».

Одной из задач является правильный подбор образовательного учреждения для ребенка. В определении учреждения, которое подходит ребенку, и где он сможет быть успешным, необходима помощь специалистов.

Успешность и безболезненность адаптации ребенка к школе связаны с его социально-психологической и физиологической готовностью к началу систематического обучения.

#### *Причины трудностей адаптации младшего школьника к обучению*

- Несформированность «внутренней позиции школьника». Внутренняя позиция школьника сформирована, если ребенок действительно хочет учиться, а не только ходить в школу.

У половины детей, поступающих в школу, эта позиция еще не сформирована. Нужно помочь ребенку, сталкивающемуся с такими трудностями, принять «позицию школьника»: чаще ненавязчиво беседовать о том, зачем нужно учиться, почему в школе именно такие правила, что будет, если никто не станет их соблюдать. Необходимо развитие у ребенка учебной мотивации, позволяющей ему воспринимать и старательно выполнять учебные задания. Ребенок, став учеником, вынужден подчиняться новым для него правилам школьной жизни, что, в свою очередь, приводит к повышению психологического напряжения. Многочисленные «можно», «нельзя», «надо», «правильно», «неправильно» лавиной обрушиваются на первоклассника. Эти правила связаны как с организацией самой школьной жизни, так и с включением ребенка в новую для него учебную деятельность. Нормы и правила порой идут вразрез с непосредственными желаниями и побуждениями ребенка. К этим нормам нужно адаптироваться. Успешность такой адаптации во многом зависит от сформированности «внутренней позиции школьника» и учебной мотивации.

- Слабое развитие произвольности. Произвольное поведение является новообразованием младшего школьного возраста, развивающимся внутри учебной (ведущей) деятельности этого возраста. Для успешного овладения учебной деятельностью первокласснику необходимо достичь нижнего уровня развития произвольности. В этом случае ребенку свойственно: умение сознательно подчинять свои действия правилу, определяющему способ действия; умение ориентироваться на заданную систему требований; умение внимательно слушать говорящего и точно выполнять задания, предлагаемые в устной форме; умение самостоятельно выполнять требуемое задание по зрительно воспринимаемому образцу.

- Общение с учителем может представлять трудность для ребенка. Именно в сфере общения ребенка со взрослым к концу дошкольного возраста происходят существенные изменения. Одним из важнейших компонентов учебной деятельности является *принятие учебной задачи*, которое является следствием способности выделить вопрос-проблему, подчинить ей свои действия.

- Недостаточно развитая способность к взаимодействию с другими детьми. Психические функции сначала складываются в коллективе в виде отношений детей, а затем становятся функциями психики индивида. Только соответствующий уровень развития общения ребенка со сверстниками позволяет адекватно действовать в условиях коллективной учебной деятельности. Общение со сверстником теснейшим образом связано с таким важнейшим элементом учебной деятельности, как учебное действие. Овладение учебными действиями дает ребенку возможность усваивать общий способ решения целой категории задач. Дети, не владеющие общим способом, как правило, могут решать только одинаковые по содержанию задачи. Установлено, что усвоение общих способов действия требует от учащихся умения взглянуть на себя и свои действия со стороны, требует внутренней смены позиции, объективного отношения к действиям других участников совместной работы, то есть коллективной деятельности.

- Специфическое отношение к себе, своим возможностям и способностям, к своей деятельности и ее результатам. Трудности детей на первых порах обучения в школе могут быть связаны. Учебная деятельность предполагает высокий уровень контроля, который должен базироваться на адекватной оценке своих действий и возможностей. Для того, чтобы ребенок был способен лучше адаптироваться к изменившимся условиям жизни, ему необходимо иметь положительное представление о себе. Дети с отрицательной самооценкой склонны в каждом деле находить непреодолимые препятствия. У них высокий уровень тревожности, эти дети хуже приспосабливаются к школьной жизни, трудно сходятся со сверстниками, учатся с явным напряжением, испытывают трудности в овладении знаниями.

- Завышенные требования со стороны родителей. Нормальные средние успехи ребенка иногда воспринимаются родителями как неудача. Реальные достижения не учитываются, оцениваются низко. В результате у младшего школьника растет тревожность, падает стремление к достижению успеха, уверенность в себе, формируется низкая самооценка, которая закрепляется низкой оценкой окружающих. Часто родители, пытаясь преодолеть трудности, добиться лучших (с их точки зрения) результатов, увеличивают нагрузки, устраивают ежедневные дополнительные занятия, заставляют по несколько раз переписывать задания, чрезмерно контролируют ребенка. Это приводит к еще большему торможению развития.

- Состояние здоровья и уровень физиологического развития. Организм должен быть функционально готов, то есть развитие отдельных органов и систем должно достичь такого уровня, чтобы адекватно реагировать на воздействия внешней среды. Соматически ослабленные дети, имеющие хронические заболевания и стоящие на учете у разных специалистов, начинают болеть уже в первый месяц обучения, не выдерживая школьную нагрузку. Они имеют много пропусков и долго восстанавливаются после болезни. У этих детей низкая работоспособность, повышенная утомляемость.

Трудности с адаптацией возникают у детей с синдромом дефицита внимания (гиперактивных). Для них характерна чрезмерная активность, суетливость, невозможность сосредоточить внимание. У мальчиков встречается чаще, чем у девочек.

Леворукие дети (10% от общего числа) плохо срисовывают изображения, имеют плохой почерк, не могут держать строчку. Для них характерны: искажение формы, зеркальность письма, пропуск и перестановка букв при письме, сниженная способность зрительно-двигательной координации.

Первые месяцы обучения детей в школе характеризуются повышенной эмоциональной напряженностью. Поэтому для детей с нарушениями эмоционально-волевой сферы этот период будет представлять серьезную опасность для здоровья. Это агрессивные, эмоционально расторможенные, застенчивые, тревожные, замкнутые дети. Неумение младшего школьника понимать свое и чужое эмоциональное состояние, контролировать свои эмоции и управлять поведением, приемлемыми способами выражать свои чувства,

конструктивно решать возникающие на жизненном пути проблемы, конфликтные ситуации - все это может привести к трудностям в эмоциональном и коммуникативном развитии, к ухудшению психологического и психического здоровья.

В семьях, где часто бывают конфликты между супругами, ребенок растет тревожным, нервным, неуверенным, так как семья не способна удовлетворить его основные потребности в безопасности и любви. Как следствие - общая неуверенность в себе и склонность панически реагировать на некоторые трудности автоматически переносятся на школьную жизнь. Тревожность, которая сформировалась в дошкольном возрасте под влиянием семейных отношений, семейных конфликтов, отрицательно влияет и на учебную деятельность, и на отношения со сверстниками.

## Этот сложный переходный возраст...

У некоторых родителей, как родных, так и приемных, сложности во взаимоотношениях с ребенком возникают в подростковом возрасте, который, действительно, является сложным этапом развития. Преодолеть трудности помогает знание психологических особенностей подростка.

Подростковый возраст – это период между детством и взрослостью. Есть высказывание: «подросток... – это ребенок, становящийся взрослым». Переходя из детского мира во взрослый, он не принадлежит ни одному из них. Успех этого перехода во многом зависит от «взрослого общества», от наличия подготовленных культурой путей вхождения подростка во взрослый мир с возложением на него определенных прав и обязанностей. Подростку необходимо, чтобы за ним признали не только «взрослые» обязанности, но и «взрослые» права. Достижение «взрослой позиции» прежде всего связано с развитием самостоятельности. Стремление подростка к занятию более самостоятельной, более «взрослой» позиции накладывает отпечаток на его отношения с взрослыми (родителями или заменяющими их лицами) – происходит ослабление эмоциональных связей. Меняется основной институт социализации, преобладающее влияние семьи замещается влиянием группы сверстников, которая становится источником норм. В связи с этим происходит постепенное освобождение от опеки родителей (лиц, их заменяющих) и вхождение в группу сверстников, где устанавливаются отношения конкуренции и партнерства с представителями обоего пола.

В отношениях со сверстниками в подростковом возрасте явно преобладают две тенденции: стремление к общению и желание получить признание, быть принятым в данной группе.

Происходит изменение самооценки. В 12-13 лет общее положительное отношение к себе сочетается с ситуативно отрицательными оценками себя, зависящими прежде всего от оценок окружающих, особенно сверстников. Предметом личностного осмысления становятся черты собственного характера, взаимоотношения с другими людьми. Возрастает критичность, как по отношению к другим, так и к самому себе.

### *Основные психологические особенности подросткового возраста*

- Подросток уже не ребёнок, но ещё и не взрослый.
- Кризис 13 лет очень часто сравнивают с кризисом 3-х лет, только направлен он не на освоение пространства и предметные действия, а на освоение социального пространства, пространства человеческих взаимоотношений.
- Этот этап называют этапом «второй перерезки пуповины». Ребёнок отделяется от родителей и уходит в свой мир - мир сверстников. Подросток верит в уникальность собственных проблем и переживаний, что порождает чувство одиночества и подавленности.
- Борясь с собственным одиночеством, и осознавая сложность проблем, подросток начинает искать себе подобных. Так образуются молодёжные тусовки и формируется подростковая субкультура в противовес миру взрослых. Мир вокруг

распадается на «своих» и «чужих», причём взаимоотношения между этими группами порой резко антагонистичны.

- Учебная деятельность и школа перестаёт быть главной и самой важной задачей. Ведущей деятельностью становится общение со сверстниками. В подростковом возрасте происходит снижение продуктивности умственной деятельности в связи с тем, что конкретное мышление сменяется логическим.

- Именно новым для подростка механизмом логического мышления и объясняется рост критичности. Он уже не принимает постулаты взрослых на веру, он требует доказательств и обоснований. Рост критичности подчас ведёт к полному негативизму. Чаще же всего этот негативизм распространяется только на конфликтные, стрессовые и эмоционально напряжённые для подростка ситуации. Лишь у 20 процентов подростков полностью отсутствуют кризисные проявления негативизма.

- Для подросткового возраста характерна направленность поиска на собственную личность, самоисследование и самоанализ. Подросток пытается высказаться, пусть даже самому себе, делая записи в дневниках.

- Подросток стремится следовать за модой и идеалами, принятыми в молодёжной субкультуре. Огромное влияние на их формирование оказывают средства массовой информации.

#### *Как стать идеальным родителем подростка*

Жизнь в семье с подростком похожа на парный танец со сменой ролей. Вы выступаете то в роли ведущего, то в роли ведомого. Причём эти роли не маски (главное - ничего не «играть»), а реальная готовность родителя адаптироваться к постоянно меняющейся ситуации и настроению, гибкая позиция по отношению к мнениям и взглядам собственного ребёнка и уважение к другой отдельной личности.

Вам придётся признать, что период «непререкаемого авторитета родителей» больше никогда не вернётся, поэтому перестаньте командовать и руководить. Попробуйте заново «заслужить» былой авторитет. На этом пути необходимо руководствоваться тем, что ребёнок больше не верит абстрактным словам и декларациям, он анализирует Ваши действия, стратегии, статус.

Попробуйте не только слушать ребёнка, но и наблюдать за его реакциями. Подчас его поза, жесты и мимика лучше говорят о его состоянии, чем привычный вербальный (словесный) подростковый протест. Задавайте себе вопрос: «Почему он так неадекватно реагирует?», «Что я могу сделать, чтобы сгладить противостояние?». Поверьте, он не хочет бороться, он хочет разобраться и приглашает Вас последовать за ним.

Сохраняйте чувство юмора и пытайтесь передать ребёнку хотя бы небольшую часть своего оптимизма. Дело в том, что все происходящие с ним изменения как физические, так и духовные, Ваш подросток воспринимает очень трагично. Если Вы сами тоже начинаете застревать на анализе и разборе детских проблем и перспектив их разрешения, то ситуация дома становится похожей на непрерывное производственное совещание. Для того, чтобы лучше увидеть

ситуацию, отстранитесь от неё. «Большое видится на расстоянии», желательно с более лёгких и оптимистичных позиций. Не стоит шутить над эмоциями подростка, гораздо эффективнее иронизировать над самой ситуацией. Шутка поможет немножко разрядить обстановку.

Старайтесь «фильтровать» информацию, поступающую к Вам из СМИ и литературы по проблемам подросткового возраста. Далеко не все «ужастики», которые случаются с подростками, обязательно должны произойти с Вашим ребёнком.

Вспомните о тех семейных ценностях и традициях, которые существуют в Вашей семье. Проанализируйте, что из этого багажа стало общим для Вас и Вашего ребёнка, а где проходит очевидный водораздел. И если какие-то, очень значимые для вас ценностные ориентиры, оказались для ребёнка в списке чужих, не хватайтесь за голову и не «пилите». Правильным будет не продекларировать, а убедить в преимуществах того или иного качества или свойства. Проанализируйте, что бы могли Вы позаимствовать у ребёнка, чему могли бы поучиться.

Одно из главных стремлений подростка - стремление к самостоятельности. Но самостоятельность предполагает полную ответственность за себя и посильную за жизнь семьи. Основная проблема заключается в том, что подросток стремится к ответственности только там, где она ему выгодна. Ваша же задача научиться делиться своей ответственностью с ним и в других «маловыгодных», на первый взгляд, областях. Вам необходимо дать ему понять, что всё, что происходит в его жизни и в жизни семьи, происходит теперь не только благодаря Вам или по Вашей вине, как это было в раннем детстве, но и благодаря или вопреки его действиям.

Подросток не глина, да и Вы не скульптор. К сожалению, Вам не под силу вылепить скульптуру «идеального» ребёнка, воплощающую все Ваши устремления, мечты, фантазии и амбиции, из реального сына или дочери. У него - совсем другое «идеальное Я». Ваша цель - помочь ему меняться и взрослеть, исходя из его реальных устремлений и целей.

Помогайте ребёнку сделать конкретные шаги к его целям. Это очень важно для самоопределения. Поскольку в подростковом возрасте цели глобальны, а возможности ещё немножко отстают, то его «идеал» так и может остаться в области мечтаний о несбыточном. Помогите ребёнку поверить в свои силы, и, если это необходимо, разработайте вместе стратегию достижения результата. Помните, что ведущая роль в подобной работе и ответственность за неё принадлежит ему, Вы - лишь способны поделиться собственным опытом по запросу ребёнка.

Научите ребёнка не бояться собственных ошибок и относиться к ним как к, возможно, не самому приятному, опыту для последующего анализа. Банальное: «не ошибается только тот, кто ничего не делает» помогает это осознать. Желательно показывать опыт «падений и взлётов» на примерах из собственной жизни и жизни других значимых для ребёнка людей, а не на постоянном проговаривании и бесконечном «разборе его полётов».

Обратите внимание подростка на то, что любому человеку свойственны внутренняя противоречивость, неоднозначность, конфликт желаний и мотивов поведения. Понятия добро/зло, неудачник/победитель, свобода/зависимость,

воля/безволие, правда/ложь и т.д. подчас бывают столь относительны, неоднозначны и непостоянны, что каждая новая ситуация и в жизни взрослого человека требует их проверки, анализа, а иногда и полного пересмотра.

### *Переживания подростков – это серьезно!*

На фоне возрастного кризиса переходного возраста любые экстраординарные события способны спровоцировать сложные стрессовые переживания. Помогает подростку пережить перипетии внутренней и внешней жизни общение со сверстниками. Если есть группа друзей, значит, есть люди, на которых можно опереться при возникших сложностях. При этом подросток часто перестает использовать родительские фигуры как людей, на которых он может опереться. При нормальном развитии подросток достаточно быстро находит группу себе подобных. В процессе диалогического общения со сверстниками, разделенности чувств снимается острота душевной боли, пропадает ощущение безнадежности.

Для того, чтобы быть стойким по отношению к жизненным невзгодам, уметь отстаивать себя и свою позицию в конфликтных ситуациях, осваивать новые социальные роли, реализовываться в привлекательных сферах деятельности, достигать успехов, важен опыт преодоления сложностей. Каждый ребенок имеет свой собственный опыт, который он получает в процессе своего развития, начиная с раннего периода жизни. Опыт может быть позитивным, если ребенок получает должный уход, его окружают любящие, заботливые взрослые. Негативный опыт возникает в случае, если мама не дает должной заботы из-за погруженности в собственные проблемы и недостаточности социальной поддержки. При этом у ребенка появляется опыт заброшенности, одиночества, собственной ненужности.

В раннем детстве на основе своего опыта ребенок бессознательно принимает план жизни: побеждать или проигрывать, который определяет дальнейшую жизнь. Приблизительно до 8-летнего возраста у ребенка складываются представления о себе, о мире и о том, как выстраиваются отношения.

В случае появления признаков социальной дезадаптированности нужна работа по изменению жизненного сценария в сторону более продуктивных решений.

Отрицать, игнорировать, преуменьшать степень важности подростковых переживаний – большая ошибка. Нужна пропаганда помощи и поддержки, усилия для поддержания доверия, ориентация на осмысление происходящего.

### *Помощь подростку в самоопределении*

Мир наполнен множеством образов, множеством историй, потрясающих воображение подростка. Его кумиром может стать рок-певец, великий спортсмен, герой популярного фильма и т.д. Это образ может повести за собой, выступить в качестве эталона для подражания. Подросток, в силу свойственной возрасту недостаточной критичности, может начать подражать избранному персонажу во всем, не отделяя те черты, которые копировать не стоит. Так появляются изменения предпочтений в одежде, новый цвет волос и прическа, новые способы проведения свободного времени, новые увлечения и привязанности.

Подражание особенностям внешнего облика не требует больших усилий. Гораздо труднее развить талант, позволивший кому-то добиться выдающихся успехов в определенной сфере деятельности. Популярного рок-исполнителя отличает не только эпатажная внешность, но и способность писать проникновенные тексты, волнующую музыку, виртуозное владение музыкальным инструментом. Спортсмену, прежде чем завоевать медали и кубки, сформировать сильное и красивое тело, нужно много времени и сил отдать спортивным тренировкам, подчинить свою жизнь строгому режиму, следовать жестким ограничениям.

Именно в подростковом возрасте закладываются основы будущего самоопределения, согласно которому жизненный путь приобретет ту или иную траекторию. Родителям бывает нелегко предугадать, какое впечатление станет захватывающим для подростка, настолько, что у ребенка появится настойчивое желание присвоить себе черты кумира. Учитывая высокие энергии, вызванные эмоциями подростка, у родителей невелик шанс стать победителями, если они пойдут на конфронтацию из-за неодобрения выбора ребенка.

Постановка реальных целей, направленных на достижение успехов, – следующий шаг, сделать который подростку поможет взрослый. Заманчивые перспективы становятся реальностью, только если человек реализует задуманное в конкретных действиях. Результатом может стать развитие поэтических, музыкальных, интеллектуальных, спортивных способностей.

## Психологическое консультирование подростков

Для подростка психолог - это взрослый, не являющийся ни учителем, ни родителем, взрослый, с которым можно обсудить волнующие вопросы, который может стать доверенным лицом. Подростки редко бывают настроены на длительную работу, но вместе с тем проявляют искреннюю заинтересованность в самом процессе консультирования и его результатах. Им свойственны, с одной стороны, недостаточный уровень развития рефлексии, реакция эмансипации, чувство взрослости, что затрудняет осознание ситуации, мешает взглянуть на происходящее с точки зрения родителя, например, а с другой — возрастающий интерес к собственному внутреннему миру, стремление разобраться в явлениях психологической природы, что способствует успешности консультативного процесса.

Рассматривая полоролевою дифференциацию подростков, следует отметить большую развитость девочек физически и интеллектуально. Они более исполнительны и успешны, ориентированы на общение. Мальчики же ещё в начальной школе обычно отстают от девочек в учебе и в дисциплине. В подростковом возрасте у девочек активный физиологический рост наступает на два, три года раньше, чем у мальчиков. При этом у девочек, в связи с опережающим физическим и речевым развитием, определяется тенденция к превосходству над мальчиками. У мальчиков, напротив, формируется поведение избегания общения с представителями противоположного пола, которое может сочетаться с агрессией. Школьные требования, ориентированные в основном на тщательное выполнение типовых, шаблонных заданий ставят в более выгодное положение девочек. Мальчики, стремящиеся к постоянному поиску и нестандартным решениям, инертны к стереотипным методикам обучения и воспитания.

Если при консультировании взрослых консультант и клиент равноправны (это два взрослых человека равного статуса и приблизительно сходного жизненного опыта, причем опыт клиента может превосходить опыт консультанта), то при консультировании подростков ситуация прямо противоположна. Консультант заведомо обладает большим жизненным опытом и более высоким социальным статусом. Подобная ситуация может осложнить установление контакта, так как для подростка консультант - еще один взрослый, который скорее ближе к родителям, нежели к нему самому.

В этой ситуации консультанту важно поддерживать «обособленность» своей позиции, не родительской и не учительской, избегать типичных «учительских» или «родительских» реакций или поучений. В то же время при консультировании подростков позиция психолога характеризуется большей активностью, нежели при консультировании взрослых.

Подростки наверняка уже обсуждали с кем-то из взрослых (родственником, педагогом) свои взаимоотношения с родителями. Причем подростку советовали прислушаться к мнению родителей, ведь «они тебя любят и желают тебе только добра». Подобные советы обычно вызывают у детей в лучшем случае молчаливое несогласие, в худшем - бурное возмущение. Очень важно, чтобы психолог не стал

еще одним таким советчиком, поэтому необходимо (особенно на первых этапах работы) воздерживаться от малейшего морализирования или оценки. Это не значит, что консультант может только поглаживать и поддерживать клиента. Речь скорее идет об особом внимании к тому, как консультант выражает свое несогласие с тем или иным убеждением подростка. Лучше мягкая ирония, чем совет или оценка. Консультант - это человек, уже переживший подростковый возраст и обладающий опытом более или менее удачного перехода к взрослой жизни, которым он может поделиться с подростком. В ситуации консультирования подростка личный опыт консультанта превращается в метод работы. Обращение к событиям своего отрочества воспринимается подростками с интересом, они задают много вопросов и интересуются дальнейшим развитием описываемых событий.

Обращение к личному опыту консультанта может способствовать установлению контакта с подростком, рассмотрению явлений в возрастной динамике, анализу эффективных и неэффективных способов взаимодействия («Знаешь, когда мне было столько же лет, сколько тебе, я тоже... а потом оказалось...»).

Зачастую возникают сложности с привлечением родителей к консультативному процессу. Многие подростки категорически возражают против этого, хотя, возможно, работа с детско-родительской парой была бы гораздо более эффективной. Иногда этого не хотят и сами родители. Следовательно, консультирование становится не столько работой с отношениями между подростком и его родителями, сколько с отношением подростка к родителям, с его восприятием родителей. Возникает вопрос: насколько необходимо настаивать на привлечении родителей к процессу консультирования? Однозначного ответа дать нельзя. На том или ином этапе возможен переход к работе с парой, но бывает и так, что такой переход невозможен. Основным критерием возможности перехода является желание самого подростка. Если подросток на предложение о встрече отвечает категорическим отказом, предпочтительно не настаивать из уважения права подростка на собственное мнение. В тех же случаях, когда подобное предложение вызывает заинтересованную реакцию, надо подробно рассказать подростку о преимуществах такой встречи и предложить поэкспериментировать.

Актуальной становится консультативная работа по запросу самих учащихся. Отношения подростков с родителями - это одна из наиболее острых проблем, с которыми подростки обращаются к психологу. «Они меня не понимают», «мы постоянно ссоримся», «мне ничего не разрешают», «ко мне относятся как к маленькому», «говорить им что-то бесполезно, все равно у них на меня нет времени»... Как бы эта проблема ни обозначалась, за всем кажущимся разнообразием кроется неудовлетворенность отношениями с родителями и желание изменить сложившуюся ситуацию.

### *Безоценочное принятие*

Первым шагом является безоценочное принятие переживаний подростка. Подросток, обратившийся к психологу, переполнен противоречивыми чувствами: страхом, что его осудят или расскажут родителям о его обращении к специалисту,

обидой, раздражением или растерянностью по отношению к родителям, надеждой или тревогой. Поэтому на начальном этапе необходимо установить контакт с подростком, поддержать его. Важно, чтобы у подростка сложилось ощущение, что психолог действительно считает его ситуацию трудной, воспринимает ее всерьез, понимает его чувства и готов ему помочь. На этом этапе желательно наиболее полно прояснить взгляд самого подростка на сложившуюся ситуацию и ни в коем случае не подвергать критике его поступки. Необходимо воздержаться от разъяснений («может быть, твоя мама просто устала») и советов («а ты попробуй сам с ними поговорить»).

#### *Формулирование представлений о возможном результате работы*

У большинства подростков, даже имеющих опыт общения с психологом, представления о возможном результате консультативной работы весьма смутные. Вопрос психолога «Какую помощь ты бы хотел от меня получить?» или «Что бы ты хотел видеть в результате нашей работы?» ставит подростка в тупик.

В то же время этот этап является краеугольным камнем консультативной работы. Он напрямую затрагивает представления подростка о том, какими он хочет видеть отношения с родителями и что он сам может сделать для того, чтобы изменить эти отношения в желаемом ключе. Часто сама работа с запросом позволяет помочь подростку осознать нереалистичность и противоречивость его ожиданий. Если подросток не может четко сформулировать, чего он ждет от занятий с психологом (а это происходит в абсолютном большинстве случаев), предлагается выяснить образ желаемых, идеальных отношений с родителями и скорректировать образ этих отношений, приблизить к реальности.

#### *Ответственность подростка за отношения с родителями*

В любых отношениях ответственность лежит на всех сторонах, вовлеченных в эти отношения. Подросткам несвойственно задумываться о том, какова их роль в отношениях с родителями. Они, как правило, склонны занимать позицию «невинной жертвы родительской тирании». Такая позиция не является продуктивной для консультанта: как можно что-то изменить в отношениях, если клиент не берет на себя ответственность за них? Осознание своей ответственности ни в какой мере не означает обвинение подростка в сложившейся ситуации и абсолютно исключает высказывания типа «Ты же сам виноват в том, что мама так к тебе относится». Не стоит делать акцент на том, каков вклад подростка в его отношения с родителями. Добиться того, чтобы подросток это понял, исключительно сложно и возможно только в том случае, если подросток обладает очень высоким уровнем рефлексии и способен критически оценивать собственное поведение. Для психолога же крайне трудно построить беседу так, чтобы школьник не принял его высказывания за поучения или морализирование. Более конструктивно подчеркнуть ответственность подростка за изменение сложившихся отношений. Важно, что сейчас, здесь, в кабинете психолога, находится не мама или папа, а сам подросток.

### *Обучение способам взаимодействия*

Когда подросток осознал свою ответственность в отношениях с родителями, можно переходить к изменению этих отношений. Типичной является ситуация, когда подросток говорит: «Я не знаю, как мне сказать об этом маме (или папе)». Поэтому следующим шагом является обучение подростка конструктивным способам взаимодействия. Представляется исключительно важным переходить к этому шагу только на том этапе, когда подросток принимает свою ответственность во взаимоотношениях с родителями. В противном случае его советы приобретают характер манипуляции: психолог учит подростка, как добиться своего от родителей.

Для обучения подростка конструктивным способам взаимодействия применяется техника ролевого моделирования. Сначала просим подростка назвать ситуацию, вызывающую наибольшие затруднения в общении с родителями.

Затем определяется тема беседы и ее желаемый результат (например, определение времени возвращения после прогулки). Затем психолог и подросток обсуждают типичное содержание и течение разговора подростка с родителями: какие аргументы выдвигает подросток, как реагирует родитель, чем обычно все заканчивается. За этим следует первое проигрывание, в котором подросток играет роль своего родителя, а психолог - роль подростка. Надо обратить особое внимание на то, как подросток играет роль родителя, какие аргументы выдвигает, какими словами пользуется, какое невербальное поведение демонстрирует. По завершении проигрывания происходит его обсуждение. Затем психолог и подросток меняются ролями: психолог становится родителем, а подросток - самим собой, причем содержание разговора остается прежним. Задача подростка - не воспроизвести реплики психолога, а попробовать новые формы поведения, примерить их на себя, выбрать то, что ему больше подходит.

Психологу же при исполнении своей роли важно постараться наиболее точно передать образ родителя таким, каким его видит подросток. Здесь стоит сделать акцент на том, легко или трудно было подростку, что мешает ему вести себя подобным образом в реальной жизни. Очень важна обратная связь от психолога. Психолог может поделиться возникающими у него чувствами и желаниями: при каких словах подростка он рассердился или обрадовался, когда он верил тому, что говорит подросток, а когда - нет. В зависимости от желания подростка можно повторить проигрывания с любым распределением ролей.

Этап обучения навыкам конструктивного общения может явиться завершающим этапом работы или послужить началом перехода к работе в паре подросток - родитель, но может возникнуть необходимость вернуться на один из предыдущих этапов.

### *Построение перспективы будущего*

В том случае, когда подросток особенно остро переживает конфликты с родителями, иногда бывает полезно построить перспективу будущего. Подростку, эмоционально включенному в ситуацию, трудно осознать ее как временную, у него возникает ощущение безысходности, беспомощности, невозможности что-либо

изменить. В этом случае важно помочь подростку понять, что ситуация не неизменна, что он растёт, меняется, становится более самостоятельным и рано или поздно он сможет стать независимым от родителей.

Сделать это можно разными способами. Во-первых, можно обратиться к личному опыту подростка: «Как ты думаешь, твои отношения с родителями всегда остаются неизменными? Когда ты был маленьким, ты ничего не умел, и родители заботились о тебе, кормили, купали, одевали. Ты рос и учился все делать сам: научился сам есть, одеваться, читать, и папа с мамой все меньше и меньше делали за тебя. Сейчас ты не перестал расти, ты взрослеешь и становишься все более и более самостоятельным. Когда-нибудь ты сможешь обходиться без родительской опеки, будешь сам зарабатывать, может быть, жить отдельно, будешь самостоятельно принимать все важные решения. Как ты думаешь, когда это будет? Что тебе для этого нужно будет сделать?» Во-вторых, психолог может обратиться к своему личному опыту, поделиться с подростком воспоминаниями о том, как ему казались бесконечными и неразрешимыми трудности в отношениях с родителями и как эта ситуация разрешилась со временем. В этом случае важно не обесценивать актуальные переживания подростка («ерунда все это, повзрослеешь - забудешь»), необходимо просто показать школьнику временность, изменчивость его нынешнего положения («все это изменится, причем в обозримом будущем»).

Психологу важно осознавать, что консультативная работа с подростками, особенно затрагивающая их отношения с родителями, имеет множество «подводных камней».

Выделенная последовательность этапов консультативной работы не является жестко заданной, она дает некоторые ориентиры.

### *Ловушки консультирования*

Распространенной ловушкой в отношениях психолога с подростком является образование ими своего рода «коалиции» против родителей. В этом случае консультирование начинает напоминать боевые действия против вражеской армии. Возможен и другой случай: психолог принимает позицию родителей, выражает согласие с их мнением. Эта позиция, даже если психолог явно ее не демонстрирует, весьма затрудняет консультативную работу.

Очень важно, чтобы психолог, поддерживая подростка и помогая ему, сохранял нейтральность своей позиции. Психолог не «за» подростка в его противостоянии с родителями, а «вместе» с ним, он помогает ему не выиграть в борьбе, а наладить отношения.

Еще одной ловушкой в консультировании подростков может стать убеждение психолога в том, что он занимает некое особое положение в жизни подростка, является единственным взрослым, которому тот может довериться. Подобное убеждение приводит к тому, что отношения консультант-клиент становятся чрезмерно эмоционально нагруженными. Это затрудняет консультативную работу. Важно, чтобы психолог оставался в рамках профессиональной, то есть консультативной, а не душевспасительной деятельности.

## Помощь ребенку с травматическим опытом

Специфические переживания, требующие терапевтической помощи, возникают не только у взрослых, но и у детей. В подобных случаях либо ребенок каким-то образом показывает своим родителям, что ему требуется помощь, либо родители считают, что специальная поддержка нужна ребенку, чтобы справиться с трудной ситуацией. Развод, тяжелые заболевания, смерть, землетрясения - примеры событий, которые могут вызывать у детей эмоциональную травму. При этом часто требуется помощь, чтобы преодолеть возникающие эмоциональные нарушения, которые переполняют ребенка или, напротив, скрыты и выступают как причина других проблем, не связанных непосредственно со специфической стрессовой ситуацией.

Иногда травмирующая ситуация глубоко затрагивает ребенка, даже если она воспринимается окружающими как относительно незначительная, например, присутствие во время несчастного случая, переезд на новое место жительства, переход в новую школу, появление в семье новорожденного или утрата любимого животного. Причиной обращения за терапевтической помощью могут быть беспокоящие родителей особенности поведения ребенка, которые представляются не связанными непосредственно с какими-либо специфическими переживаниями. В случае, если такие переживания удастся раскрыть и успешно на них воздействовать, можно достичь устранения нарушений поведения.

Иногда переживания имели место много лет назад, и кто-то тогда пытался защитить ребенка, не обсуждая эти переживания откровенно. Иногда и сам ребенок, поскольку он не готов встретиться с ними лицом к лицу, вытесняет такие переживания из сознания, но потом они всплывают вновь.

Часто ребенок не может выразить свои чувства. Терапевтичным может стать откровенное обсуждение сложной ситуации или проигрывание ее в символах.

Работая в этом направлении, надо быть внимательным к происходящим в ребенке процессам, принимать во внимание его сигналы, возвращать его к самоосознанию вновь и вновь, предоставляя ему возможность разнообразной активности, дающей сенсорные ощущения, например игры с водой, рисование красками с помощью пальцев, игры с песком и работу с глиной.

Ребенок (или взрослый), который вынужден цепляться за других, имеет такое нечеткое чувство собственного «Я», что он чувствует себя хорошо, только если может объединиться с кем-нибудь. Он может существовать только в слиянии с другим человеком. Ощущение отделенности от другого для него необычно и вызывает страх. Он не знает, где его «Я» начинается, а где кончается. Интенсивная потребность в идентификации приводит к тому, что он не может провести четкой границы между собой и другими.

Работа с такими детьми предполагает прогрессирующее увеличение силы «Я». Нужно вернуть ребенка самому себе, дать ему возможность такой идентификации себя, которая будет для него приемлема. Можно начать с деятельности, включающей сенсорные упражнения, двигательные упражнения и игры, которые дадут возможность ребенку познавать свои чувства, образ своего

тела, приобрести навыки в осуществлении выбора, выражении собственного мнения, определения своих потребностей, желаний, предпочтений и отвержений.

Проблемы поведения детей, формирования у них нежелательных привычек, отклонений от нормативного социально желательного образца чрезвычайно беспокоят родителей. Это вполне обосновано, так как в случае отсутствия преодоления тех или иных проблем развития в последующем возможны более серьезные нарушения. Безусловно, что за такими состояниями кроются проблемы формирования психики детей, их личностного становления. Влияние тех или иных внутренних или внешних факторов приводит к появлению у детей болезненных переживаний и психических особенностей, препятствующих успешной социализации.

### *Что надо знать об агрессивности ребенка?*

Агрессивность - проявление неспособности разрешить трудную ситуацию социально приемлемым способом, незрелости коммуникативных навыков. Агрессивные проявления могут возрастать на фоне повышения активности ребенка в процессе его развития. Необходима помощь взрослого в формировании адекватных реальности форм контакта и гибкости в использовании этих форм взаимодействия.

Агрессия может быть и проявлением стремления ребенка к переживанию острого ощущения, когда он делает "назло", боясь наказания и провоцируя его. В более легких случаях нарушений агрессия выполняет защитную функцию, ее можно преобразовать в социально более приемлемые формы взаимодействия ребенка с окружающим миром. При более тяжелых эмоциональных расстройствах агрессивные действия чрезмерны, ребенок напряжен и не получает облегчающей эмоциональной разрядки. В этих случаях необходима медикаментозная терапия.

Для проявлений агрессии нет быстрого способа преодоления. Они уменьшаются постепенно, по мере совершенствования способности к контактам, уверенности в себе. Тактика поведения взрослого должна строиться в зависимости от предполагаемой природы агрессивного поведения ребенка.

В одном случае следует игнорировать агрессивную тенденцию и не фиксировать на ней внимание. Вмешательство может усилить эмоциональное напряжение ребенка, его гнев, ярость, так как в этот момент ребенок поглощен самим переживанием и недоступен контакту. В другом случае можно не принять агрессию и установить запрет на подобные действия. В третьем - быстро переключить внимание на замещающую конструктивную деятельность, на интересующую тему разговора, не дать ребенку зафиксироваться на импульсивных агрессивных действиях. В четвертом - включить агрессивное действие в игру. Когда мы придаем агрессивным разрядам ребенка игровой смысл и в такой форме делаем их дозволенными, мы создаем у ребенка ситуацию безопасности, доверие к взрослому, одновременно мы нормализуем его эмоциональный тонус. В игре агрессивные действия оправданы, они обслуживают «героические» поступки (игры в охотников, разбойников и т.п.), особенно благоприятны в этих случаях игры, формирующие образ богатыря, защитника.

Гнев - эмоция, возникшая в ситуации неудовлетворения потребности, недостижения цели, т.е. ситуативная реакция. Если же гнев становится постоянным переживанием, это не может считаться нормальным.

Условия "перерастания" реакции гнева в эмоциональное нарушение:

- постоянное агрессивное поведение родителей, которым подражает ребенок и "заражается" их агрессивностью, так как система эмоциональной саморегуляции ребенка строится по типу эмоциональной саморегуляции его родителей;
- проявление нелюбви к ребенку, формирование у него ощущения незащитности, опасности и враждебности окружающего мира;
- длительные и частые ситуации неудовлетворения потребностей в силу особенностей родителей или обстоятельств;
- унижение, оскорбление ребенка со стороны родителей, что отражается на формировании личности ребенка.

При повышенной аффективности, гиперактивности детей надо создавать спокойную, уравновешенную атмосферу социального окружения, учитывая, возможность постепенного угасания той или иной черты личности, если она долго не активизируется. Полезно практиковать спокойную размеренную манеру общения, т.к. дети склонны к подражанию.

#### *Консультирование родителей агрессивного ребенка*

Эта работа является очень сложной, так как часто родители, имеющие агрессивного ребенка, обращаются в психологическую консультацию для «усмирения» ребенка, чтобы он перестал приносить им досадные неприятности. Необходимо избегать любого негативного воздействия на самооценку родителей. В изменениях нуждается установка родителей на ребенка.

Они считают агрессивного ребенка неблагодарным, ожидают, что в ответ на их раздражение и упреки ребенок будет раскаиваться, испытывать чувство вины, просить прощения и успокаивать их. Когда же этого не происходит, родители озлобляются. Необходимо вызвать жалость к ребенку со стороны их родителей. Необходимо объяснить родителям механизм появления гнева, а также агрессивности, как эмоционального нарушения.

Полезно вызвать воспоминания родителей о собственном детстве, о причинах их собственных агрессивных поступков в детском возрасте. Возможно, это «вскроет» многие личностные комплексы, тогда необходимо проводить стабилизацию личности каждого родителя, оказать психологическую помощь. Проблема детей всегда поднимает семейные проблемы. Отдельно помочь одному ребенку, не помогая окружающим его людям, практически невозможно.

У эмоционально чувствительных, впечатлительных, ранимых детей под влиянием неблагоприятных обстоятельств формируются невротические изменения: беспокойство, страхи, неуверенность в себе. Помочь таким детям - значит развить у них навыки общения, защиты, помочь найти место и признание в группе. Хорошо, если им дают роли в игре, замечают их успехи, хвалят, поддерживают в трудную минуту, защищают от детей, способных на агрессию. От поддержки взрослых, от того, будет ли проявлено внимание и участие, зависит

многое и в дальнейшей жизни детей, зависит, обретет ли ребенок свой полноценный опыт жизни в коллективе или и дальше будет сторониться и дичиться людей.

Тревога - это эмоционально заостренное ощущение предстоящей угрозы, состояние безотчетного, неопределенного беспокойства. Оно проявляется в том, что ребенок теряется, не находит нужных слов для ответа на вопросы, говорит дрожащим голосом и часто замыкается в себе. Он может совершать много лишних движений или, наоборот, становится неподвижным, скованным. Такие симптомы говорят о перенапряжении психофизиологических функций организма, что выражается в волнении в учебных ситуациях, ожидании плохого отношения к себе или отрицательной оценки со стороны педагогов, сверстников. Ребенок постоянно чувствует собственную неадекватность, неполноценность, неуверен в правильности своего поведения, своих решений. Педагоги и родители говорят в таких случаях, что ребенок раним, мнителен, излишне чувствителен.

Тревожность - это проявление эмоционального неблагополучия ребенка. Проявляется в скованности, в неуверенности в ситуациях выбора, в сдержанных контактах со сверстниками. Тревожность - это один из предвестников невроза, работа по преодолению тревожности - это и работа по профилактике невроза.

#### *Пути преодоления тревожности*

Развитие до более высокого уровня навыков поведения, деятельности и общения позволит детям отказаться от сложившихся в предыдущем опыте неправильных форм поведения.

Поскольку неудачи могут носить травматический характер, необходимо снятие излишнего напряжения в школьных ситуациях. Дети с высокой тревожностью зачастую объясняют неудачи собственной неполноценностью, отсутствием необходимых способностей. Поможет уменьшение количества оценочных суждений в целом, рекомендуется оценивание отдельных элементов деятельности, особенно успешных. Оценка взрослых является для ребенка ориентиром относительно того, чему он еще должен научиться.

Принципиально важным является формирование нового отношения к успеху-неуспеху, выигрышу-проигрышу, восприятия подобных ситуаций, как ориентирующих на пути овладения знаниями, умениями. Такое отношение позволяет сфокусировать внимание на самой деятельности. Можно использовать шуточные соревнования, в которых победа и поражение достаточно относительны, не требуют значительных усилий, легко переходят от одного ребенка к другому.

Не менее важным направлением этой работы является развитие у детей мотива компетентности как одного из центральных мотивов учения, стремление не мириться, а преодолевать собственную неполноценность.

Тревожные дети очень зависимы от мнения значимых для них взрослых, и эта зависимость делает их крайне неуверенными, несамостоятельными. Они выполняют подробные распоряжения взрослых, но теряются и волнуются при предоставлении им права самостоятельного решения ("А вдруг я сделаю неправильно?"). Для преодоления неуверенности в себе и страха принятия

самостоятельных решений необходимо не давать таким детям жестко регламентированные поручения, чаще предоставлять возможность творчества. Но ребенок должен при этом знать, что взрослые рядом и всегда придут на помощь. Детей следует учить находить выходы из создавшихся ситуаций.

#### *Рекомендации взрослым по преодолению тревожности у детей*

- Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость. Желательно не ставить тревожного ребенка в ситуации соревнования, публичного выступления. Не рекомендуется давать тревожным детям задания типа “кто первый”. Не следует настаивать на том, чтобы ребенок отвечал перед всей группой, его ответы можно выслушать индивидуально.

- Не сравнивайте ребенка с окружающими. Недопустимо сравнивать ребенка с кем-либо, особенно, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с собственными успехами и неудачами ребенка (“Посмотри, сегодня ты меньше постарался, поэтому у тебя получилось хуже, чем в прошлый раз. Но я думаю, завтра ты сможешь сделать лучше”).

- Оптимистические прогнозы “на завтра” не дают ребенку повода считать себя безнадежным и способствуют повышению уверенности в себе.

- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов, не забудьте похвалить. Любая деятельность, предлагаемая ребенку, должна предваряться словами, выражающими уверенность в его успех («У тебя это получится», «Ты это умеешь хорошо делать»). При выполнении заданий необходим общий положительный эмоциональный фон.

- Помогите ему найти дело по душе, где он мог бы проявить свои способности и не чувствовал себя ущемленным.

- Детская тревожность часто вызывается неизвестностью. Поэтому, предлагая ребенку задание, необходимо подробно выстраивать пути его выполнения, составить план: что мы делаем сейчас, что потом и т.д.

- Развивайте самостоятельность и уверенность тревожного ребенка. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.

- Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть.

- Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию. Чаще обращайтесь к ребенку по имени.

- Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.

- Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей. Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!»

- Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.

## Психологическая поддержка детей из алкогольных семей

В естественных условиях семейной жизни удовлетворяются насущные потребности человека. Общность интересов старших и младших членов семьи заключают в себе неограниченные и бесценные возможности в воспитании детей.

Условием действенности семейного воспитания является целостность и единство семьи как группы. В семье, где присутствует родительский авторитет, взаимопонимание, постоянство, единство требований, уважение к институту семьи в целом, стремление без ссор и конфликтов решать возникающие проблемы, воспитание детей будет успешным. Полноценным развитие бывает тогда, когда контакты с внешним миром имеют диалогический характер.

В случаях грубых семейных дисфункций (в частности, алкоголизм родителей) именно семья становится фактором, провоцирующим возникновение различных по тяжести расстройств у детей. У детей пьющих родителей быстрее и чаще возникает алкогольная зависимость. Один из методов ранней профилактики - обеспечение ребенку широкого спектра положительных эмоций, так как у таких детей острый дефицит позитивных переживаний. Проявление чувств позволяет ребенку овладеть положительным эмоциональным опытом: дети чувствуют и переживают так, как это делают окружающие их взрослые.

Для полноценного развития необходимо учиться жить в непредсказуемых ситуациях, вырабатывать механизмы адаптации в быстро меняющихся условиях.

В пьющей семье дети или заброшены, или часто наказуемы и биты. Эпизодические проявления неустойчивой родительской любви не могут сформировать у ребенка чувства защищенности и безопасности. Дети не получают в должной мере того человеческого тепла, которое формировало бы чувство безопасности.

Бывают случаи, когда родители (или один из них) ведут непристойный образ жизни, но по-своему любят своего ребенка и эмоциональная связь между ними остается сильной. В этой ситуации необходимо делать все возможное, чтобы сохранить семью для ребенка, поскольку это еще и один из шансов изменения самих родителей, поддержания детско-родительских отношений.

Ребенок, имеющий пьющих родителей (или одного), идентифицирует себя с ними, поскольку они являются значимыми для него взрослыми. Важно, чтобы у такого ребенка были и другие значимые взрослые, идентифицируя себя с которыми, он мог бы успешно развиваться.

В зависимости от развития семейной ситуации или семейного сценария, составленного двумя или одним родителем, выделяют следующие особенности поведения детей:

- они берут на себя роль родителей, поэтому быстро взрослеют;
- отмечается повышенный уровень конфликтности детей по причине частых семейных ссор («забияки» и «драчуны»);
- поведение детей непредсказуемо, что вызвано соответствующими поступками родителей.

Дети из алкогольных семей часто не умеют общаться, взаимодействовать с другими; из-за этого возникают различные сложности, отношения носят конфликтный и проблематичный характер. Им трудно понимать людей, они не умеют регулировать дистанцию в отношениях друг с другом и с взрослыми; нередко испытывают недоверие, руководствуясь негативными мотивами; сближение с другими людьми им порой кажется угрожающим; их не покидает мысль, что их предадут, сделают больно, обидят.

Социальная ситуация развития детей такой группы обуславливает и роли, которые они играют. Поведение ребенка определяется тем, какой сценарий выживания он себе выстроил. Это может быть сценарий бунтаря, который вызывающим поведением обращает на себя внимание окружающих (компенсируя тем самым его недостаток в семье).

Другой сценарий преодоления трудностей для детей этой группы - приспособиться к реальности путем высмеивания и оскорбления окружающих, чтобы таким путем снять стрессовые нагрузки, провоцируемые жизнью в семье.

Некоторые дети выбирают сценарий ухода из поля зрения, стараясь не привлекать к себе внимания.

Достаточно часто дети играют следующие роли:

- «очень ответственные» - берут многое на себя, решают и действуют самостоятельно;
- «приспособленцы» - хорошо адаптировались к существующему положению и максимально его используют в своих интересах, извлекают пользу даже в критических ситуациях;
- «все устраивающие» («миротворцы») - пытаются действовать так, чтобы всем было хорошо, примиряя всех в складывающейся ситуации;
- «негативисты» - ведут себя в основном агрессивно, стараясь таким образом отвлечь внимание от своей семьи, берут удар на себя.

У детей из алкогольных семей достаточно часто обнаруживается чувство собственной ненужности, безысходности, тоски по лучшей жизни в семье. В школе они отличаются пассивностью, безразличием к происходящему. Они гораздо чаще пребывают в состоянии страха и горя, страдают заниженной самооценкой, имеют проблемы с учебой и поведением, могут вести себя неадекватно, подвержены депрессиям, нарушению сна, ночным кошмарам.

Обычно у таких детей достаточно часто бывают конфликты, которые заканчиваются пропусками уроков без уважительной причины, побегами из учебного заведения. При получении доступных удовольствий асоциальным путем в асоциальных компаниях у них происходит псевдокомпенсация отрицательных переживаний в семье и школе теми положительными, которые они там получают.

Таким образом, можно условно разделить детей из алкогольных семей на следующие группы:

- дети, считающие себя безупречными, остающимися вне критики;
- дети, выглядящие беспомощными, проявляющие чрезмерную настороженность, пугливость, нежелание (возможно, боязнь) что-либо делать;
- «странные» дети, с чертами депрессивности, замкнутости;

- дети демонстративного поведения, которые ведут себя вызывающе с элементами недетского поведения, желающие постоянно быть в центре внимания.

#### *Типичные отклонения в поведении детей из семей*

- Лживость. В основе лежит стремление защитить себя от наказания и унижения. Такое поведение сигнализирует о том, что у ребенка не было возможности оценить преимущество говорить правду, не выработалось умение справляться с трудностями.

Взрослым важно быть твердыми, справедливыми и последовательными. Подавать хороший пример, хвалить ребенка каждый раз, когда он говорит правду.

- Импульсивность. Кажется, что ребенок постоянно попадает в беду, так как у него отсутствует способность оценивать свои поступки: в поведении ребенка очень слабая связь между причиной и следствием. Такое поведение говорит о том, что «внешний контроль» был непоследователен или отсутствовал вообще.

В ходе коррекции необходимо формулировать правила просто и конкретно, быть терпеливым и настойчивым. «Внешний контроль» должен продолжаться достаточно долго, чтобы пробудить «контроль внутренний». Уровень ожиданий взрослых должен соответствовать требованиям, которые предъявляются детям.

- Склонность к воровству. Склонность ребенка к воровству почти всегда символична. Ребенок нуждается, скорее всего, не во владении объектом, а в любви, внимании или обретении особого статуса. Воровство приобретает характер «вещей, найденных» или «подаренных».

Обязательно рассказывать о последствиях воровства во «взрослой» жизни и о возможных наказаниях, но не конкретно для этого ребенка, а о существующих законах вообще. Когда у взрослых появляется уверенность, что правила поняты, нужно стремиться, чтобы ребенок отвечал за совершенный поступок, поощрять старания быть честным. Следует избегать ситуаций, провоцирующих желание «взять» чужую вещь. В стенах школы к ребенку может приклеиться ярлык - это недопустимо.

- Тревожность. Нельзя недооценивать, насколько сильно жизнь в своих проявлениях может беспокоить детей. Школьники часто бывают чрезмерно озабочены школьными делами, вопросами смерти и здоровья, социальными отношениями.

«Застревание» в тревоге - вот когда требуется помощь. Постоянная тревожность - классический признак нарушений в сфере детско-родительских отношений, всякого рода лишений в раннем детстве. Наличие скрытой тревожности можно отследить по бытовым проявлениям: чрезмерному перееданию или жадности, и не только по отношению к еде. Может проявиться нежелание делиться с товарищами всем, что у него есть: игрушками, школьными принадлежностями - чем бы то ни было. Все эти вещи - символы привязанности и положительных эмоций, которых дети были лишены или получали недостаточно.

Коррекционная деятельность: прозондируйте почву, выясняя причину тревог, и дайте ребенку возможность поразмышлять над жизненными ситуациями: «Если бы я попросил твоего ровесника назвать три основных момента, которые его

беспокоят, то, как ты думаешь, какими бы были ответы?...»; «Если бы человек, младше тебя на три года, беспокоился по поводу... (оценок, здоровья...), то какой бы совет ты мог ему дать?»; «Составь список того, что тебя может беспокоить на следующей неделе. Потом мы проверим, как это сбывается. Могу спорить, что большинство твоих беспокойств никогда не подтвердится». Нельзя называть тревоги ребенка «глупостями» - для него это серьезно. Сопереживайте: «Многих это беспокоит в твоём возрасте. Со мной бывало такое...»

Учите, как можно увидеть ситуацию по-другому: «Наше беспокойство, как воздушный шарик: мы его надуваем - оно растёт. Выпусти из него воздух - оно станет маленьким...»

Важно, чтобы ребенок почувствовал любовь к себе. Следует чаще говорить с ним на языке чувств. Например: «Я рада тебя видеть». Уровень наших ожиданий должен быть минимальным. Важно работать над повышением самооценки ребенка посредством поддержки и поощрения.

- Раннее употребление алкоголя, токсикомания. Когда дети приближаются к 13-летнему возрасту, алкоголь и сигареты становятся им более доступны - дети начинают представлять коммерческий интерес для сбытчиков. Средства, применяемые для вдыхания (клей, растворители...), вообще легко доступны.

Психоактивные вещества могут вызывать необратимые изменения в центральной нервной системе, и даже внезапную смерть.

Важно постоянно отслеживать формирование групп риска. К ним принадлежат дети с неуспешностью в учебе, частыми пропусками занятий, неэффективностью влияния родителей. Кроме того, важно контролировать детей, переживших серьезные психологические потрясения и физическое насилие, депрессивных, озлобленных, детей с заметно сниженной мотивацией к обучению, скукающих в повседневной жизни. Многие ребята знают, что раннее употребление психоактивных веществ запрещено. Они боятся наказания за свои эксперименты и теряют надежду на понимание и прощение со стороны взрослых, а значит, и отрицают возможность помощи.

Учите детей говорить «Нет!». Тренируйте уверенность в правильном выборе, уверенность в себе. Репетируйте с ними отказ. Предложите разные формы: «Ни за что!», «Почему ты хочешь, чтобы я попал в беду?», «Забудь об этом!!!». Напомните детям, чтобы они сразу уходили, прекращали разговор с торговцами алкоголем, наркотиками. Объясните им, что на них просто зарабатывают. Покажите, что их хотят использовать, считая безвольными и глупыми. Расскажите, что общество защищается от подобных людей.

Коррекционная работа с детьми, склонными к употреблению психоактивных веществ, может быть направлена на преодоление эмоциональных и поведенческих расстройств, развитие мотивации, свойств личности ребенка, его познавательных способностей и я-концепции одновременно или поэтапно. Давая детям возможность приобрести разнообразные жизненные навыки, взрослые помогают им справляться со многими проблемами. Психолог может научить их, как выражать свои чувства здоровым образом. У детей может не хватать уверенности

и чувства собственного достоинства. Научиться любить и уважать себя дети могут через жизненные ситуации, которые дают им возможности преуспеть.

У многих детей алкоголиков возникает проблема "социальной отчуждённости". Их отношения с другими людьми являются поверхностными, а число и интенсивность контактов ограничены. Самым важным даром являются те установленные связи и привязанность, которые они приобретают через здоровые отношения с другими людьми.

Взаимоотношения с людьми вне семьи создают возможность роста личности ребенка, способствуют развитию социальных навыков. Дружба со сверстниками играет в этом важную роль. Необходимо поощрять посещение детьми различных общественных мероприятий, где можно познакомиться с новыми людьми, развить положительное представление о себе.

## **Новые навыки как путь преодоления эмоциональных и поведенческих проблем ребенка**

Многие процессы в жизни протекают стихийно и бессознательно. Противоположный вариант протекания событий - их проживание на основе предварительного проектирования в соответствии с определенными убеждениями и установками. Такое сознательное управление жизненными процессами вступает в действие в силу необходимости преодоления проблем, беспокоящих человека.

Воспитание ребенка во многом совершается естественно в ходе совместной жизнедеятельности благодаря механизмам подражания, идентификации ребенка с родителями и т.д. В то же время возможны ситуации, которые требуют от родителя особых педагогических умений. Несомненно, что одна из наиболее трудных задач воспитания – это устранение или ослабление нежелательного поведения ребенка, возникающего в определенных обстоятельствах и по определенным причинам. Это могут быть неадекватные эмоциональные реакции, страхи, депрессивные состояния, невротические симптомы, отклонения в поведении, включающие ложь, воровство, пропуски уроков, побеги из дома, жестокость по отношению к животным, драчливость и т.д. Такое поведение может быть повторяющимся и стойким. Имеющиеся у ребенка трудности расстраивают, огорчают родителей, препятствуют поддержанию эмоционально близких отношений.

Одна из основополагающих идей, помогающих преодолеть проблемы - мысль, что за той или иной проблемой стоит навык, умение, которые пока не освоены ребенком, но которые могут помочь ему в будущем избежать проблемных ситуаций. Соответственно, в поисках путей решения существующей проблемы можно остановиться, приняв установку на приобретение определенного нового для ребенка навыка, надеясь на возможность решения проблемы, так как за каждой проблемой стоит навык, которому можно научиться.

В преодолении страха, агрессии или гнева взрослые могут направить детей по правильному пути, спросив себя: «Что стоит за проблемой? Какой поведенческий дефицит испытывает ребенок? Какой новый навык он может освоить?»

По собственному опыту или опыту общения с другими известно: люди не любят говорить о проблемах. Особенно это касается детей. Это и понятно: мало приятного в обсуждении жизненных моментов, вызывающих отрицательные эмоции. В то же время, вероятно, будет верным утверждение: люди любят говорить о новых навыках.

Рассмотрим применение данного подхода к реальной ситуации.

Например: ребенок боится собак. Многие дети, общий уровень тревожности которых повышен, испытывают разнообразные страхи. Желаемое состояние, которое принесло бы ребенку большое облегчение при встрече с животным, - перестать бояться. Чтобы этого достичь, нужно научиться управлять сложными психологическими и физиологическими процессами, протекающими в организме при восприятии «опасного» объекта в поле зрения. Такая саморегуляция пока еще

недоступна ребенку, едва вступившему на путь приобретения навыков управления собственными состояниями.

Что же доступно ребенку для решения существующей проблемы? Что можно предложить ему попрактиковать в этой трудной для него ситуации?

Ход рассуждений ребенка может быть таков: «Я боюсь, это факт. Но даже если я боюсь, я могу научиться позволить (о, боже!) подойти собаке ко мне и понюхать меня».

Такое рассуждение выводит ребенка из переживания состояния страха и погружает в другое переживание: ожидание приближения собаки. Таков механизм действия приема: проектирование нового внешнего действия ведет к новой внутренней реальности. Из переживающего страх существа ребенок преобразуется в человека, участвующего в коммуникативной ситуации с животным. При этом, согласно психологическим представлениям о доминанте, мы можем ожидать угасание чувства страха, так как в психической реальности произойдет его вытеснение новыми чувствами на основе новых впечатлений.

Итак, новый навык, которому ребенок может научиться, - способность при встрече с собакой включить ожидание ее приближения к себе.

Безусловно, это не просто для ребенка, если его страх велик. Облегчить задачу может помочь взрослый, предложив ребенку определенную тактику действий. Например, начать с общения с довольно безобидными, предположим, маленькими собачками, щенками. Так же необходимо принять во внимание, что чем больше информации о собаках узнает ребенок, тем больше будет его понимание, что представляют из себя эти животные и какова реальная величина опасности, которую они несут. Поэтому контекст освоения нового навыка – это истории о собаках, прочитанные в книгах, увиденные в мультипликационных, художественных и документальных фильмах.

Поскольку для проживания периода детства характерна реализация биологической программы роста и развития, постольку дети стремятся и хотят получать новые навыки. В преодолении страха, агрессии или гнева взрослые могут направить их по правильному пути, спросив себя: «Что стоит за проблемой? Какой поведенческий дефицит испытывает ребенок, какой новый навык он может освоить?» Таким образом, можно выйти на более глубокие проблемы, нежели та, что лежит на поверхности и легко обнаруживается.

Мы не можем помочь детям, просто сказав им, что они должны измениться, мы должны создать проект, в котором они будут участвовать. Прекрасные идеи о новых навыках могут предлагать, как взрослые, так и дети. Поэтому уместен вопрос, обращенный к ребенку: «Как ты думаешь, чему ты должен научиться, чтобы помочь себе в этой ситуации?» При этом происходит важная вещь: ребенок приобретает авторскую роль в решении собственных проблем, реализуемую на основе сотрудничества со взрослым, общности с ним в ходе совместной разработки нового. Известно, что люди лучше осваивают навыки, если это происходит коллективно. Это первый шаг на пути приобретения опыта разумного решения проблем и опыта сотрудничества. Если родители тоже учатся каким-то навыкам, а

также являются помощниками детей на пути освоения нового, создается более демократичная среда.

Путь освоения ребенком нового навыка складывается из определенных этапов:

- осознание ситуации благодаря обсуждению преимуществ данного навыка, благоприятных последствий его приобретения;
- определение названия нового навыка;
- поиск помощников в освоении нового умения;
- выбор воображаемого союзника (герой мультфильма, животное);
- тренировка и многократные упражнения для освоения нового алгоритма поведения;
- планирование праздника, который выступит признанием достижения успеха.

Обсуждение вопросов: «Что у тебя хорошо получается? Чему ты уже научился? В чем проявляются твои особые способности?» помогает выстраиванию контакта с ребенком, а также поднимает самооценку ребенка, рождает у него чувство гордости за те умения, которые ребенок уже приобрел. Он уже готов к тому, чтобы поговорить о том, над чем ему еще надо поработать. Он уже готов обсудить, чему еще ему надо поучиться. Образы нового поведения дают новые перспективы, рождают уверенность в возможности самосовершенствования.

Роль взрослого в освоении нового навыка ребенком также активна. Она состоит из действий, поддерживающих мотивацию, передачи обратной связи и т.д. Действия взрослых должны быть продуманными, уместными и целесообразными.

Признанием результата освоения нового навыка как личного достижения ребенка является проведение праздника, предвосхищение которого усиливает мотивацию. Для фиксации промежуточных результатов рекомендуется проведение видеосъемки ситуаций, когда ребенок ведет себя желаемым образом. Если у ребенка ослабла активность, или он забыл о выработке навыка, необходимо напомнить ему о договоренностях. При этом способ напоминания должен быть предварительно выбран ребенком.

Если ребенок успешно овладел новым навыком, для предотвращения возврата к прежней модели поведения можно попросить ребенка научить навыку кого-то другого. Эта деятельность будет способствовать еще более прочному усвоению навыка.

## Эмоциональный интеллект – это ресурс!

Есть разные виды интеллекта, которые нужны для решения разных задач. За качество взаимодействия человека с другими людьми отвечает эмоциональный интеллект.

Эмоциональный интеллект включает: способность распознавать эмоции, намерения, желания, потребности других людей и свои собственные, способность решать практические задачи благодаря управлению эмоциями. Эмоционально осознанный человек выстраивает стену между собой и эмоцией, позволяет разуму вмешиваться в стихийные процессы. Он умеет слушать и сопереживать, быть более отзывчивым, умеет эффективно выражать эмоции, использовать эмоции для увеличения личной силы и качества жизни вокруг, контролировать чувства и выстраивать отношения на основе их понимания. Эмоциональный интеллект позволяет противостоять эмоциональным импульсам на основе мысли: «Осторожно, рядом живые люди!»

Взрослый иногда искусно прячет эмоции. Тем не менее, эмоции «предстают» перед нами благодаря определенным способам поведения, таким как: крик, улыбка, поцелуй, и мы «понимаем», какие эмоции переживает другой человек. Мы можем понять эмоции ребенка, наблюдая за ним (мимика, жесты, походка, поведение, голос).

Необходимо отвечать на вопросы: что я делаю, почему, каковы мои действительные чувства, чего хочу добиться и почему; чем я пожертвовал, что потерял, добиваясь своих целей. Без этих вопросов человек живет как бы механически, действуя по общепринятому стереотипу.

Важно делать остановки в нашем движении и повернуться лицом к той или иной ситуации, интенсифицируя процессы осознания и чувствования. Спрашивайте себя, выбираю ли я свое поведение, используя предыдущий опыт и воспоминания, или действую «на автопилоте».

Иногда ориентация на жизненные достижения столь велика, что человек полностью погружен в себя и потребности других им не распознаются и не учитываются. Он из тех, кто говорит себе и другим: «Вставай, нужно успеть и то, и это». И в голове: «надо, надо, надо...». Есть боязнь не успеть: другие уже карабкаются на вершину, а ты все еще у подножия горы. Он никогда не согласится с высказыванием: «Неудача – это такая удача, смысл которой ты еще не понял». Жизнь становится борьбой. В реальности у большинства людей есть потребность структурировать время, организовать жизнь. В этом нет ничего плохого, наоборот. Плохо, если свой стиль навязывается другим: близким, друзьям, детям, иногда до степени полного погружения, в то время как у других другие потребности. Но ... нельзя ни убежать, ни спрятаться.

Полезно поразмышлять о психологических характеристиках, которые объединяют Вас с ребенком (Вы оба общительны и добры? Или молчаливы и замкнуты?). Осознание общего с ребенком полезно для укрепления отношений привязанности. Кроме того, внутренняя установка на поиск общего помогает в общении, позволяет найти общий язык в самых критических ситуациях.

*Для чего же необходимо развивать эмоциональный интеллект у детей?*

- Ребенку, понимающему свои чувства и реакции на разные события, легче регулировать свое поведение.

- Ребенок, который понимает, осознает чувства других людей, легче находит общий язык с окружающими, устанавливает и поддерживает контакты.

- Через понимание чувств других людей формируется ответственность: ребенок способен прогнозировать последствия своих действий для себя и других.

- Через понимание и принятие чувств других людей у ребенка развивается эмпатия (понимание другого), которая способствует формированию и поддержанию тесной внутренней связи с родными и друзьями и является неизменной частью успешной семейной жизни в будущем.

Развитая эмпатия, как способность «вчувствоваться» в состояние другого, откликаться на переживания на основе понимания, - важная сторона эмоционального интеллекта. Если взрослый эмпатически откликается на переживания ребенка, то ребенок получает принятие своего состояния, как вполне возможного. Если же ребенок постоянно оценивается взрослым с точки зрения внешних требований, получает, как говорил К. Роджерс «условное принятие», это негативно влияет на психологическое развитие ребенка.

*Развитие эмпатии у ребенка*

- Вы посмотрели вместе фильм. Обратитесь к ребенку с вопросом, обсудите вместе чувства, поведение персонажей. Объясните свою точку зрения.

- Если ребенок злится на Вас или кого-то другого, если он обижен и плачет, - не говорите, что не надо злиться или плакать, что это неправильно. Эмоции – это такая же реальность, как восход солнца. Чтобы эмоция исчезла, надо ее пережить.

- При этом надо помогать ребенку учиться выражать свои чувства. Если он зол, это не значит, что он должен вести себя как разъяренный зверь. Необходимо понимание ребенком мысли: ни в коем случае нельзя приносить вред другому человеку своими эмоциями. Роль родителя помочь ребенку найти его уникальный способ пережить неприятные эмоции: кому-то помогает физическое движение или громкие крики, кому-то – действия с предметами (рвать бумагу, мять пластилин и т.д.).

- Мир сложен и неоднозначен. Существуют разные позиции, разные точки зрения. Иногда трудно согласиться с этим, потому что аргументация непонятна, или убеждения противоположны. В этом случае нужно просто согласиться с тем, что другой человек имеет полное право на свою, отличную от других, точку зрения. Понять другого, например, поможет упражнение: «Расскажи рассказ от лица его героя, а потом от лица другого персонажа». Рассказы получатся разными. Это научит ребенка видеть мир глазами разных людей.

Благодаря развитию эмоционального интеллекта общение становится наслаждением, и многих неприятностей удастся с легкостью избежать!

## **Дисфункциональные особенности замещающей семьи**

### **Факторы, создающие риски распада замещающих семей**

К факторам риска относят особенности семьи, принимающей ребенка, и особенности ребенка. Необходимо отметить, что на весомость факторов риска влияет качество таких процессов, как: подготовка семьи, подготовка ребенка к помещению в семью, характер сопровождения семьи и ребенка.

Для обеспечения высокого качества этих процессов важны доступность сопровождения семьи, наличие и соответствующая квалификация специалистов, интенсивность и качество помощи, особенно в период перед и после помещения ребенка в семью и при возникновении кризисов.

Рассматривая особенности семьи, учитывают мотивацию родителей и других членов семьи к принятию ребенка. Важны состав семьи и внутрисемейные отношения, прежде всего между супругами, наличие других детей в семье близких по возрасту к приемному или младше его, подготовленность детей к появлению нового члена семьи, паттерны поведения членов принимающей семьи. Пагубным является наличие некомпенсированных психологических травм у родителя, прежде всего, связанных с его детско-родительскими отношениями

Пристального внимания заслуживает ситуация приема одновременно нескольких детей, особенно неродственных и малознакомых друг другу. Сложно, если ребенок испытывает негативное или амбивалентное отношение к помещению в семью, если он утрачивает значимые связи с кровными родственниками, братьями, сестрами или друзьями.

Сложно воспитать ребенка при наличии у него серьезных поведенческих или психических расстройств, при склонности к бродяжничеству, употреблению алкоголя и психотропных веществ.

Основанием для серьезных волнений является наличие некомпенсированной тяжелой психологической травмы, нанесенной в кровной или принимающей семье, учреждении, травма вторичного отказа (отмена предыдущего устройства – опеки или усыновления, расторжение договора о создании приемной семьи).

## Показатели неблагополучия в замещающей семье

### *Деадаптивная атмосфера в семье*

Очень важной для приемного ребенка является задача занять определенное положение в семье, стремление подтвердить свою значимость для семьи. Постепенно через конкретные события происходит утверждение позиции ребенка в семье. По мере взросления ребенка все большее значение для него приобретает позиция в классе, школе, дворовых группах, секциях и т. д. Нежелание семьи ради приемного ребенка что-то изменить в интерьере, обстановке, образе жизни, привычках, традициях с целью создания щадящего психологического микроклимата и сглаживания имеющихся у приемного ребенка дефектов и отклонений, является фактором дезадаптации приемного ребенка к новым условиям жизни.

Главная трудность для ребенка из интернатного учреждения заключается в освоении новой ролевой позиции членов семьи - сына, дочери. Именно такая позиция приемным ребенком не освоена, у него, как правило, нет опыта нормальных семейных отношений. Приемным детям трудно осознать себя сыном (дочерью), еще сложнее - братом (сестрой). Бывает, что даже у родных братьев и сестер, живущих в интернате или детском доме, нет родственных чувств, желания заботиться друг о друге, быть вместе. Если в семье существует определенность правил, по которым устроена ее жизнедеятельность, приемному ребенку легче сориентироваться.

### *Отсутствие правил поведения и общения в семье, выработанных совместно с приемным ребенком*

Совместно с приемным ребенком вырабатываются правила поведения и общения в семье, в которой появился новый член, достигаются договоренности в отношении правил пользования вещами, организации собственных дел, проведения свободного времени, способов получения внимания и уважения со стороны членов семьи. Неопределенность этих правил может быть источником раздражения по поводу того поведения, которое выбирает приемный ребенок. Важно, чтобы подобные ценности и правила были выработаны и включены в контекст ценностей и правил всей семьи.

В сплочении семьи, в адаптации ребенка важную роль играют традиции, т. е. устойчивые позитивные формы деятельности, обычаи. Роль традиций заключается в формировании произвольных форм поведения, в формировании положительных переживаний. Традиции должны быть плодом совместной фантазии и творчества ребенка и взрослого. По мере взросления ребенка многие «детские» традиции отмирают. Их место занимают более серьезные традиции: любимое занятие, увлечение, общение с дорогими и близкими людьми. Но какие-то непосредственные детские традиции полезно сберечь: празднование дня рождения в шуточной форме, любимая с детства игрушка-талисман и т. д.

Отсутствие развлекательных (семейные праздники, совместный развлечения), познавательных (чтение детских журналов) традиций, трудовых

(«своя» грядка на даче, свои обязанности), отсутствие любимых занятий, увлечений является дефицитарной особенностью семьи.

#### *Негативное отношение членов семьи к приемному ребенку*

Очень важно сделать родных детей сторонниками родителей, партнерами в помощи и заботе о приемных детях. Практически это выражается в совместном решении о принятии ребенка в семью. Если родные дети уверены, что их положение в семье прочно, т. е. они по-прежнему любимы, то они могут во многом помочь родителям. Через пример родных детей приемные учатся взаимодействию с родителями. Если у родителей плохие отношения с родными детьми, нет взаимопонимания с ними, - с приемными им будет еще сложнее.

Однако бывает и так, что родные дети, привыкшие слушаться родителей, испытывают стресс от грубых выходок приемных детей. В такой ситуации им нужно объяснить, почему приемный ребенок ведет себя так, а не иначе, а приемному объяснить, что не нужно копить недовольство, тревогу, а лучше рассказать о них тому человеку в семье, которому он больше доверяет.

Чтобы родные дети (в первую очередь речь идет о подростках) стали союзниками родителей, их необходимо к этому подготовить.

Можно попробовать (особенно на первых порах) сохранить за родными детьми их игрушки, комнату, вещи. Дети сами должны решить, какие игрушки станут общими.

В случае негативного отношения к приемному ребенку, отсутствует семейная линия поведения, направленная на защиту приемных детей, создание вокруг них благоприятной атмосферы.

#### *Неадекватный стиль воспитания (гипоопека, гиперопека, противоречивое воспитание)*

Неадекватный стиль воспитания часто свидетельствует о непонимании необходимого характера отношений между приемным родителем и приемным ребенком, построенных на эмоциональном принятии ребенка, уважении его личности и предоставлении возможности реализации самостоятельного активного поведения при сохранении руководящей роли взрослого.

Если ребенок не соответствует представлениям и ожиданиям родителей, то они нередко начинают поправлять ребенка, изменять его поведение, контролировать действия и поступки.

#### *Отсутствие опыта взаимодействия в процессе воспитания ребенка*

Отсутствие практики воспитания как взаимодействия, т. е. совместной деятельности взрослых и ребенка в процессе достижения разнообразных целей, в результате которого осуществляется развитие личности, иногда приводит к упрощенному пониманию воспитания, сведению его к сумме приемов воспитательного воздействия. Воспитание как взаимодействие состоит в совместной организации интересных, практически полезных, увлекательных дел, в

которых ребенок будет учиться планировать, организовывать и контролировать свою работу, будет преодолевать застенчивость и неуверенность.

#### *Ограниченность средств регуляции поведения ребенка*

Родителям, принимающим ребенка в свою семью, следует заранее продумать систему возможных порицаний и наказаний за проступки. Они должны быть готовы к тому, что ребенок по каким-то причинам может допускать безнравственные, а порой противоправные проступки. Но поскольку они сознательно взяли ребенка на воспитание, то несут ответственность за меру воспитанности своего ребенка и адекватность методов и средств, которыми ее добиваются. Талант родителей состоит в том, что они постепенно формируют у себя широкий арсенал средств поощрения и наказания; они вырабатывают позитивную установку на отношения с ребенком.

Наказание, включающее запрещение действий и лишение благ, как и порицание поступков, должно соответствовать возрастным и индивидуально-психологическим особенностям ребенка и открывать перед ним альтернативу возможных социально одобряемых действий. Необходимо умело использовать материальные способы поощрения - подарки и другие блага - как выражение положительного отношения к ребенку, применять похвалу, адекватно отражающую успехи и достижения.

#### *Использование недопустимых средств регуляции поведения ребенка*

Недопустимо использование таких средств наказания, как лишение ребенка еды, битье, употребление бранных слов, крик, отправка «в угол» надолго, наказания в публичном месте, повторение своих требований множество раз. Необходимо учитывать, что эмоционально неблагополучные дети любое наказание воспринимают как несправедливое и болезненно на него реагируют, вплоть до истерики и нервных срывов.

#### *Эмоциональная холодность*

Ребенок раннего детского возраста в условиях общественного воспитания, постоянно оказывается в условиях дефицита проявления к нему чувств и эмоций. Он сам не умеет проявлять чувства и эмоции, соответствующие какой-либо конкретной ситуации. Очень часто он не осознает переживания окружающих его людей и не реагирует на них.

С приемными детьми нужно больше общаться, используя мимику, жесты. Нужно чаще прижимать их к себе, ласкать, гладить. Такое обращение необходимо и подросткам, потому что они, с одной стороны, стесняются открытых проявлений чувств, а с другой стороны, особенно нуждаются в подобном обращении.

Эмоциональная открытость должна быть постоянной, а не от случая к случаю, но в то же время должна быть для ребенка радостной неожиданностью. Ребенок должен испытывать потребность в чувствах, но не «тонуть» в них, потому что иначе возможен детский негативизм по поводу слишком «нежного» воспитания.

Недостаток душевного тепла, излишняя рациональность и жесткость отношений - одна из серьезных причин нарушений во взаимоотношениях.

#### *Отсутствие понимания проблем и трудностей ребенка, сочувствия ему*

Родители не понимают потребности ребенка, не хотят анализировать мотивы его поступков, приписывают ему несуществующие мотивы и по ним судят ребенка.

Дети живут не только в соответствии с нормами взрослых, но и в соответствии с нормами, сложившимися внутри школы, класса, группы, с которой ребенок контактирует. Мир детских норм уже и строже, чем мир норм взрослых, и дети предпочитают (даже зная, что будут наказаны) жить в соответствии с этими групповыми нормами.

Полезно анализировать совместно с детьми, особенно подросткового и юношеского возраста, некоторые проблемы взрослых, показывать не только их поведенческую, но и нравственную подоплеку, нужно объяснять, как родители решают свои проблемы.

#### *Утрата взаимного доверия*

Недоверие к ребенку, как к человеку, способному к самостоятельности, рождает подход к нему с позиций постоянной оценки его поведения, личностных качеств, успехов. Выдвигаемые взрослыми требования осуществляются без должного учета его возрастных и индивидуальных особенностей. В результате, на этой почве появляются ссоры и конфликты.

#### *Отсутствие личного примера родителей*

Подражание является одним из методов воспитания. При восприятии успешных образцов поведения и деятельности у детей появляется потребность в совершенствовании своих личностных черт и качеств. Примером может служить способность взрослых брать ответственность на себя, внушать другим доверие компетентностью, собранностью, выполнять функции защиты детей, организации быта, быть кормильцем, хозяином дома, мастером-умельцем, эрудитом в различных областях, авторитетом.

#### *Педагогически неприемлемое поведение родителей*

Среди неприемлемых форм поведения родителей можно назвать игнорирование, отвержение, угрозы, изоляцию.

Игнорирование - неспособность или нежелание выражать любовь и заботу по отношению к ребенку; лишение ребенка необходимой поддержки, сочувствия; безучастное отношение к его потребностям в безопасном окружении.

Отвержение - открытое неприятие, постоянная критика, негативные сравнения; предъявление чрезмерных требований к ребенку, несоответствующих его возрасту и возможностям; публичное унижение, демонстрация его отрицательных качеств.

Угрозы - угрозы наказанием, побоями или совершением насилия по отношению к ребенку или к тому, кого он любит.

Изоляция - установление безосновательных ограничений на общение ребенка со сверстниками, родственниками или другими взрослыми; запрет или ограничение без достаточных оснований на выход из дома.

### *Пренебрежительное отношение к кровной семье ребенка*

Как правило, приемные родители не одобряют контактов кровных родителей или их родственников с приемными детьми. Они считают, что такие встречи вносят дестабилизацию, тревогу в жизнь семьи. Некоторые психологи, наоборот, предлагают сохранять у детей положительное отношение даже к очень плохим родителям (несомненно, нужно определить, с какой целью родители добиваются встреч с детьми и как эти встречи действуют на детей). Особенно это относится к подросткам, у которых в это время формируются собственные представления о родительстве. Ненависть к собственным родителям - слишком тяжелая ноша для ребенка, поэтому необходимо ему помочь избавиться от этого. Встречаются дети, которые с грустью и слезами вспоминают своих родителей, особенно мать.

В отношении совсем маленьких детей замещающие родители часто испытывают соблазн умолчать об их прошлом. Опыт многих приемных родителей говорит о том, что ничего не нужно утаивать от ребенка: осведомленность и понимание информированного ребенка смогут впоследствии защитить его от любого бестактного замечания или намека окружающих, сберечь его уверенность в своей семье.

При разговоре с ребенком о его прошлом ни в коем случае нельзя высказываться о его прежней семье пренебрежительно: ребенок может почувствовать себя оскорбленным, однако он должен четко знать, почему не мог оставаться среди прежнего окружения. Необходимо рассказать ребенку правду, но при этом не обидеть его, помочь ему все понять и правильно осмыслить. Ребенок должен согласиться с действительностью, только тогда он не будет возвращаться к воспоминаниям о своем прошлом.

## **Маршрут движения к «точке невозврата», достижение которой означает отказ семьи от ребенка...**

Наличие негативной симптоматики в поведении детей, воспитывающихся в замещающих семьях (уходы их дома, воровство, неподчинение родителям, отказ от обучения в школе и т.п.), появление намерения замещающих родителей отказаться от приемного ребенка, жалобы приемных родителей на трудности воспитания, - свидетельство наличия проблем в отношениях в замещающей семье.

Проблемы, возникающие в приемной семье, во многих случаях обусловленные нарушением коммуникации в семье в связи с отклонениями в поведении детей, являются серьезным вызовом для приемных родителей.

### *Проблемы приемных семей*

- Проблемы приемных родителей (отсутствие понимания особенностей характера приёмного ребенка, неуважительное отношение со стороны приемных родителей к детям, непринятие ребенком воспитательных методов приемных родителей).

- Проблемы приемных детей (расстройства поведения, эмоциональные расстройства, сложности социализации).

- Проблемы взаимоотношений в приемной семье (трудности взаимопонимания, межличностные конфликты, негативное отношение друг к другу, отсутствие эмоционального тепла, ревность со стороны приемного ребенка к биологическим детям).

- Проблемы семьи (сформированность чувства «мы», понятия семьи, семейных уз, формальность семейных связей).

В семьях группы риска возврата ребенка наблюдаются сложности взаимоотношений как с приемными детьми, так и с другими членами семьи, сопротивление в принятии помощи от специалистов, уязвимость к оценке социального окружения, низкая готовность к принятию изменений в поведении ребенка подросткового возраста, стремление воздействовать на поведение ребенка демонстрацией намерения «вернуть ребенка в детский дом», нежелание дополнительно обучаться, расти, развиваться, стремление «приписывать» ребенку негативный поведенческий сценарий, акцент на «влиянии генов», нежелание принимать и объяснять ребенку сведения о кровных родственниках

Для многих приемных семей группы риска характерна жесткость внешних границ семьи, не позволяющая использовать возможности оказания помощи специалистами, в которой нуждается семья и, особенно, приемный ребенок. Согласно представлениям, разработанным в русле системного семейного подхода, жесткость внешних границ сопровождается наличием размытых внутренних границ. В случае замещающей семьи это выражается в стремлении приемных родителей избыточно контролировать поведение ребенка, принимать за него решения, определять сферу его занятий и интересов.

Ситуации в семьях, относящихся к группе риска, где проговаривается намерение отказаться от ребенка, свидетельствуют о том, что даже после

нескольких лет совместного проживания, ребенок не становится своим для семьи, остается чужим, а чужое – это то, что может вызывать опасение, что не является столь же надежным, каким является свое. Отсюда страхи приемных родителей перед будущим, которые мешают решать проблемы в настоящем. В таких семьях ребенок очень часто привязан к членам семьи и решение о его возврате, его дальнейшей судьбе принимается без его участия.

Семья находится в «тупике» в том случае, когда для преодоления проблемного поведения ребенка используемые семьей средства не привели к должному эффекту. Ситуация начинает восприниматься как безвыходная, у замещающих родителей возникает ощущение утраты контроля, паника, как следствие неопределенности, чувство бессилия перед трудностями. Страх «ужасных» последствий поведения ребенка, которое родители не контролируют, и в то же время несут за него ответственность, приводит к желанию вернуть ребенка под опеку государства.

Сложность проблем определяется сложностью, опосредованностью и неопределенностью отношений. Приемный ребенок испытывает на себе влияние не только отношений в приемной семье, но и отношений (реальных или на уровне фантазий) с кровной семьей.

На состояние и поведение приемного ребенка влияют многие обстоятельства его жизни: наличие ранних травматических переживаний, проживание в условиях депривации психического развития, отношения привязанности ребенка к биологическим родителям, возможности замещающей семьи в удовлетворении потребностей ребенка.

Дети, демонстрирующие проблемное, на взгляд замещающих родителей, поведение, попадают в условия отрицательного оценивания себя близкими, что влечет за собой переживание чувства отвержения, эмоционального отдаления от семьи. Негативные реакции близкого окружения разрушают стремление ребенка поддерживать эмоционально-близкие отношения с семьей. Таким образом, пропадает самый важный ресурс формирования социализированного поведения, требующий руководства со стороны взрослых, – ресурс отношений привязанности между взрослым и ребенком. Взрослые лишаются средств протраивания границ допустимого, влияния на формирование у ребенка образцов поведения в социуме.

Обострение неблагоприятных отношений в замещающей семье описывается так: «...полное отсутствие взаимопонимания с обеих сторон, нежелание подростка учиться и выполнять элементарные обязанности, желание подростка бесконтрольно и много времени проводить с друзьями, круг друзей родителям неизвестен, склонность к самовольным уходам, вызывающее поведение со взрослыми и др.»

Для подростка самостоятельный выбор собственного поведения является средством «убежать от проблем», связанных с «плохим» отношением к себе со стороны близких. Такое поведение обусловлено желанием избавиться от неприятных переживаний, связанных с тем, что взрослые «ругают, «выносят мозг», командуют». Лишенный «внешнего» и не приобретший пока «внутреннего»

руководства, подросток ищет поддержку у сверстников, возникает риск появления девиантного поведения.

Так формируется «порочный круг»: отклонения в поведении, весьма вероятные у ребенка, пережившего опыт отказа от воспитания кровной семьей, «не пробудившие» соответствующих компетенций у замещающих родителей, возрастают до такой степени, что возникает переход через «точку невозврата» к прежним отношениям – тем, которые планировались и мечтались на этапе создания замещающей семьи.

Как отмечают исследователи: то, что действительно могло бы быть важным в отношениях социума с приемными семьями, - это позиция доброжелательной помощи и принятия.

### *Этапы разрушения отношений в приемной семье*

- Проявление различий. Если отличий ребенка от семьи становится больше, чем родители могут принять, то начинается процесс взаимного противостояния, острота которого зависит от темперамента и индивидуальных особенностей родителей и ребенка.

- Негативная социальная реакция. Родители, внутренне не удовлетворенные своими отношениями с ребенком, получают со стороны социума своего рода объективное подтверждение тому, что их ребенок не такой, как надо, и что проблема именно в нем. Взрослые получают поддержку в ощущении своего права на отвержение ребенка. У ребенка в такой ситуации рушится ощущение базовой психологической безопасности, которое лежит в основе способности к позитивным изменениям. Ребенок начинает защищаться и усиливает протестное и негативное поведение. Таким образом, напряжение нарастает, а родители начинают считать, что ребенок «неисправим».

- Поворотный пункт или повод к разрыву. На фоне нарастания напряженности и неудовлетворенности родителей отношениями ребенок может совершить какой-то серьезный с точки зрения родителей проступок – воровство, ложь, провалы успеваемости в школе. Для родителей этот момент может стать внутренним сломом, моментом утраты доверия и надежды на выстраивание отношений с ребенком. По сути, это момент внутреннего «отказа от ребенка», хотя формально он еще продолжает оставаться в семье.

- Ультиматум. Родители с формальной точки зрения дают ребенку «последний шанс», а реально не верят в возможность улучшения ситуации и хотят получить моральное право на официальный разрыв отношений с ребенком, переложив на него ответственность. Относительно ультиматума можно сказать, что он вызывает протест у любого человека, к которому его предъявляют, кроме того, ультиматумы часто бывают невыполнимы для ребенка в его конкретной жизненной ситуации. Дети способны меняться к лучшему только при поддержке родителей и ради отношений с ними. Если этого нет, они однозначно не станут бороться, а постараются ускорить неизбежное. Поэтому дети нарушают ультиматумы практически сразу. Взрослые же склонны трактовать это как проявление цинизма и безразличия со стороны ребенка.

- Завершающий кризис и решение о разрыве. Обычно после нарушения ультиматума происходит очередной крупный конфликт. Выяснение отношений с взаимными обвинениями, в результате которого эмоциональный накал достигает той степени, когда и родителям и ребенку хочется одного – расстаться. На этой стадии речь уже не идет о возможном сохранении отношений, но обычно социальные службы привлекаются к участию именно на этой стадии, поскольку родители официально заявляют, что их семья в кризисе и они имеют намерение вернуть ребенка. В этот момент никакое вмешательство не может помочь, поскольку внутреннее решение уже принято обеими сторонами, а отношения разрушены.

## Заключение

Эффективное родительство предполагает наличие совокупности знаний, представлений и убеждений, реализуемых во взаимодействии и ребенком. Контекст, на фоне которого разворачивается замещающее родительство, имеет определенные отличия от родительства в общепринятом смысле. Характер воспитательной практики замещающего родителя строится на основе информации о психологических особенностях детей, переживших травму отделения от биологической семьи, способах формирования отношений привязанности с ребенком, имеющим депривационные нарушения. Риск появления эмоциональных и поведенческих сложностей характерен для подросткового возраста.

Приемное родительство, безусловно, имеет определенную специфику. Анализ конкретных жизненных ситуаций показывает, что взаимодействие с детьми в большей мере обусловлено не особенностями детей как таковыми, а отношением к ним, характером их восприятия. В случае наличия множества черт ребенка, не устраивающих родителя, может наблюдаться как ситуация принятия ребенка, так и ситуация его неприятия, вследствие несоответствия ожиданий и реальности.

Изложенные в представленных материалах рекомендации, их применение на практике содействуют преодолению проблем, с которыми сталкиваются замещающие родители в процессе воспитания приемных детей. Рассмотрены также факторы, создающие риски распада приемных семей и показатели неблагополучия. Уделено внимание организации познавательной деятельности, повышению социальной компетентности, оптимизации эмоционального состояния ребенка, а также многим другим вопросам.

Заинтересованное чтение, диалог с автором, пересекающийся с внутренним диалогом, позволят в ходе размышления осуществить поиск истины, обрести уверенность относительно вектора движения в правильном направлении, принять целесообразные решения, избежать болезненного опыта.

Безусловно, жизнедеятельность каждой семьи уникальна. Тем не менее, во всех случаях, владение материалами, разработанными благодаря теоретическому осмыслению и обобщению практического опыта, дают возможность оптимальным образом выстроить сложную деятельность воспитания приемного ребенка, предотвратить ошибки и достигнуть успехов.

Успехов и осуществления задуманного!

## Литература

1. Капилина (Пичугина) М.В., Панюшева Т.Д. Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка. - М.: Никая, 2015. – 432 с.
2. Кривцова, С.В., Мухаматулина, Е.А. Навык и конструктивного взаимодействия с подростками. Тренинг для педагогов / С.В. Кривцова, Е.А. Мухаматулина - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Генезис, 2004. - 183 с.
3. Мишурова Е. Психологическая помощь детям с невротическим развитием личности. Пособие по психологическому развитию. / Е.Мишурова. – Lambert Academic Publishing., Germany, 2012. – 178 с.
4. Мишурова Е.Ю., Котова Т.Е. Психологическая помощь замещающим семьям с риском отказа от приемного ребенка. - Ярославль, ООО «Вершина», 2014. – 98 с.
5. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 319 с.
6. Ослон, В.Н. Жизнеустройство детей-сирот: профессиональная замещающая семья / В.Н. Ослон. - М.: Генезис, 2006. — 368 с.
7. Петрановская Л. Тайная опора: привязанность в жизни ребенка. – М.: АСТ, 2014. – 288 с.
8. Прихожан А.М., Толстых А.Н. Психология сиротства. «Питер», 2005.- 413 с.

## **Содержание**

<b>Введение</b>	3
<b>Психологические особенности детей, оставшихся без попечения родителей</b>	6
<b>Организация жизнедеятельности замещающей семьи</b>	
В ожидании волнующих перемен	9
Первые дни в новом доме	11
В начале пути... Вместе с приемным ребенком	13
Мы принимаем, нас принимают...	16
Общение мамы с ребенком	19
Роль отца в жизни ребенка	21
Психологическая привязанность	23
Приемный ребенок в атмосфере заботы	25
О тайне усыновления	29
<b>Трудности, возникающие в процессе жизнедеятельности замещающей семьи</b>	31
<b>Профилактика и преодоление проблем детей, воспитывающихся в замещающей семье</b>	
Помощь первокласснику в адаптации к школе	34
Преодоление школьной дезадаптации	37
Этот сложный переходный возраст...	43
Психологическое консультирование подростков	48
Помощь ребенку с травматическим опытом	53
Психологическая поддержка детей из алкогольных семей	58
Новые навыки, как путь преодоления эмоциональных и поведенческих проблем ребенка	63
Эмоциональный интеллект – это ресурс!	66
<b>Дисфункциональные особенности замещающей семьи</b>	
Факторы, создающие риски распада замещающих семей	68
Показатели неблагополучия в замещающей семье	69
Маршрут движения к «точке невозврата», достижение которой означает отказ семьи от ребенка...	74
<b>Заключение</b>	78
<b>Литература</b>	79

**Государственное казенное учреждение Ярославской области  
«Агентство по обеспечению функционирования системы  
образования Ярославской области»**

**Адрес: 150003,  
г. Ярославль,  
ул. Советская, д. 77  
Телефон: 8 (4852) 33-22-18**

**Сайт**



**vk.com**



**Адрес электронной почты:  
agency.yaroslavl@yarregion.ru**