

**КОУ ВО «Бутурлиновская школа-интернат VIII вида»
Служба по устройству детей в семью**



***Методические рекомендации
замещающим родителям***

Бутурлиновка
2015г

КОУ ВО «Бутурлиновская школа- интернат VIII вида»
Служба по устройству детей в семью

В.М. Рыбина

Методические рекомендации замещающим родителям

Учебно-методическое пособие

Бутурлиновка
2015г.

Автор составитель: **Рыбина В.М.** ; Методические рекомендации замещающим родителям;
Учебно-методическое пособие. - Бутурлиновка : КОУ ВО «Бутурлиновская школа-интернат
VIII вида» Служба по устройству детей в семью,

2015.- 78 с

Представленные материалы могут быть интересны замещающим семьям, воспитывающим ребенка, оставшегося без попечения родителей, и кровным родственникам, помогающим семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации. Также специалистам, работающим с данными категориями семей.

Содержание

1. Введение

2. Ваш ребенок ,что нужно знать о нем?

- 2.1. Особенности физического развития детей
- 2.2. Особенности психического развития детей
- 2.3. Из-за чего могут возникать астенические состояния у детей?
- 2.4. Особенности интеллектуального развития
- 2.5. Пути преодоления проблем в интеллектуальном развитии детей
- 2.6. Особенности эмоционального развития детей
- 2.7. Жестокое обращение с детьми
- 2.8. Как помочь детям с эмоциональными проблемами

3. Воспитание приемного ребенка

- 3.1. Что делать, если ребенок лжет?
- 3.2. Что делать, если ребенок ворует?
- 3.3. Что делать, если ребенок часто испытывает страх?
- 3.4. Что делать, если ребенок шантажирует родителей?
- 3.5. Что делать, если у ребенка вспышки агрессии и раздражения?
- 3.6. Что делать, если ребенок нецензурно ругается?
- 3.7. Что делать, если ребенок плохо учится?
- 3.8. Что такое полноценное питание ребенка?
- 3.9. Как научить ребенка обращаться с деньгами?
- 3.10. Стоит ли наказывать ребенка?
- 3.11. Как помочь ребенку справиться с депрессией?
- 3.12. Взаимоотношения с биологическими родителями

4. Развивающие игры и занятия с детьми

- 4.1. Игры для гиперактивных детей
- 4.2. Игры для агрессивных детей
- 4.3. Игры для тревожных детей

5. Словарь понятий

6. Используемая литература

1. Введение

Решение взять в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей – нелегкий и очень ответственный шаг. Люди делают этот шаг под влиянием очень разных обстоятельств. Это может быть желание стать родителем и подарить свою любовь и заботу маленькому человеку, или желание помочь конкретному лишенному родительской ласки ребенку обрести семью. В любом случае, это решение достойно уважения. Главное, прежде чем идти дальше, задумайтесь еще раз, насколько вы готовы к появлению нового человека в вашей семье, действительно ли это именно то, что вам нужно? Если же вы уверены в правильности своего решения стать приемным родителем, то смело вступайте на этот путь и не бойтесь никаких препятствий и трудностей.

Но какой бы ни была настоящая причина усыновления, перед будущими родителями (или родителем) непременно встанет вопрос о том, **насколько сложно будет воспитывать приемного ребенка, какие проблемы могут появиться в связи с усыновлением и как помочь приемному ребенку адаптироваться в новой семье?**

Ну а мы постараемся помочь в решении вопросов, которые могут у вас возникнуть. Решив усыновить или взять под опеку ребенка, вы должны быть готовы к его продолжительной адаптации в семье. Привыкнув к жизни по законам детского дома или приюта, ребенок не быстро свыкается с новыми правилами. Чем старше возраст, тем более затруднительным проходит этот процесс.

С одной стороны молодые родители выбирают, казалось бы, легкий путь – освобождают себя от бессонных ночей, гор памперсов и истерик возле касс супермаркета. Но не забывайте, что маленькие дети – это маленькие проблемы, а большие дети – большие. Взрослый ребенок – это уже сложившиеся жизненные убеждения, мировоззрения, система ценностей. Часто все вышеперечисленные факторы формируются в сложных психологических и материальных условиях, которые сопровождаются жестокостью и заставляют ребенка отвечать миру своим плохим поведением. Но не волнуйтесь. Воспитание в приемной семье не всегда сопровождается большими трудностями, а если они и случаются, профессиональные психологи всегда придут на помощь. Главное, внимательно и вовремя прислушиваться к их советам. Не стоит волноваться зря.

Для начала давайте разберемся, что такое действительно серьезные проблемы. Иногда так называемое «плохое поведение» является признаком того, что воспитание приемного ребенка дает позитивные плоды. Все дело в том, что первым адаптационным периодом у нового члена семьи является некое стеснение и зажатость. Дети ведут себя тихо и неестественно, чтобы заслужить любовь родителей. Этот период еще называют «медовым месяцем». Но нетипичное для дитя поведение рано или поздно заканчивается: ребенок начинает быть собой. И это хорошо, что малыш больше не играет, а открывает себя. Теперь главное направить его энергию в нужное русло. В стрессовых ситуациях ребенок начинает вести себя так, как привык – это значит, что он доверяет вам настолько, чтобы открыть свои неприглядные стороны, подсознательно понимая – теперь он ваш, вы от него не откажетесь. На этом этапе вам не стоит волноваться и пить валерьянку – воспитание приемного ребенка идет своим путем.

Воспитание детей в приемной семье требует особой ответственности и знаний родителей. Семья, которая успешно разрешила свои конфликты, станет крепче. Будьте подготовлены

к появлению в вашей семье новой жизни и тогда вы сможете воспитать полноценную и счастливую личность, которая будьте уверены, не останется вам не благодарной за это.

2. Ваш ребенок: что нужно знать о нем?

Как говорят, дети – это те же взрослые, только маленькие. Дети, которые попадают в приют, — это маленькие взрослые с огромным жизненным опытом. И опыт этот, как правило, не всегда позитивный. Некоторым из них пришлось пережить такое, от чего любой взрослый пришел бы в отчаяние или, как минимум, впал бы в депрессию – страх, лишения, предательство самых близких людей. У каждого ребенка есть своя история, непохожая на другие, у каждого ребенка свой опыт переживания произошедшего с ним. Поэтому нарисовать общий портрет ребенка из детского учреждения невозможно. Но мы можем выделить некоторые особенности, которые часто встречаются у детей, оставшихся без попечения родителей. Эти особенности необходимо знать приемным родителям, чтобы легче распознать их у своего ребенка и быстрее помочь ему. Информация, которую мы предлагаем вашему вниманию, может показаться несколько пугающей. Отнеситесь к ней спокойно – это всего лишь обобщенный опыт работы с детьми, оставшимися без попечения родителей. Как правило, совсем скоро дети, попавшие в нормальную семейную атмосферу, перестают чем-либо отличаться от своих сверстников, воспитанных в кровной семье.

2.1. Особенности физического развития детей

Дети, оставшиеся без попечения родителей, часто отличаются по состоянию своего здоровья от детей из благополучных семей. Дети, которые растут без постоянной заботы со стороны родителей или других близких людей, имеют ряд особенностей, но это не значит, что все они чаще болеют или страдают хроническими заболеваниями.

Большинство особенностей, о которых пойдет речь – функциональные, то есть они поддаются исправлению, если здоровью ребенка уделяется достаточно внимания. Наиболее часто у детей, оставшихся без попечения родителей, наблюдается задержка физического развития, которая проявляется в снижении, по сравнению со сверстниками, роста и веса ребенка. После помещения в семью, при условии правильного питания и активного образа жизни, приемные дети легко догоняют своих сверстников. Однако на первых порах у приемного ребенка могут наблюдаться нарушения пищеварения (тошнота, рвота, изжога, понос или запор, боли в животе). Это может быть связано как с неправильным или непривычным питанием, так и с аллергическими реакциями, или психологическими нагрузками и стрессовыми ситуациями. Исправление этих нарушений зависит в большей мере не от медикаментозного вмешательства, а от правильной диеты и нормализации режима дня. Наряду с особенностями роста, питания и пищеварения, среди приемных детей нередко встречаются симптомы неврологических расстройств, включая:

- возбудимость, импульсивность, иногда агрессивность, рассеянность и слабую концентрацию внимания;
- заторможенность реакций, вялость;
- нарушение общей и тонкой моторики (недостаточную ловкость, неупорядоченность или избыточность движений);

- речевые нарушения
- недержание мочи (энурез) или кала (энкопрез)

Причины неврологических симптомов разнообразны, начиная от неправильного питания (авитаминоз), и заканчивая психоэмоциональными травмами или изменениями в опорно-двигательном аппарате. Важно знать, что большинство этих симптомов обратимы – нужно лишь вовремя их заметить и обратиться к врачу. Другие особенности здоровья характерны как для приемных детей, так и для их сверстников, воспитывающихся в кровных семьях. Так, среди современных школьников часто встречаются нарушения осанки, вплоть до искривления позвоночника. Для профилактики нарушений опорно-двигательной системы нужны регулярные занятия физкультурой (зарядка). Для коррекции нарушений врач может рекомендовать лечебную физкультуру, коррекционный массаж, в ряде случаев – мануальную терапию. По рекомендации врача дети также могут посещать различные спортивные секции (плавание, баскетбол и др.), что поможет исправить имеющиеся нарушения. Кроме того, у детей часто наблюдаются различные аллергические реакции: кожная сыпь, зуд, отек губ, слезотечение, кашель, чихание, слизистые выделения из носа, проявляющиеся после употребления определенных продуктов питания, в один и тот же сезон, при нахождении в определенном помещении, и т.п. Пищевая аллергия также может проявляться в виде различных нарушений пищеварения, описанных выше. Наш совет тот же: быть внимательным к своему ребенку и вовремя обращаться к врачу.

«Нужно очень аккуратно вводить новые блюда в рацион питания ребенка, так как некоторые продукты могут вызывать аллергию.»

Для того чтобы взять в свою семью ребенка с хроническим заболеванием или ребенка с особыми потребностями, необходимо пройти особую подготовку. О том, как ухаживать за ребенком с особыми потребностями вам подробно должны рассказать специалисты учреждения, в котором находился ребенок. Врач должен предоставить вам полную информацию о заболевании, режиме дня, диете. Кроме того, мы рекомендуем вам почитать специальную медицинскую литературу.

2.2. Особенности психического развития детей

Говорить, что дети, оставшиеся без попечения родителей, намного чаще других детей страдают нарушениями психического развития, было бы неправильно. Но приемным родителям, также как и кровным, необходимо иметь представление о тех трудностях, с которыми они могут столкнуться, знать, на что в поведении детей надо обязательно обращать внимание. Ведь как бы то ни было, непростые жизненные ситуации, с которыми приходилось сталкиваться ребенку, успели отложить свой отпечаток на его психике. К счастью, детская психика довольно пластична, и в домашней любящей атмосфере ребенок достаточно быстро придет в норму. У детей могут наблюдаться астенические состояния, которые связаны с истощением нервной системы. Ребенок постоянно чувствует слабость, повышенную утомляемость, для него характерны частая смена настроения, повышенная раздражительность и плаксивость, может нарушаться сон. Истощение нервной системы может проявляться по-разному.

2.3. Из-за чего могут возникать астенические состояния у детей?

Во-первых, причина может заключаться в том, что родители слишком много ждут от своего долгожданного приемного ребенка. Многие родители хотят, чтобы ребенок обязательно учился на пятерки, получил высшее образование, занимался музыкой или спортом. Конечно, это прекрасно, но стоит ли ради хороших оценок и прочих успехов жертвовать здоровьем ребенка, ведь физические и психические перегрузки могут

привести к нервному истощению и другим нарушениям. Во-вторых, астенические состояния могут возникнуть в результате неблагоприятной ситуации в прошлом окружении ребенка. Трудно оставаться психически здоровым, если твои родные родители злоупотребляют алкоголем и постоянно устраивают скандалы на твоих глазах! Имейте в виду, что напряженные отношения в новой семье между приемными родителями могут привести к тому, что ребенок начнет беспокоиться, что что-то не так, что он в чем-то виноват, начнет думать, что может повториться тот кошмар, который был в его кровной семье. Подобные переживания истощают внутренние силы ребенка, приводят к нарушениям поведения и дисгармоничности развития. Неврозы страха проявляются в том, что дети начинают чего-либо или кого-либо бояться. Считается, что если ребенок до 4–4,5 лет чего-то боится, то это нормально. Так он отрабатывает свою «внутреннюю программу» — ему надо научиться бояться, научиться осторожности. Если страхи задерживаются и дальше, или приобретают навязчивый характер, то это повод для того, чтобы обратиться к специалисту.

Страхи могут проявляться по-разному. Часто ребенок не может заснуть один в темной комнате. Он может бояться злых людей, животных или фантастических персонажей. У детей, особенно младших школьников, также могут встречаться школьные фобии. Обычно школьник не хочет ходить в школу не потому, что он ленивый и не хочет учиться, а потому, что боится учительницы (она громко говорит; говорит не так, как мама; у нее строгий взгляд или особенности в поведении, которые пугают ребенка). У детей, особенно у подростков, часто бывает страх смерти и страх за своих родственников. Иногда взрослые сами способствуют возникновению страхов у детей. Например, мы провоцируем у ребенка страх потери, когда говорим, что отдадим его злой тете или милиционеру, если он будет плохо себя вести. Читая на ночь страшные сказки или разрешая смотреть страшные фильмы, мы вызываем у ребенка страх темноты, страх засыпать в одиночестве и т. д.

«Приемные родители ни в коем случае не должны говорить ребенку, что отдадут его обратно в приют, если он не будет слушаться! У ребенка и так велик страх потери близкого человека, подобные угрозы только усугубят его чувство незащищенности, тревожности, неуверенности в себе.»

У детей могут встречаться нарушения сна и аппетита, особенно в начале пребывания в новой семье. Нарушения сна бывают двух видов: ребенок не может уснуть, и, наоборот, ребенок чересчур сонливый. Ребенок не может уснуть чаще всего из-за страхов или из-за чрезмерной активности, возбудимости. Повышенная сонливость ребенка обычно связана с астеническим состоянием. Особое внимание надо обращать на случаи, когда ребенок хорошо засыпает, соблюдает режим, но во сне начинает себя странно вести — встает и куда-то идет с открытыми или закрытыми глазами, находясь при этом в «странном» состоянии (лунатизм); регулярно разговаривает во сне; у него крайне беспокойный сон (постоянно ворочается). С этими жалобами надо обязательно обращаться к врачу. Нарушения аппетита бывают у детей при попадании из условий, в которых они не наедались, в условия, где они могут есть сколько угодно. Обычно в таких случаях дети начинают есть очень много, они даже могут делать запасы (например, прятать хлеб или конфеты), но со временем, обычно через 1–3 месяца, это проходит.

«Пищевые привычки являются одними из самых сильных и стойких. Поэтому вводить новые блюда нужно постепенно и осторожно. Сразу изменять детские пристрастия в еде нельзя. Также родителям может

потребоваться время, чтобы приучить ребенка правильно вести себя за столом, есть с помощью столовых приборов и т. д.»

Нужно обращать особое внимание на случаи, когда ребенок резко изменяет пищевое поведение: например, ел нормально и вдруг начинает отказываться от еды, или, наоборот, начинает слишком много есть. В таких случаях надо разбираться с врачом, что стоит за этими изменениями.

2.4. Особенности интеллектуального развития

Почти у всех детей, оказавшихся в приютах, отмечаются те или иные проблемы интеллектуального характера: ограниченный запас знаний, недостаточная сформированность отдельных психических функций, низкая умственная работоспособность, задержка психического развития, педагогическая запущенность. Педагогическая запущенность – это дефицит знаний и умений вследствие недостатка интеллектуальной информации. Такой ребенок даже в школьном возрасте может не обладать навыками личной гигиены, не умеет заправлять постель, выполнять другие простейшие действия. Например, они не знают, как заваривать чай – просто потому, что в приюте или в детском доме чай им всегда приносили уже разлитый по стаканам! Что уж тут говорить о пробелах в школьных знаниях и общей осведомленности. Задержка психического развития (ЗПР) – это временное отставание, замедление в психическом развитии ребенка, преодолимое полностью или частично при определенных условиях.

«ЗПР не является умственной отсталостью!»

Если врач диагностировал у вашего ребенка ЗПР – этого не стоит бояться или стыдиться, так как ЗПР определяется у 50% детей, не успевающих в школе. У этих детей ограниченный общий запас знаний и представлений, преобладают игровые интересы (им больше нравится играть, чем учиться). Им обычно быстро надоедает интеллектуальная деятельность, которая их мало привлекает. В отличие от детей с умственной отсталостью, дети с ЗПР достаточно сообразительны в пределах имеющихся знаний, значительно более продуктивно используют помощь взрослого. При этом в одних случаях на первый план будет выступать задержка развития эмоционально-волевой сферы (простодушие, поверхностность эмоций, их неустойчивость, слабость волевого усилия). В других случаях будет преобладать замедленное развитие познавательных функций (незрелость активного внимания, ослабление памяти, трудности формирования навыков чтения, письма или счета).

Школьные проблемы очень часто связаны с эмоциональным неблагополучием детей. Тяжелые переживания, постоянное внутреннее напряжение отбирают много душевных и физических сил. Ребенку трудно сосредоточиться на уроках, он быстро устает. Подавленное настроение не позволяет реализовать способности к учебе.

2.5. Пути преодоления проблем в интеллектуальном развитии детей

Создание благоприятных условий жизни и воспитания

Для того чтобы ребенок успешно развивался, необходимо:

- Стабильное позитивное общение с близкими взрослыми. Совместные прогулки, игры, сказка на ночь – все это и есть «позитивное общение». Пусть его будет как можно больше в вашей семье!
- Заботиться об удовлетворении его основных физических и психологических потребностей. Основные физические потребности или нужды – это еда, сон, тепло, жилище, свежий воздух, солнечный свет, движение, отдых, предупреждение заболеваний и травм. Основные психологические потребности – это потребность в привязанности и любви; ощущение психологической безопасности; чувство

самоуважения; возможность учиться на собственном опыте; реализация своих способностей; достижение независимости и самостоятельности. Но вы, конечно же, понимаете, что основная психологическая потребность ребенка – это быть любимым своими родителями или людьми, замещающих их.

- Принимать ребенка таким, какой он есть. Вы же любите своего ребенка не за то, что он знает много стихов наизусть, а за то, что он единственный и неповторимый, с этим ведь не поспоришь, верно?
- Поддерживать ребенка в преодолении трудностей. Завязывать шнурки, чистить зубы, складывать слоги в слова – это совсем нетрудно, когда мама или папа помогают!
- Стимулировать познавательные интересы. Ребенок спросил вас, что больше – солнце или луна? Расскажите ему заодно об устройстве Солнечной системы, а на выходных сходите вместе в планетарий. Поощряйте его заинтересованность и никогда не отмахивайтесь от вопросов!
- Соразмерять требования возможностям ребенка. Ну конечно, не стоит требовать от пятилетнего малыша знания таблицы умножения. И, тем более, ни в коем случае нельзя упрекать ребенка с задержкой психического развития в том, что он не знает или не умеет чего-то того, чем уже давно овладели его более здоровые ровесники.
- Огромное терпение взрослых. Спокойствие, только спокойствие! Терпение вам понадобится просто в огромных количествах. Терпение для того, чтобы не сойти с ума от тысячи и одного «почему», терпение для того, чтобы не раздражаться, когда ребенок никак не может запомнить названия месяцев, хотя вы их учите уже несколько дней, терпение, когда он делает что-то совсем не так, как нужно вам... Но вы же справитесь, правда?
- Оптимистический настрой. Оптимист – это тот человек, который говорит, что стакан наполовину полон, а не наполовину пуст, который искренне верит, что все будет хорошо, который умеет извлекать жизненные уроки из любого, даже отрицательного опыта... Как было бы хорошо, если бы вы передали этот настрой своему ребенку!

Обращение к специалистам при необходимости

В любой детской поликлинике вы можете получить помощь специалистов – невролога, психиатра, психолога, логопеда. Помимо этого в каждом районе города работают специальные психолого-педагогические-медико-социальные центры или сокращенно ППМС-центры. Вся помощь, которую оказывают специалисты этих центров, как правило, бесплатна. Не забывайте о профилактических осмотрах и обязательно своевременно посещайте всех необходимых врачей!

Организация специальных форм и методов обучения

Если врач посоветовал вам подойти к обучению ребенка индивидуально, никогда не игнорируйте такие рекомендации. Если надо, отдайте ребенка в логопедический детский сад или сместите сроки начала школьного обучения (ничего страшного, если он пойдет в школу на год позже). Кроме того, врач может посоветовать использовать щадящий режим дня, обучение в коррекционном классе или в школе для детей с задержкой психического развития. В этом нет ничего страшного и, тем более, зазорного. Помните, что все, что вы делаете, должно в первую очередь быть направленным на благо ребенка!

Многолетний опыт работы с приемными семьями показывает, что практически все дети со временем успешно преодолевают имеющиеся трудности в интеллектуальной сфере. Читайте с ребенком книжки, ходите в музеи и театры, просто гуляйте вместе и разговаривайте-разговаривайте-разговаривайте... Многие школьные премудрости легко

усваиваются в игре или с помощью игровых приемов, поэтому никогда не жалейте времени на игру с ребенком. Вы и сами скоро удивитесь, какой умный у вас ребенок!

2.6. Особенности эмоционального развития детей

Все дети в процессе развития движутся от беспомощности к зрелой независимости. У детей есть определенные физические потребности, без удовлетворения которых жизнь не может продолжаться, а также определенные психологические потребности, удовлетворение которых обеспечивает гармоничное формирование личности. Дети, лишенные попечения родителей, независимо от возраста, часто испытывают трудности в эмоциональной сфере. Связано это с тем, что для формирования здоровой эмоциональности необходима атмосфера любви и безусловного принятия, которую невозможно обеспечить ребенку в приюте или в детском доме, какие бы хорошие воспитатели там

ни работали. Как может вести себя ребенок с трудностями в эмоциональной сфере? Он может отличаться повышенной агрессивностью, вспышками гнева, плаксивостью. Его настроение может резко меняться без видимых причин. Кроме того, он может совершенно не понимать проявлений любви убежать и прятаться, когда вы пытаетесь его обнять и поцеловать. Он может не уметь смеяться и не понимать шуток, ведь чувство юмора тоже принадлежит к эмоциональной сфере человека. Эмоциональные нарушения обычно присутствуют у детей, у которых не сформировалось или сформировалось с нарушениями чувство привязанности.

«Привязанность – это способность и потребность людей создавать и сохранять прочные эмоциональные связи с другими людьми. При отсутствии возможности устанавливать отношения привязанности со взрослым, у ребенка могут возникать эмоциональные нарушения.»

Глубокие эмоциональные связи со значимыми людьми служат основой и источником жизненных сил для ребенка. Они закладывают базовое доверие к миру, создают условия для активного познания окружающего мира и полноценного общения. А теперь представьте, какое доверие к миру может быть у ребенка, родители которого постоянно дрались друг с другом, или, еще хуже, жестоко обращались с ним самим?

2.7. Жестокое обращение с детьми

Маленькие дети особенно уязвимы к жестокому обращению. У них нет возможности избежать насилия, получить эмоциональную поддержку вне семьи. Чем раньше ребенок столкнулся с жестоким обращением, чем беднее его опыт теплых и доверительных отношений с матерью, тем больше страдает его умственное и эмоциональное развитие. Жестокое обращение с детьми – это любое действие или бездействие по отношению к ребенку со стороны родителей, лиц, их заменяющих, а также учреждений или общества в целом, в результате которых нарушается физическое или психическое развитие, здоровье или благополучие ребенка, а также ущемляются его права и свобода.

Основные формы жестокого обращения с детьми:

- физическое насилие;
- сексуальное насилие;
- эмоциональное (психологическое) насилие;
- пренебрежение основными нуждами ребенка (что такое основные нужды или потребности мы говорили на странице).

Что такое физическое и сексуальное насилие – это понятно. Пренебрежение основными нуждами ребенка – тоже. А вот что такое психологическое насилие?

Психологическое насилие в отношении ребенка

Психологическое насилие сопровождает все формы жесткого обращения с детьми. По мнению специалистов, его влияние более разрушительно для личности ребенка по сравнению с физическим и даже сексуальным насилием.

Основные типы психологического насилия в отношении детей

Игнорирование

- неспособность или нежелание выражать любовь и заботу по отношению к ребенку;
- лишение ребенка необходимой поддержки, сочувствия;
- игнорирование его основных нужд 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 (или терроризирование)

- угрозы наказанием, побоями или совершением насилия по отношению к ребенку или к тому, кого он любит;
- оскорбление, унижение достоинства.

Изоляция

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

Развращение

- побуждение к развитию антисоциального поведения (воровство, проституция, порнография);
- вовлечение в употребление алкоголя, наркотиков;
- поощрение саморазрушающего поведения.

Последствия жестокого обращения

Итак, что же получается, когда с ребенком жестоко обращались – независимо от того, единичный это был случай или такое происходило систематически. Вот основные последствия жестокого обращения:

- задержка умственного и эмоционального развития у маленьких детей;
- высокий уровень агрессивности, направленной как на других, так и на себя;
- импульсивность;
- низкий уровень самоуважения, низкая самооценка;
- замкнутость, недоверие к окружающим;
- высокая тревожность, боязливость;
- эмоциональная неуравновешенность;
- подавленное настроение, вплоть до депрессии;
- психосоматические и нервные расстройства.

Нарушения поведения у детей часто являются индикатором эмоционального неблагополучия и указывают на борьбу ребенка за внимание или власть, желание мести, демонстрацию своей несостоятельности. Выяснить подлинную причину таких нарушений можно на приеме у психолога или психотерапевта. Дети, оказавшиеся в приюте, испытывают двойную психологическую травму: с одной стороны, они страдали от жестокого обращения в своей семье, а с другой тяжело переживают разрыв с ней.

2.8. Как помочь детям с эмоциональными проблемами

Эмоциональные проблемы, как правило, преодолеваются несколько сложнее и дольше, чем проблемы физические или даже интеллектуальные. Но тут опять

вступает в силу наше любимое правило: ваша любовь, забота и поддержка плюс помощь специалистов, если она необходима, поможет преодолеть любые трудности! Итак, что необходимо ребенку в первую очередь:

- атмосфера тепла и принятия;
- возможность выразить свои чувства;
- новая модель отношений в семье (доверие, доброжелательность, уважение, эмоциональная поддержка, разумные требования и обязанности, оптимистичный настрой);
- помощь психолога, психоневролога;
- обучение будущих приемных родителей (например, в Школе приемных родителей);
- общение с другими приемными семьями.

Для правильного развития личности очень важна адекватная самооценка. Чем выше самооценка, тем увереннее ведет себя ребенок, тем проще ему справляться с трудностями и проблемами. Общаясь с ребенком, старайтесь повысить его самооценку.

Для этого:

- Замечайте самые маленькие успехи и радуйтесь им.
- Сравнивайте его только с ним самим вчерашним, а не с другими детьми.
- Хвалите за конкретные достижения и просто радуйтесь тому, что он живет с вами.
- Выдерживайте соотношение между похвалой и порицанием 5:1.
- Разрешайте ребенку ошибаться, иметь собственное мнение, право выбора.
- Помогите ему найти друзей.
- Помните, что школьные оценки – не главный и не единственный показатель благополучия ребенка.

Особенности эмоционального контакта с ближайшим окружением играют решающую роль, как в происхождении различных нарушений эмоционального развития, так и в их преодолении. Только воспитание в любящей семье может обеспечить благоприятные условия для детей, перенесших тяжелые психологические травмы и имеющих проблемы в психическом развитии. Мы не в силах отменить прошлый опыт ребенка, но мы в состоянии помочь ему в настоящем – и тем самым повлиять на его будущее.

Симптомы, при которых необходимо обратиться к специалистам

В заключение этой части мы перечислим особенности поведения детей, на которые надо обязательно обращать внимание и при их обнаружении обращаться за помощью к специалистам – в первую очередь к педиатрам или психологам.

- Если у ребенка подергиваются отдельные мышцы лица или тела (двигательные тики), он постоянно всхлипывает, шмыгает носом и т. д. (голосовые тики).
- Если ребенок стал раздражительным, у него частые вспышки гнева.
- Если ребенок чувствует вялость, слабость, быстро утомляется.
- Если ребенка мучают страхи.
- Если у ребенка понизился или чрезмерно увеличился аппетит.
- Если у ребенка трудности с засыпанием, ночные просыпания, разговоры, вскрикивания во время сна, беспокойный сон.
- Если у ребенка снизилась успеваемость в школе.
- Если ребенок сосет палец, выдергивает волосы, откусывает и грызет ногти, раскачивается перед сном в кровати.
- Если ребенок мастурбирует у всех на виду, не стесняясь.
- Если у ребенка повторяющиеся головные боли, головокружения, моторная неловкость.
- Если у ребенка ночной или дневной энурез, энкопрез.

Дети остаются без попечения родителей по разным причинам. Чьи-то родители умерли, чьих-то лишили родительских прав. Некоторые дети сами сбежали из дома. Как бы то ни было, сближает всех этих детей одно: они, как правило, имеют особенности в развитии – физическом, психическом, интеллектуальном и эмоциональном. Конечно, дети, растущие в обычных семьях, тоже могут иметь эти особенности развития, но среди приютских детей это случается чаще. Дети могут иметь дефицит веса, недостаток кальция, задержку психического развития. Они могут не уметь завязывать шнурки, считать до десяти, говорить «Спокойной ночи!» перед сном. Они не знают, что такое пылесос, отпуск, зарплата, Новый год. Они могут не уметь любить, прощать и выражать свои эмоции. Не надо пугаться этого. Ваша любовь, внимание, забота и небольшая помощь специалистов сотворят чудеса! Имейте терпение, ребенку будет не просто сразу привыкнуть жить в новой семье. Но совсем скоро он превратится в самого обычного ребенка, веселого и озорного, капризного и задумчивого, невыносимого и замечательного – самого лучшего в мире ребенка!

3. Воспитание приемного ребенка

Помните, во вступлении мы спрашивали, каким родителем вы хотите быть для своего ребенка – строгим и справедливым, как Мэри Поппинс, властным и непреклонным, как фрекен Бок, или добрым и порядочным, как папа Карло? Скорее всего, к этому времени вы уже поняли, что в общении с ребенком невозможно использовать только одну модель поведения, что родителю приходится постоянно меняться, реагируя на постоянные изменения в ребенке и в ситуации вокруг. Наверняка, вы уже на себе испытали, как часто родителей мучают сомнения: правильно ли они воспитывают детей. И быть может, вы уже обнаружили, где можно искать помощь в нелегких ситуациях. Кто-то обращается к собственному опыту, кто-то – к опыту своих родителей и друзей. Сейчас существует достаточно много литературы, касающейся правильного воспитания детей, много теорий, описывающих эффективное взаимодействие родителей с детьми. Можно выделить несколько основных рекомендаций, следуя которым родителям будет легче общаться с детьми и добиваться поставленных целей в воспитании:

- Ребенку необходима безусловная любовь родителя — любовь, не зависящая ни от каких обстоятельств, поведения ребенка, его успехов и недостатков.
- Ребенок должен чувствовать, что родители уважают его, принимают таким, какой он есть, доверяют ему. Это позволит ребенку быть уверенным в себе и в своих отношениях с родителем.
- Ни при каких обстоятельствах ребенок не должен бояться родителя.
- Лучше в максимально возможной степени оставлять за ребенком свободу принятия решения, нежели требовать от него слепого подчинения.
- Лучше использовать поощрения, чем наказания.
- Необходимо с пониманием относиться ко всему, что происходит с ребенком, не делать ему критических замечаний. Нелепо критиковать то, что возможно было нормой поведения в «прошлой» жизни ребенка.

Надеемся, что эта глава поможет вам найти ответы на те вопросы, которые вам еще не удалось решить самостоятельно.

3.1. Что делать, если ребенок лжет?

Маленькие дети обычно врут так, что это сразу легко заметить. Чаще всего причина вранья в том, что ребенку надо привлечь к себе внимание взрослых. Кроме того, у некоторых детей часто бывает очень богатое воображение и им необходимо просто

пофантазировать время от времени. А вот что делать, если дети лгут уже по-настоящему, например, чтобы скрыть какой-нибудь свой неблагоприятный поступок? Главное – не творить скорую расправу и не делать поспешных выводов. Любая ситуация, даже такая неприятная, как детская ложь – это счастливая возможность еще раз проговорить вслух правила, существующие в вашем доме относительно норм поведения (или установить таковые, если это еще не было сделано).

Выслушайте ребенка внимательно, поразмышляйте наедине о скрытых причинах лжи. Найдите подходящий момент для доверительного разговора и скажите ему о своем отношении к происшедшему. Поговорите о тех неприятных для ребенка последствиях, к которым может приводить ложь. Будет полезно, если вы расскажите соответствующий случай из своего собственного детства или прочтете вместе какую-нибудь нужную сказку. Иногда дети лгут, потому что, по их мнению, сказать правду нельзя: вы рассердитесь или расстроитесь. Поэтому всегда важно помнить, что ни в коем случае нельзя наказывать детей за правду! Надо быть готовым выслушать любую правду, какой бы горькой она не была. Часто родители не осознают, что они сами учат детей лгать, когда это выгодно. В большинстве случаев это касается мелочей, таких как просьба ответить на телефонный звонок и сказать, что родителя нет дома, и т. д. Но для ребенка принципиально важным является осознание того, что родитель не лжет ни при каких обстоятельствах.

«Детская ложь передает нам правду о душевном состоянии ребенка, о его страхах и надеждах. Правильная реакция на ложь выражает понимание, а не отрицание ее истинного значения!»

3.2. Что делать, если ребенок ворует?

Первое, что может прийти в голову понимающего приемного родителя при столкновении с воровством ребенка: «Воровство – это, возможно, необходимая для моего ребенка вещь в его прошлой жизни.

Это то, что помогало ему выживать до встречи со мною». Сначала надо спокойно поговорить вдвоем о случившемся. Не уличать, не обвинять, а именно уважительно поговорить, в том числе и о чувствах, которые ребенок испытал в момент воровства и после. Если взрослый при этом расскажет подобную историю из своего детства, это покажет ребенку, что его понимают и сочувствуют. Следующая важная задача воспитателя – элементарно научить, так, как мы учим маленького ребенка – правильному поведению. Можно просто сказать: «Знаешь, я хочу, чтобы в следующий раз ты поступил иначе. Надо... Это необходимо для того, чтобы ты...»(далее надо показать ребенку выгодные стороны жизни без воровства). После такой договоренности ребенок успокоится: теперь он знает, как искать выход из ситуации, которая поставила его в тупик и заставила пойти на воровство. Ну и не забудьте выполнять еще несколько простых правил:

- Во-первых, вы сами должны быть твердо уверены в том, что нельзя брать чужого.
- Во-вторых, вы должны понимать, что ребенку необходимо владеть своей собственностью (конечно, речь идет не об автомобиле, а о простых вещах: своих личных игрушках, одежде и пр.) и иметь деньги на карманные расходы.
- В-третьих, учить ребенка нормам поведения нужно исходя из интересов других людей, а не из угрозы наказания.
- В-четвертых, вы не имеете права требовать от ребенка доверия, если будете отказывать ему во всем!

3.3. Что делать, если ребенок часто испытывает страх?

У многих детей, которые были лишены родительской заботы и внимания, есть разнообразные страхи. Кто-то боится темноты, кто-то — чужих людей, кто-то — животных

и т. д. У детей может встречаться страх внешнего мира, страх того, что их опять бросят. Некоторые дети никогда не скажут, что они чего-то боятся, но от переживаний у них может подняться температура, разболеться живот или голова.

Очень важно, чтобы родители сами не провоцировали страхи у детей.

Например, не стоит впадать в панику, если ребенок упал с велосипеда. Лучше пожалейте ребенка, потому что ему больно, и окажите необходимую помощь. Не рассказывайте детям о своих страхах и болезнях. Дети очень внушаемы и склонны перенимать родительские страхи в преувеличенном виде.

Кроме того, нужно очень осторожно относиться к просмотру вечерних фильмов. Лучше не читать детям на ночь страшные сказки и рассказы. Для преодоления некоторых страхов иногда достаточно просто объяснить ребенку некоторые явления. Например, когда ребенок боится грозы, нужно рассказать ему, как возникают гром и молнии. Если ребенок боится пожара, разбойников, нужно научить его тому, что необходимо делать при возникновении опасности. Укладывая ребенка спать, пожелайте ему спокойной ночи, если надо, включите ночник и спокойно объясните, что у вас еще дела по хозяйству. Если ребенок позвал вас без необходимости, просто пожелайте ему спокойной ночи еще раз и больше не бегайте на каждый его зов. Бывает, что ребенок использует страхи для манипуляции родителями или привлечения к себе внимания. В таких случаях необходимо выяснить цель демонстративных страхов ребенка и то, как они вписываются в общую картину его поведения. Если родители понимают, что страхи ребенка вызваны его желанием привлечь к себе внимание, получить больше заботы и поддержки, то они должны стараться удовлетворять эту потребность ребенка в любых других ситуациях, кроме ситуации, когда ребенок чего-то боится. Нужно как можно меньше значения придавать страхам ребенка, уделяя как можно больше внимания случаям, когда он преодолел свой страх.

Повышенная возбудимость – что это?

Повышенная возбудимость у детей, как правило, характеризуется чрезмерно интенсивной эмоциональной реакцией на все стимулы, даже самые слабые. Другими словами, повышенно возбудимый, непосредственный, гиперактивный ребенок легко вовлекается во все дела, хорошо чувствует эмоциональный настрой других участников события и быстро реагирует на изменения в ситуации. Все новое такого ребенка интересует и радует. Инициатива и гибкость позволяют ему быстро менять стратегии поведения, приспосабливаясь к окружению. Эти таланты позволяют быть общительным, адаптированным и конформным. Все позитивы личности, однако, могут иметь и свои негативные стороны, которые мы также наблюдаем как у приемных, так и у своих собственных детей.

Непосредственность ребенка, у которого много энергии, естественным образом может сопровождаться повышенной вспыльчивостью и раздражительностью. Это означает, что в группе детей гиперактивный ребенок чаще других может вступать в конфликтные ситуации по самым разным, иногда незначительным поводам. Конформность и гибкость могут создавать предпосылки для непоследовательности намерений, что часто наблюдается у детей с повышенной активностью. Ребенок может захотеть что-то одно, но по пути заметить нечто другое и незаметно для себя самого переключиться, «съехать» в другое занятие (особенно если позовет кто-то из детей), в конечном итоге не завершив ни того, ни другого. Легкость переключения внимания создает основу для формирования непоседливости (ребенок быстро включается в деятельность, но и быстро «остывает», утомляется). Повышенная утомляемость, нарушения концентрации внимания и памяти также могут способствовать формированию неустойчивых черт характера со свойственным для этих детей снижением чувства ответственности.

Как помочь гиперактивному ребенку?

С раннего детства гиперактивный ребенок нуждается в продуманном взрослым игровом пространстве, где предусмотрены облегченные и приятные для воспитанника условия для уборки игрушек. Удобная мебель (шкаф, стеллаж и т.д.) может быть дополнена привлекательным для ребенка контейнером (лучше на колесиках), красивыми и удобными кармашками для мелких вещей. На каждом кармашке можно нарисовать тот вид предметов или игрушек, который предполагается в нем хранить между играми. Такая классификация предметов, кстати, очень полезна для развития мышления детей. Зная о повышенной возбудимости ребенка, старайтесь, чтобы в играх принимало участие не более двух-трех человек. При этом нужен контроль за тем, что происходит, и распознавание сигналов, предупреждающих о возможном взрыве. В случае необходимости надо спокойно вмешаться и предотвратить конфликт: отвлечь ребенка или спокойно обсудить с ним напряженную ситуацию. Если это уместно, полезно переместить ребенка с потенциального поля битвы в более безопасное место. Для выполнения серьезных дел (например, приготовление школьных уроков) взрослый помогает своему воспитаннику организовать рабочее место. Необходим индивидуальный письменный стол и дополнительные стеллажи с ячейками, чтобы у каждой вещи при этом автоматически образовалось свое место. При этом желательно из комнаты (или хотя бы из поля зрения ребенка) убрать все лишнее, а также выключить радио или телевизор, поскольку гиперактивный ребенок не умеет сам «отсеивать» ненужные, отвлекающие факторы. Для ребенка важно, чтобы взрослый вел себя последовательно, чтобы он старался всегда говорить медленно и спокойно. При этом взрослому надо не забывать реагировать и откликаться на любые позитивные сдвиги в поведении ребенка, какими бы незначительными они ни казались. Иногда приходится несколько раз повторить трудное для ребенка задание, сопровождая свою инструкцию короткими (чем младше ребенок, тем короче должны быть фразы взрослого), ясными и четкими разъяснениями.

«Выделяйте по возможности больше времени для необходимых ребенку активных двигательных занятий, в которых избыточная энергия успешно расходуется. Это могут быть прогулки на свежем воздухе, игры во дворе, посещение спортивных секций (последние привлекательны еще и потому, что тренер обычно задает детям позитивную модель поведения, сопровождающегося самоконтролем).»

Чтобы помочь приемному ребенку стать более упорядоченным, организованным и ответственным, а также более внимательным и собранным, следует, не впадая в агрессию, обиду или другие неконструктивные реакции, терпеливо напоминать ему о его делах, поощряя малейшие достижения ребенка в этом направлении. Попробуйте посмотреть на ситуацию с другой стороны. Ведь это замечательно, что у вас есть возможность общаться с таким интересным ребенком! Активный, расторможенный ребенок вносит много новых впечатлений в размеренную, спокойную, запрограммированную (и, надо сознаться, скучноватую!) жизнь ответственного человека, который живет необходимостью делать дело, выполнять долг (а не просто радоваться краскам жизни). Ребенок постоянно привносит что-то новенькое, необычное, занятное; жить рядом с ним – это получать полную палитру непосредственных эмоций.

3.4. Что делать, если ребенок шантажирует родителей?

Некоторые приемные родители пытаются «компенсировать» прошлый негативный опыт ребенка тем, что начинают его баловать, излишне заботиться о нем. Родители боятся, что у ребенка появится ощущение, что его недостаточно любят, что к родному ребенку относились бы по-другому. И многие дети начинают этим пользоваться, они учатся

манипулировать родителями. Чем больше избалован ребенок, тем чаще он предъявляет родителям свои, нередко просто невыполнимые, требования. Иногда дети оправдывают себя тем, что они приемные, считают, что все должны им помогать, «танцевать вокруг них». Своим прошлым они объясняют свою неустроенность, свое плохое поведение и т. д. Бывает, что дети начинают угрожать родителям, что уйдут обратно в приют, вернуться к биологическим родителям и т. д. Здесь важно понимать, что в действительности дети вовсе не хотят возвращаться к прежним условиям жизни, они просто пытаются таким способом добиться от родителей того, что им нужно. Если ребенок уже достаточно взрослый, то в таких ситуациях взрослые должны предоставить ему свободу выбора. Фразы «конечно, ты сам вправе решать, где тебе лучше жить» обычно достаточно, чтобы ребенок образумился. У маленьких детей угрозы вернуться в приют чаще всего связаны со вспышкой отрицательных эмоций, и после того как ребенок успокаивается, пропадает и желание уйти. Не забывайте и о том, что дети во всем подражают взрослым. Никогда не произносите фраз типа: «Я заболела, потому что ты плохо ведешь себя в школе» или «Если бы ты меня любил, ты бы не сделал этого». Это и есть ни что иное, как эмоциональный шантаж.

3.5. Что делать, если у ребенка вспышки агрессии и раздражения?

Изначально агрессия у ребенка может возникать как протест против ограничения его личной свободы. «Я хочу пойти туда!» – настаивает он – и это уже почва для очередного конфликта, пресечения детского исследовательского поведения, притеснения со стороны избыточно доминирующего взрослого. Когда доминирование взрослого превосходит порог, допустимый для ребенка (взрослый постоянно руководит, без конца отдает команды и т.д.), тогда у ребенка нет другого выхода, как защищаться, иначе его личность будет терпеть ущерб. Легче всего агрессия ребенка провоцируется монотонностью и повторяемостью (делать уроки, убирать вещи, мыть руки и т.д.), а также упрямством взрослого, который заставляет ребенка выполнять правила ради самих правил. Истерики, вспышки агрессии и раздражения бывают как у детей, выросших в обычной семье, так и у приемных детей. Это один из способов манипулировать родителями и другими взрослыми. Часто дети хорошо понимают, что родители очень болезненно реагируют на крик и слезы и пользуются этим средством для достижения собственных целей. Дети могут кричать и визжать, бросаться на пол и биться ногами или головой об пол, крушить вещи и угрожать убежать из дома. Родителей часто пугает такое сильное проявление эмоций, и они в отчаянии уступают ребенку. Некоторые родители пытаются отвлечь внимание ребенка, другие – наказывают или пытаются заставить его прекратить истерику. Все эти способы реагирования на истерику ребенка обычно не приводят к положительным результатам. Самым эффективным способом борьбы со вспышками раздражения у ребенка является лишение его зрителя. Если родители остаются невозмутимыми, и на них эти сцены не производят никакого впечатления, то ребенок вряд ли попытается повторить такое представление. Родителям, игнорирующим вспышку раздражения у ребенка не стоит упоминать о ней после того, как ребенок успокоится, им следует разговаривать с ребенком так, как будто ничего не произошло. Когда ребенок совсем маленький, не стоит оставлять его во время истерики одного. Это может быть небезопасно. Многие психологи не рекомендуют в момент ярости поднимать ребенка с пола и насильно брать его на руки. Но если ребенок сам просится на руки, следует выполнить его просьбу. Однако любые нравоучения в этот момент будут преждевременными.

«Часто приемные дети не могут обойтись без этих вспышек негативных эмоций, им нужно вылить все, что у них накопилось. Важно, чтобы это не превратилось в стереотип поведения. Нужно обучать

детей снимать свою агрессию, раздражение и другие отрицательные эмоции приемлемыми способами. Способом разрядки может быть физическая нагрузка, игры, в которых есть элемент соревнования, игры, в которых допустимо выражать свою злость.»

На всякий негативный момент найдется свой позитив. Наличие агрессии часто свидетельствует о творческих способностях ребенка, о его стремлении исследовать мир, искать новые пути решения проблем, изобретать и совершенствовать. Часто сломанная игрушка может поведать о желании ребенка понять, как она устроена внутри. Ребенок может сломать вещь для того, чтобы переделать ее по-своему, но, сломав, оказывается не в состоянии выполнить задуманное; окружающие же могут воспринять такое поведение ребенка как стремление «вредничать» – и наказать его за это. Но даже если ребенок действительно «вредничает», взрослому следует понять, что он таким образом исследует допустимые границы свободы своего поведения. Он хочет попытаться расширить их или подтвердить для себя невозможность этого. Для ребенка с повышенной агрессивностью создание вещей своими руками имеет огромный дополнительный смысл. Опыт показывает, что обычно вещи ломаются чаще в руках тех детей, которые не имеют навыков в самостоятельном ручном творчестве. Тот же, кто что-то сделал сам, трепетно бережет свое «сокровище» и более бережно относится к результатам труда других. В нем начинается жить «пункт бережливости» и внимательное отношение к профессиональной деятельности взрослых. Надо сказать, что иногда из детей с повышенной агрессивностью (правильнее было бы о них сказать – с выраженной творческой активностью) вырастают по-настоящему творческие взрослые, от которых в основном и зависит наша с вами жизнь.

3.6. Что делать, если ребенок нецензурно ругается?

Дети, которые долгое время находились в неблагоприятных условиях, очень часто употребляют нецензурные выражения, склонны неуважительно разговаривать со взрослыми. Родители должны изначально определить для себя, будут ли они мириться с подобным положением вещей. Отучить уже большого ребенка от ругательств достаточно сложно, и здесь родителям важно придерживаться выдвинутых ими требований. Нельзя эмоционально реагировать на «неправильные» слова ребенка, так как это может привести к тому, что он будет использовать ругательства для привлечения к себе внимания. Нужно максимально спокойно и методично повторять ребенку, что эти слова говорить нельзя, а можно употребить другое слово. Обсудите с ребенком смысл бранных слов, попытайтесь подобрать синонимичные нормативные выражения. Объясните ребенку, что мат – это признак языкового бессилия. Что уважающий себя человек всегда найдет множество других слов, с помощью которых можно выразить свои чувства. И помните, что ребенку будет невыносимо сложно отучиться от нецензурных слов, если вы сами не всегда воздерживаетесь от них, например, во время случайной эмоциональной вспышки. Конечно, сложно удержаться от крепкого словца, если вы уронили молоток себе на ногу! Но все же попытайтесь, если вы не хотите, чтобы это слово прочно обосновалось в лексиконе вашего приемного ребенка.

3.7. Что делать, если ребенок плохо учится?

У детей, оставшихся без попечения родителей, часто наблюдается педагогическая запущенность, они отстают в интеллектуальном развитии от сверстников, им труднее дается школьная программа. Часто это приводит к тому, что приемные родители прикладывают невероятные усилия для того, чтобы ребенок лучше учился. Но если родитель слишком часто заставляет ребенка заниматься учебной работой, то это может привести к тому, что школа станет для него еще более ненавистна и желание учиться пропадет

окончательно. Родители должны стараться максимально использовать игровые формы обучения. Нужно постараться заинтересовать ребенка самим процессом получения новых знаний. Не стоит ругать вашего приемного ребенка за плохие оценки. Не хватайтесь за голову, не переживайте понапрасну. Двойку можно исправить, любой предмет осилить, если не тратить время на пустые переживания и выяснения отношений. Ответственность за выполнение домашнего задания должна полностью лежать на ребенке. Родители, которые постоянно помогают ребенку делать домашние задания, добьются того, что ребенок будет чувствовать все большую неуверенность при выполнении классных и контрольных заданий. Помните, о чем мы говорили в главе про интеллектуальные проблемы ребенка. Обязательно проконсультируйтесь со школьным психологом и учителями. Если необходимо, можно использовать специальные формы и методы обучения (смещение сроков начала школьного обучения, щадящий режим, обучение в коррекционном классе или в школе для детей с задержкой психического развития). Как только ребенок догонит своих сверстников и достигнет определенных успехов, его можно перевести обратно в обычный класс.

«Помогите ребенку полюбить какой-нибудь один школьный предмет – и постепенно ему станет легче справляться с другими предметами!»

3.8. Что такое полноценное питание ребенка?

Полноценное и правильно организованное питание имеет большое значение для развития ребенка. Оно повышает выносливость организма и его сопротивляемость различным заболеваниям. Пища является источником энергии, необходимой для деятельности всех органов и систем. Основным материалом построения тканей и органов человеческого тела – белки, в которых дети и подростки нуждаются больше взрослых. В возрасте от 1 до 3 лет дети должны ежедневно получать в пище примерно 4г белка на каждый килограмм своего веса. В дальнейшем это количество постепенно уменьшается и после 12 лет составляет 2–2,5 г. Наиболее полноценными являются белки животного происхождения, которые содержатся в яйцах, молоке, твороге, сыре, мясе, рыбе. Жиры и углеводы – это главные источники энергии. В питание ребенка должны входить как животные жиры (молочные продукты, яичный желток, рыбий жир), так и растительные (растительные масла). Желательно, чтобы в молочной и мясной пище ребенок получал примерно одинаковое количество белков и жиров и сверх того 10-15 г растительных жиров в день. Углеводы – это сахар, крахмал и клетчатка. Питание ребенка следует организовать так, чтобы основная масса углеводов поступала в виде крахмала – из хлеба, крупы, картофеля, так как крахмал в процессе пищеварения превращается в сахар и лишь тогда поступает в кровь, что дает возможность организму получать сахар постепенно, в течение длительного времени. Рацион ребенка должен содержать углеводов в 4 раза больше, чем белков и жиров. Кроме того, не стоит забывать о том, какое огромное значение для нормального развития детского организма имеют витамины! По возможности давайте ребенку больше сырых овощей, фруктов и ягод.

Что если дети отказываются есть полезные блюда?

Дано: салат из морской капусты, богатый содержанием йода, который так полезен для правильного функционирования щитовидной железы и тарелка картошки-фри с кетчупом.

Вопрос: *что предпочтет съесть на обед ребенок с нормальным детским вкусом и средним аппетитом?*

Наверняка, вы все правильно ответили на этот вопрос. Но как же приучить ребенка есть не только то, что вкусно, но и то, что полезно? Ну во-первых, не все то, что полезно имеет отвратительный вкус. Сырые овощи и фрукты, не говоря уже о ягодах, как правило, очень даже ничего на вкус (мы, конечно, не говорим о репчатом луке и шпинате). Но если вам

так уж необходимо накормить ребенка морской капустой – попробуйте сделать ее вкусной. Добавьте колбасы, вареное яйцо, майонеза, орехов и еще чего-нибудь, что найдете в холодильнике – получится салат, не такой уж и противный на вкус. Все равно отказывается есть? А может ну ее, эту морскую капусту? Он любит рыбные котлеты и уху? Ну и прекрасно! Немного проблематичнее становится, когда ваш ребенок отказывается есть не только морскую капусту, вареную морковку и сырой лук, но и рыбные котлеты, жареную курицу и рисовую кашу. Но и в этом случае не стоит отчаиваться. Попробуйте воспользоваться нашими советами:

- Никогда не кормите детей насильно и не действуйте угрозами типа: «Пока не съешь, не выйдешь из-за стола!» Аппетита это не прибавляет, а вот в отчаяние приводит. Если ребенок не доел, просто уберите тарелку, но предупредите, что до ужина он не получит ни одного печенья. Если ребенок проголодается спустя какое-то время, предложите ему его недоеденную порцию, разогретую в микроволновой печи.
- Не ставьте детей перед выбором: каша или мороженое – дети не в состоянии сделать выбор в пользу полезного, а не вкусного. Просто спросите у него: «Сколько ложек каши ты будешь – три или пять?»
- На детей с пониженным аппетитом хорошо действует оформление блюд или стола. Постарайтесь украсить обычные блюда, придать им праздничный вид. Например, нежеланная манная каша становится очень аппетитной, если ее положить в вазочку, украсить несколькими ягодами, вареньем или сиропом.
- Постарайтесь сделать рацион ребенка более разнообразным. Мало кому из взрослых понравится одна и та же каша на завтрак. А вот если сегодня будет каша, завтра оладьи, а послезавтра омлет – такой завтрак никого не приведет в уныние!
- Не делайте из еды культа. Не стоит награждать ребенка его любимым блюдом или походом в его любимую закусочную. Еда – это просто жизненная необходимость, приятная, но не более! А вот поиграть после обеда в парке намного приятнее, чем полчаса сидеть за тарелкой с супом.

3.9. Как научить ребенка обращаться с деньгами?

Вполне возможно, что у вашего приемного ребенка просто не было возможности научиться обращению с деньгами. Тем не менее, это очень важное умение, и чем раньше оно появится, тем лучше. Уже 5–6-летнему малышу можно дать немного денег раз в неделю, например, во время воскресной прогулки. Пусть он сам решит, на что их потратить – на мороженое, сок или игрушку. Важно, чтобы он понял – сделав выбор, ему придется отказаться от чего-то другого. Привлекайте детей к обсуждению крупных покупок и старайтесь серьезно выслушивать их мнение. Карманные деньги – хороший способ научить детей разумной трате денег. 9–10-летние дети сами могут планировать некоторые расходы: школьные завтраки, походы в кино, приобретение школьных принадлежностей. Однако не следует давать детям денег сверх необходимости. И, конечно, самое главное – ребенок должен понимать, что деньги добываются трудом и знать им цену.

3.10. Стоит ли наказывать ребенка?

Конечно, в идеале лучше бы совсем отказаться от наказаний. Но, к сожалению, вряд ли, воспитывая ребенка, кому-нибудь удалось без них обойтись. Помните главное: наказание – это не постоянная практика, а особый случай. Это незамедлительная реакция на недопустимый, и, возможно, опасный поступок. Оно может быть только коротким. Нельзя наказывать ребенка за то, что вы сможете сделать и сами: например, пролить суп или разбить чашку. Делайте скидку на возраст ребенка. Никогда не наказывайте его за то, что он не сделал чего-то, недоступного ему в силу

возраста. Ни в коем случае нельзя наказывать, если вы точно не уверены в вине ребенка. Это не тот случай, где стоит полагаться на свою интуицию. Как бы сильно вы ей не доверяли, может случиться, что наказание настигнет невинного – а это недопустимо, если вы не хотите потерять доверие своего ребенка.

«Специалисты рекомендуют заменить наказания «негативными последствиями», которые являются логичным следствием неправильного поведения ребенка. В любом случае, ни при каких обстоятельствах нельзя использовать физические наказания.»

В некоторых странах, например, в Швеции, почти полностью отказались от наказания детей. Детей отвлекают, уговаривают, разъясняют. Такое воспитание, по принципу логичных и естественных последствий (ребенка знакомят со всеми возможными последствиями, к которым может привести его неправильное поведение), конечно, требует много затрат и временных и моральных. Стоит ли оно того? Несомненно, да!

3.11. Как помочь ребенку справиться с депрессией?

Как правило, приемным детям приходится переживать достаточно много неприятных происшествий в своей жизни. Когда ребенка забирают из родительского дома, ему приходится пережить многочисленные потери и утраты, которые могут вызвать стресс и депрессию даже у маленьких детей. А как бы вы себя чувствовали, если бы вам пришлось пережить:

- Ограничение в общении со своими кровными родителями или его полное отсутствие;
- Смерть одного из родителей или обоих родителей;
- Ограничение в общении со своими кровными братьями и сестрами или же полное прерывание контакта (если детей определяют в разные места);
- Расставание с семьей, соседями, а также, учителями, воспитателями и друзьями;
- Перемену привычного образа жизни.

Даже если ваш приемный ребенок жил в очень проблемной семье, он будет горевать и печалиться из-за потери своего родительского дома и знакомой среды. Как бы хорошо не было ребенку в приемной семье, и как бы успешно не проходила его адаптация, он все равно может грустить и переживать. Печаль является эмоциональной реакцией на лишения и потери, испытываемые ребенком. Обычно все проходят через один и тот же процесс, стремясь справиться со своим горем и печалью. Как правило, этот процесс включает в себя пять стадий:

1. Шок/отрицание

«Как нечто подобное могло произойти со мной?»

2. Гнев

«Я безумно разозлен, что вы покинули меня!»

3. Сделка/торги

«Если я буду хорошо себя вести, то мама вернется и заберет меня к себе»

4. Отчаяние

«Я никогда не вернусь обратно домой»

5. Принятие/понимание

«Мне небезопасно прямо сейчас жить в родительском доме. Я пока поживу в приемной семье, здесь очень хорошо»

Ваша поддержка и помощь в прохождении ребенком через этапы гнева и отчаяния во многом определит, как ребенок будет сам справляться с таким эмоциональным состоянием в будущем. Ребенок нуждается в постоянном присутствии взрослого, которому он доверяет и на которого он может положиться. Внимательно следите за

словами и поступками ребенка. Некоторые дети, особенно совсем маленькие, возможно, не смогут поделиться с вами своими ощущениями или же рассказать о том, что их беспокоит и тревожит. В таких случаях, поведение ребенка, его игры и рисунки говорят о его чувствах. Самое главное, что вы сможете сделать для ребенка, переживающего печаль – это внимательно выслушать его, когда ему нужно будет высказаться. Быть может, это наступит не сразу, а только тогда, когда ребенок будет ощущать себя в полной безопасности. Не отстраняйтесь от ребенка, выслушайте его и помните: то, что ваш приемный ребенок скучает по родительскому дому и по своим кровным родителям, вовсе не означает, что он отвергает вашу заботу о нем. Не следует останавливать ребенка, когда он начинает плакать. Слезы смягчают душевную боль. Помните, что переживание утраты может сказываться на поведении, поэтому родители должны быть особенно терпеливы и заботливы по отношению к ребенку. Возможно, вам потребуются обратиться за помощью к психологу, чтобы помочь ребенку справиться со своей печалью. Не упускайте эту возможность.

3.12. Взаимоотношения с биологическими родителями

Взаимоотношения с биологическими родителями — это одна из самых болезненных тем для родителей, которые взяли в свою семью ребенка. Здесь нужно быть поистине мудрым человеком, для того чтобы найти ту золотую середину, которая позволит и ребенку вырасти гармоничным человеком, не отвергающим свои корни, и в приемной семье создать атмосферу открытости, принятия, бесконфликтности. Отношение ребенка к своим кровным родителям — это вопрос, который нельзя замалчивать. Даже если ребенок особо не проявляет интерес к своему прошлому, нужно говорить о его корнях. Приемные родители ни в коем случае не должны осуждать биологических родителей, говорить о них плохо, даже из лучших побуждений и намерений оградить ребенка от возможных психических травм.

«Постарайтесь почувствовать благодарность к кровным родителям, благодарность за то, что они родили этого ребенка, за то, что вы можете быть с ним.»

Помните о важности биологических родителей для эмоциональной жизни ребенка и никогда не относитесь к биологическим родственникам приемного ребенка небрежно или неуважительно. Биологические корни нужны ребенку на протяжении всей жизни. Следует поощрять принятие ребенком своих родных, это крайне важно для гармоничного развития его личности. Поэтому если у ребенка сохранились хорошие воспоминания о кровных родителях, следует поддерживать их, не давать забыть. Быть может, есть вероятность, что ребенок когда-нибудь вернется в свою биологическую семью. В этом случае контакты и встречи с кровными родителями просто необходимы. «Родителям, родительские права которых ограничены судом, могут быть разрешены контакты с ребенком, если это не оказывает на ребенка вредного влияния. Контакты родителей с ребенком допускаются с согласия органа опеки и попечительства либо с согласия опекуна (попечителя), приемных родителей ребенка или администрации учреждения, в котором находится ребенок», — говорится в статье 75 Семейного кодекса РФ. Подробности организации таких встреч желательно обсудить и согласовать с органом опеки и попечительства, и, по возможности, такая встреча должна проходить под наблюдением социального работника. Еще один важный вопрос, который часто волнует приемных родителей — стоит ли рассказывать ребенку о его кровных родителях, правда о которых неприятна и неприглядна (например, в пьяном виде отец убил мать и теперь сидит в колонии — увы, такие случаи бывают). В этой очень непростой ситуации не стоит забывать, что дети, как правило, очень хорошо помнят свое прошлое. А так как память имеет свойство сглаживать неприятные и идеализировать приятные моменты, то о своих

кровных родителях, особенно о матери, дети могут иметь самые хорошие воспоминания. Если же утаивать от ребенка его неприятное прошлое, оно может тревожить его, например, напоминая о себе в неприятных снах. Поэтому, какой бы неприятной не была правда, по мнению специалистов, все-таки лучше рассказать о ней ребенку, максимально тактично и осторожно, избегая резких выражений и осуждений.

«Информированность о непростой ситуации в кровной семье поможет вселить веру в ребенка относительно новой семьи и его будущего!»

4. Развивающие игры и занятия с детьми

Вопрос «чем занять ребенка?», особенно маленького, часто встает перед приемным родителем. В этом приложении мы поговорим о наиболее интересных играх, которые можно использовать и для развития ребенка, и для установления с ним контакта, и для коррекции его поведения. Некоторые из этих игр записаны со слов приемных родителей, которые уже имеют большой стаж в воспитании своих и приемных детей. Некоторые взяты из психологической литературы.

«Важно, чтобы у ребенка было какое-то дело или игра, в которой он бы был успешнее всех. Неважное, какое именно это будет дело, важно, чтобы ребенок чувствовал свою успешность.»

4.1. Игры для гиперактивных детей

Гиперактивность проявляется у детей в повышенной невнимательности, отвлекаемости, импульсивности, в повышенной двигательной активности. Поэтому игры должны быть направлены на обучение ребенка приемам саморегуляции, умению концентрировать внимание и контролировать свои действия. Игры должны учить ребенка владеть своим телом, развивать координацию движений.

Игра «Клубочек» (для детей 3–7 лет). Расшалившемуся ребенку можно предложить сматывать в клубок яркую пряжу. Взрослый сообщает ребенку, что этот клубок не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается. Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует, что он огорчен, устал или не может успокоиться.

Игра «Разговор с телом» (для детей 5–9 лет). Ребенок ложится на большой лист бумаги или кусок обоев. Взрослый карандашом обводит контуры фигуры ребенка, затем вместе с ребенком рассматривает силуэт и говорит: «Это твой силуэт. Хочешь, мы можем разрисовать его? Каким бы цветом ты хотел раскрасить свои руки, ноги, туловище? Как ты думаешь, помогает ли тебе твое тело в разных ситуациях, например, когда ты спасаешься от опасности и др.? Какие части тела тебе особенно помогают? А бывает такое, когда твое тело подводит тебя, не слушается? Что ты делаешь в этом случае? Как ты можешь научить свое тело быть более послушным? Давай договоримся, что ты и твое тело будут стараться лучше понимать друг друга».

Игры с песком и водой (для детей 3–9 лет). Специалисты считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей, они успокаивают ребенка. В эти игры не обязательно играть только на природе. Их можно организовать и дома. Песок может быть заменен крупой, которую предварительно поместили в горячую духовку. Для игр с песком и водой родители должны подготовить соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики и др. Далее они могут вместе с ребенком придумать сюжет игры, построить свою сказочную страну и т. д.

Игра «Археология» (для детей 5–7 лет). Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает ее. Ребенок осторожно «откапывает» руку — делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок касается руки, он меняется ролями со взрослым.

Игра «Шариковые бои» (для детей 5–10 лет). В таз с водой опускают несколько каучуковых шариков, такое же количество шариков остается у ребенка. Отойдя на расстояние 0,5–1 метр от таза, ребенок должен попасть по шарам, которые в тазу. Если шар сбит, то его вынимают из воды; если ребенок промахнулся, то и этот шар остается в тазу. Игра заканчивается, когда в тазу не остается шаров.

Игра «Маленькая птичка» (для детей 5–7 лет). Когда ребенок слишком активен и не может успокоиться, ему в руки дают пушистую, хрупкую игрушечную птичку (или другого зверька). Взрослый говорит: «Прилетела к тебе птичка, она такая маленькая, нежная, беззащитная. Она так боится коршуна! Подержи ее, поговори с ней, успокой ее». Ребенок гладит птичку, говорит ей добрые слова. Успокаивая ее, он успокаивается сам.

4.2. Игры для агрессивных детей

Поведение агрессивных детей часто является разрушительным и для них самих, и для окружающих. Для таких детей характерны непредсказуемые эмоциональные вспышки, которые приводят к потере контроля над собой. Поэтому обучение ребенка приемлемым способам выражения гнева — одна из самых острых и важных проблем, стоящих перед родителями. Приводимые ниже игры помогут научить ребенка приемам саморегуляции и самообладания, будут способствовать развитию эмоциональной сферы, умений чувствовать переживания другого человека и взаимодействовать с окружающими.

Игра «Эмоциональный словарь» (для детей 7–12 лет). Перед ребенком раскладывается набор карточек с изображением лиц в различных эмоциональных состояниях. Ребенок должен ответить на вопрос: «Какие эмоции изображены на картинках?» После этого ребенку предлагают вспомнить, когда он сам был в таком состоянии. Как он чувствовал себя, находясь в этом состоянии? Хотел бы снова вернуться в это состояние? Можно попросить ребенка нарисовать те эмоции, которые он испытывает чаще всего, которые ему больше всего нравятся, которые он испытывал раньше и которые он испытывает в последнее время. Можно спросить ребенка, что он может сделать, чтобы испытывать как можно больше положительных эмоций и не испытывать отрицательных?

Игра «Маленькое привидение» (для детей 5–10 лет). Взрослый предлагает ребенку представить, что он превратился в доброе привидение и ему захотелось немного похулиганить. Когда взрослый громко хлопает в ладоши, ребенок должен как можно громче пугать окружающих, делать страшное лицо и угрожающие позы. Когда взрослый тихо хлопает в ладоши, ребенок совсем тихо произносит «У-у-у». В конце игры взрослый говорит, что ребенок превращается из привидения обратно в самого себя.

Игра «В тридевятом царстве» (для детей 7–12 лет). Взрослый и ребенок, прочитав какую-либо сказку, рисуют ее на большом листе бумаги, изображая героев и запомнившиеся события. Затем взрослый просит ребенка показать на рисунке, где бы он хотел оказаться. Ребенок рассказывает о своих приключениях этой сказке и о том, как он преодолевал разные трудности. Взрослый же помогает ребенку придумывать и рисовать сказку дальше, задавая наводящие вопросы: «А что бы ты сделал на месте героя..?», «А что бы ты ответил герою сказки, если бы он спросил тебя..?», «А что бы ты почувствовал, если..?»

4.3. Игры для тревожных детей

Тревожность проявляется в склонности ребенка к частым и интенсивным негативным переживаниям, волнениям, страхам. Преодолеть тревожность можно, во-первых, повышая самооценку ребенка, во-вторых, обучая его способам снятия мышечного и

эмоционального напряжения, в-третьих, обучая владеть собой в сложных, травмирующих ситуациях.

Игра «Скульптура» (для детей 5–12 лет). Родитель играет роль скульптора, а ребенок — роль глины. Скульптор лепит из глины скульптуру (например, ребенка, который ничего не боится, ребенка, который всем доволен, ребенка, который выполнил сложное задание и т.д.). Темы для скульптур может предлагать как взрослый, так и ребенок. Затем взрослый и ребенок меняются ролями. После проведения игры нужно спросить ребенка, что он чувствовал в роли скульптора, в роли скульптуры, какую фигуру было приятно изображать, какую — нет.

Игра «Драка» (для детей 5–10 лет). Ребенка просят представить, что он поссорился с другом и вот-вот начнется драка. Ребенок должен глубоко вдохнуть, крепко-крепко стиснуть зубы, как можно сильнее сжать кулаки, на несколько секунд затаить дыхание. Затем ребенка просят задуматься: а, может, и не стоит драться? Ребенка просят выдохнуть и расслабиться, встряхнуть кистями рук и почувствовать облегчение.

Игра «Покатай куклу» (для детей 3–7 лет). Ребенку дают маленькую куклу или другую игрушку и говорят, что она очень боится кататься на качелях. Ребенка просят научить куклу быть смелой. Сначала он, имитируя движения качелей, слегка покачивает куклу, затем постепенно увеличивает амплитуду движений. Затем взрослый спрашивает ребенка о том, стала ли кукла смелой. Если нет, то взрослый просит ребенка рассказать кукле, что она должна делать, чтобы преодолеть свой страх.

Приняв ребенка в свою семью, вы взяли на себя обязательства заботиться о нем, воспитывать его и помогать ему стать полноценным членом общества. Конечно, в процессе воспитания приемного, как и любого другого ребенка могут возникнуть некоторые проблемы, однако если вовремя их обнаружить, у вас есть все шансы с ними справиться!

Решение любых проблем, будь то детская ложь, агрессия, воровство, страхи, отказ от еды следует начинать с выяснения причин такого поведения. Дети, оставшиеся без попечения родителей, как правило, имеют большой багаж нерешенных проблем, проходят через большое количество лишений и потерь. Все это может вызвать у ребенка состояние тревоги и печали, ввергнуть его в депрессию. Преодолеть эти проблемы вам поможет ваша забота, такт и терпение. Не забывайте обращаться за помощью к специалистам: психологам и социальным работникам. Особого внимания заслуживает проблема взаимоотношения с кровными родителями ребенка. Здесь следует помнить то, что общение с биологической семьей может способствовать гармоничному развитию личности ребенка, а его информированность о своей семье намного предпочтительнее неведения.

5. Словарь понятий

Адаптация – приспособление органа, организма, личности или группы к изменившимся внешним условиям.

Агрессия – поведение, ориентированное на нанесение вреда объектам, в качестве которых могут выступать живые существа или неодушевленные предметы. Агрессивное поведение служит формой отреагирования физического и психического дискомфорта, стрессов, фрустраций. Кроме того, оно может выступать в качестве средства достижения какой-либо значимой цели, в том числе повышения собственного статуса за счет самоутверждения.

Астенические чувства – негативные эмоциональные состояния (подавленность, уныние, печаль, нелокализованный страх), свидетельствующие об отказе от борьбы с трудностями в ситуации повышенной эмоциональной нагрузки. О переживании человеком астенических чувств может свидетельствовать, например, то, что он сутулится, его дыхание замедляется, глаза тускнеют.

Астенический синдром – психопатологический синдром. Характеризуется состояниями общей слабости, чрезмерной истощаемости, раздражительности. При этом происходит нарушение внимания и памяти.

Аутоагрессия – агрессивное поведение, направленное против самого себя и проявляющееся в самообвинениях, самоунижении, в нанесении себе телесных повреждений, в попытках самоубийства.

Гиперактивность детская – отклонение от возрастных норм развития онтогенетического, характерное невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью в поведении социальном и деятельности интеллектуальной, повышенной активностью при нормальном уровне развития интеллектуального. Все это приводит к слабой успеваемости в школе и низкой самооценке.

Госпитализм – глубокая психическая и физическая отсталость, обусловленная «дефицитом» общения со взрослым в первый год жизни ребенка. Отдельными признаками госпитализма являются: запаздывание в двигательном развитии (прежде всего в освоении ходьбы), резкое отставание в речевом развитии, эмоциональная обедненность, склонность к навязчивым движениям (раскачивание тела). Госпитализм может возникнуть не только в домах ребенка, но и в семьях у мало-эмоциональных, «холодных» матерей, которые не уделяют ребенку необходимое внимание.

Депрессия – психическое состояние резко выраженной подавленности с отсутствием интереса к окружающему; тоскливое настроение с сознанием собственной никчемности, со снижением порогов побудительной активности, заторможенностью движений.

Дошкольный возраст – этап психического развития от 3 до 6–7 лет. Характеризуется тем, что ведущей деятельностью является игра. Имеет чрезвычайно важное значение для формирования личности ребенка. Выделяют три периода: младший дошкольный возраст (3–4 года), средний (4–5 лет) и старший (5–7 лет). В рамках игровой деятельности происходит усвоение основных приемов орудийной деятельности и норм социального поведения. Наряду с игровой деятельностью в этом возрасте формируются и другие формы деятельности: конструирование, рисование. Существенным в формировании личности становится то, что мотивы и желания ребенка начинают согласовываться друг с другом, выделяются более и менее значимые, за счет чего происходит переход от импульсивного, ситуативного поведения к опосредованному каким-то правилом или образцом.

Задержка психического развития – парциальное недоразвитие высших психических функций, которое может, в отличие от олигофрении, носить временный характер и

компенсироваться при коррекционном воздействии в детском или подростковом возрасте. В качестве причины задержки психического развития могут выступать:

1. Дефекты конституционального развития ребенка, из-за которых он начинает по своему физическому и психическому развитию отставать от сверстников („гармонический инфантилизм“);
2. Различные соматические заболевания („физически ослабленные дети“);
3. Органические поражения центральной нервной системы. У таких детей, в силу церебрастении, психомоторной расторможенности, аффективной возбудимости, происходит значительное снижение работоспособности, памяти и внимания, затрудняется усвоение навыков чтения, письма, счета, речи. Также возникают эмоциональные и личностные нарушения.

Интеллект – способность к осуществлению процесса познания и к эффективному решению проблем, в частности при овладении новым кругом жизненных задач.

Капризы детей – стремление детей, прежде всего дошкольного и младшего школьного возраста, делать что-то вопреки предписаниям взрослых. Часто сопровождается плачем или криком. Благоприятными условиями для возникновения капризов являются переутомление детей, слабость нервной системы, повышенная эмоциональная возбудимость. Капризы могут возникнуть в ответ на слишком потакающие действия взрослых, на их противоречивые требования, на чрезмерно строгие меры, которые применяются. Также капризы могут свидетельствовать о фрустрации потребностей ребенка (в любви, внимании, автономии) или об эмоциональной травме.

Комплекс неполноценности – теоретическое понятие в индивидуальной психологии А. Адлера, обозначающее энергетический потенциал психической активности, вызванный переживанием каждым человеком в раннем детстве ощущения собственной недостаточности. Происходит вытеснение этого чувства в бессознательное и придание ему за счет этого характера постоянной ненасыщаемости, а стремление к позитивному переживанию чувства компетентности стимулирует различные виды деятельности, в которых возможен реальный или мнимый успех.

Личность – относительно устойчивая система поведения индивида, построенная прежде всего на основе включенности в социальный контекст. Стержневым образованием личности является самооценка, которая строится на оценках индивида другими людьми и его оценивании этих других.

Младший школьный возраст – период жизни ребенка от 6–7 до 10 лет, когда он проходит обучение в начальных классах (I – IV классы) современной школе. Для этого возраста характерно, что в качестве ведущей у ребенка формируется учебная деятельность, в которой происходит усвоение человеческого опыта, представленного в форме научных знаний. В рамках учебной деятельности возникают два основных психологических новообразования этого возраста – возможность произвольной регуляции психических процессов и построение внутреннего плана действий.

Мотив – психическое явление, становящееся побуждением к действию. В широком смысле к мотивам относят потребности инстинкты, влечения и эмоции, установки и идеалы. Мотив, как внутреннее побуждение к действию, связан с внешним побудительным фактором – стимулом, и, как правило, отражает его.

Наследственность – эволюционный опыт предыдущих поколений живых организмов, запечатленный в генетическом аппарате. Хранение, воспроизведение и передача наследственной информации происходит посредством дезоксирибонуклеиновой (ДНК) и рибонуклеиновой (РНК) кислот, индивидуальная совокупность которых образует генотип. Под его контролем находятся морфологические, биохимические,

физиологические признаки организма. Но проявление этих признаков в индивиде зависит от конкретных условий индивидуального развития.

Невроз страха – форма невроза, который развивается в ответ на психические травмы и в котором синдром страха является ведущим. При этом чувство страха может носить либо не локализованный характер, либо быть связанным с определенным органом тела или с конкретной ситуацией, как, например, страх высоты, замкнутых пространств.

Неврозы (от греч. *neurōn* – жила, нерв) – пограничные нервно–психические расстройства, которые не обусловлены психотическими состояниями. В возникновении неврозов существенную роль играют биологические факторы, такие как наследственность, соматические заболевания, социально–психологические факторы, прежде всего касающиеся неблагоприятных семейных обстоятельств, а также особенности личности и эмоциональные переживания. Клиническая картина неврозов включает в себя как соматовегетативные расстройства, так и отрицательные субъективные переживаниями (тревога, ощущение собственной неполноценности). Среди неврозов принято выделять неврастению, невроз страха, истерический невроз и невроз навязчивых состояний. Для лечения неврозов наряду с медикаментозными воздействиями используют различные формы психотерапии.

Опека – форма правовой защиты личных и имущественных прав и интересов детей, не достигших возраста четырнадцати лет (малолетних), а также граждан, признанными судом недееспособными вследствие психического расстройства.

Патронат – форма воспитания, при которой дети, лишившиеся родительского попечения, передаются на воспитание в семьи граждан по договору, заключаемому уполномоченным государственным органом и лицом (патронатным воспитателем), выразившим желание взять ребенка на

Подростковый возраст – стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью (от 11–12 до 16–17 лет), которая характеризуется качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь. В этот период индивид имеет повышенную возбудимость, импульсивность, на которые накладывается, часто неосознанное, половое влечение. Основным лейтмотивом психического развития в подростковом возрасте является становление нового, еще достаточно неустойчивого, самосознания, изменение Я-концепции, попытки понять самого себя и свои возможности. В этом возрасте происходит становление сложных форм аналитико–синтетической деятельности, формирование абстрактного, теоретического мышления. Очень важное значение имеет возникающее у подростка чувство принадлежности к особой „подростковой“ общности, ценности которой являются основой для собственных нравственных оценок.

Попечительство – форма правовой защиты личных и имущественных прав и интересов несовершеннолетних в возрасте от четырнадцати до восемнадцати лет, а также граждан, которые ограничены судом в дееспособности вследствие злоупотребления спиртными напитками или наркотическими средствами

Потребности – форма проявления интенциональной природы психики, в соответствии с которой живой организм побуждается к осуществлению качественно определенных форм деятельности, необходимых для сохранения и развития индивида и рода. Для человека характерно то, что даже те его потребности, которые связаны с задачами его физического существования, отличны от аналогичных потребностей животных. В силу этого они способны существенно видоизменяться в зависимости от общественных форм его жизнедеятельности. Потребности подразделяют по характеру деятельности (оборонительная деятельность, пищевая, половая, познавательная, коммуникативная, игровая).

Привязанность – поиск и установление эмоциональной близости с другим человеком. Первичной является привязанность младенца к матери – у ребенка существует врожденная потребность находиться в непосредственной близости с другим человеком. На ее основе осуществляется развитие ребенка в первые годы его жизни. При адекватном формировании привязанности к матери ребенок может осуществлять активную исследовательскую деятельность в незнакомой обстановке и не реагировать паникой при приближении незнакомого человека, обращаясь к матери как надежной защите. При невозможности установления привязанности могут развиваться реакции пассивности и возникать психические нарушения (госпитализм).

Приемная семья – одна из форм устройства на воспитание детей, оставшихся без попечения родителей, основанная на заключении договора между приемными родителями и органами опеки и попечительства. Субъектами в приемной семье выступают приемные родители и приемные дети.

Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, – ценность, приписываемая ею себе или отдельным своим качествам. Относясь к ядру личности, она – важный регулятор поведения. От нее зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым она влияет на эффективность деятельности и дальнейшее развитие личности. В качестве основного критерия оценивания выступает система смыслов личностных индивида.

Семейная воспитательная группа – форма реабилитации, предназначенная для организации работы с несовершеннолетними, оказавшимися в трудной жизненной ситуации, в условиях семьи, по своим бытовым, педагогическим, психологическим и иным функциям, замещающей несовершеннолетним их пребывание в семье кровных родителей.

Стресс – состояние напряжения, подавленности, спада, возникающее у человека или животного под влиянием экстремальных воздействий.

Темперамент – качество личности, сформировавшееся на основе генетически обусловленного типа нервной системы человека и в значительной степени определяющее стиль его поведения и деятельности. Различают четыре основных типа темперамента: сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик.

Тревога – отрицательные эмоциональные переживания, обусловленные ожиданием чего-то опасного, имеющие диффузный характер, не связанные с конкретными событиями. При наличии тревоги на физиологическом уровне фиксируются учащение дыхания, усиление сердцебиения, увеличение кровотока, повышение артериального давления, возрастание общей возбудимости, снижение порога чувствительности.

Тревожность – личностная черта, проявляющаяся в легком и частом возникновении состояний тревоги. Тревожность возникает при благоприятном фоне свойств нервной и эндокринной систем, но формируется прижизненно, прежде всего в силу нарушения форм внутри- и межличностного общения, например между родителями и детьми.

Уверенность в себе – готовность человека решать достаточно сложные задачи, когда уровень притязаний не снижается только из-за опасений неудачи. Если уровень способностей значительно ниже тех, которые требуются для намеченного действия, то имеет место самоуверенность.

Умственная отсталость – нарушение общего психического и интеллектуального развития, которое обусловлено недостаточностью центральной нервной системы и имеет стойкий, необратимый характер.

Упрямство – поведение индивида, характеризующееся активным отвержением требований других людей, обращенных к нему. При этом поведение переходит из

предметного плана в межличностный и получает поддержку от мотивов самоутверждения. Наблюдается прежде всего у слишком эмоциональных или ригидных людей, а также при фрустрации важных потребностей. У детей и подростков появление упрямства может быть обусловлено мелочной опекой взрослых или пренебрежительным отношением к их стремлению быть самостоятельными.

Усыновление (удочерение) – наиболее предпочтительная форма устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Усыновление – это переход прав и обязанностей от биологических родителей (родителя) ребенка к усыновителям (усыновителю), при котором ребенок в правовом отношении полностью приравнивается к биологическим детям усыновителя. При этом, естественно, утрачиваются все права и обязанности родных (биологических) родителей ребенка.

Утомление – временное снижение уровня работоспособности под действием фактора длительности воздействующей нагрузки. Обусловлено физическим и психическим истощением. При утомлении происходит вегетативная декомпенсация, увеличивается инертность неравных процессов, снижаются показатели чувствительности, внимания, памяти, мышления, возникают отрицательные эмоции (переживание усталости), снижается производительность труда по качеству и скорости.

Фобии – навязчиво возникающие состояния страха. Различают эритрофобию, агорафобию, клаустрофобию, танатофобию и др. Возникновение фобий связано с развитием психозов, неврозов и психопатий.

Фрустрация у детей – негативное психическое состояние, обусловленное невозможностью решения специфических задач возрастного развития. Причиной фрустрации может выступать невозможность овладеть желаемым предметом или запрет со стороны взрослого на выполнения какого-либо действия. Наличие фрустраций у ребенка может обуславливать формирование таких черт характера, как агрессивность, возбудимость, пассивность.

Характер – индивидуальная, достаточно устойчивая система привычных способов поведения человека в определенных условиях. В формировании характера человека ведущую роль играют формы социальных взаимоотношений. Поэтому при известной вариативности черт характера, обусловленных наследственностью и личным опытом разрешения жизненных проблем, характер людей, живущих в похожих общественных условиях, имеет много похожих черт.

Приняв ребенка в свою семью, вы взяли на себя обязательства заботиться о нем, воспитывать его и помогать ему стать полноценным членом общества. Конечно, в процессе воспитания приемного, как и любого другого ребенка могут возникнуть некоторые проблемы, однако если вовремя их обнаружить, у вас есть все шансы с ними справиться!

Решение любых проблем, будь то детская ложь, агрессия, воровство, страхи, отказ от еды следует начинать с выяснения причин такого поведения. Дети, оставшиеся без попечения родителей, как правило, имеют большой багаж нерешенных проблем, проходят через большое количество лишений и потерь. Все это может вызвать у ребенка состояние тревоги и печали, ввергнуть его в депрессию. Преодолеть эти проблемы вам поможет ваша забота, такт и терпение. Не забывайте обращаться за помощью к специалистам: психологам и социальным работникам. Особого внимания заслуживает проблема взаимоотношения с кровными родителями ребенка. Здесь следует помнить то, что общение с биологической семьей может способствовать гармоничному развитию личности ребенка, а его информированность о своей семье намного предпочтительнее неведения.

6. Используемая литература

1. Андреева Ю., Хотите усыновить ребенка? Спб, 2004
2. Байярд Р. Т., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток. М., 1991
3. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? М.: Знание, 1994
4. Дитрих А. К., Юрмин Ю. А., Кошурникова Р. В. Почемучка. — М., 1990
5. Забрамная Т. Ваш ребенок учится во вспомогательной школе. М., 1987
6. Захарова Л. Дитя в очереди за лаской. М., 1991
7. Иванова Н.П., Заводилкина О.В. Советы начинающим родителям-воспитателям. М., 1993
8. Коляда М. Г. Настольная книга заботливых родителей. Донецк, 2002
9. Красницкая Г.С., Прихожан А.М., Вы решили усыновить ребенка. М., 2001
10. Крафт А., Лэндрет Г. Родители как психотерапевты. М., 2000
11. Ле Шан Э. Когда ваш ребенок сводит вас с ума. М., 1989
12. Леви В. Нестандартный ребенок. М., 1991
13. Лешли Д. Работать с маленькими детьми. М., 1991
14. Лютова Е. К., Монина Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб.: Речь, 2001
15. Макфарлейн А., Макферсон А. Дневник подростка: Пер. с англ. М., 1992
16. Мастюкова Е. М., Московкина А. Г. Они ждут нашей помощи. М., 1991
17. Методические материалы по подготовке приемных родителей. СПб, 2006
18. Мид М. Культура и мир детства. М., 1988
19. Морозова Е.И. Проблемные дети и дети-сироты. Советы воспитателям и опекунам. М., 2002
20. Никитин Б. С. Развивающие игры. М., 1985
21. Спиваковская А. С. Игра — это серьезно. М., 1982
22. Спиваковская А. С. Как быть родителями. М., 1986
23. Спиваковская А. С. Профилактика детских неврозов. М., 1988
24. Субботский Е. В. Ребенок открывает мир. М., 1991
25. Тингей-Михаэлис К. Дети с недостатками развития. Пер. с англ. М., 1988
26. Ульенкова У. В. Шестилетние дети с задержкой психического развития. М., 1990
27. Фурутан Али Акбар. Отцы, матери, дети: Практические советы родителям: Пер. с англ. М., 1992
28. Хоментausкас Г. Т. Семья глазами ребенка. М., 1989
29. Чейпи Д. Готовность к школе. М., 1992
30. Швейцар И. Забота о ребенке: Пер. с чеш. Прага, 1990

Учебно-методическое пособие

Рыбина В.М.

Методические рекомендации замещающим родителям

По всем вопросам Вы можете обращаться:

397520 Воронежская область

г. Бутурлиновка, ул. Красная, 72

E-mail: garmoniya_slugba@rambler.ru

тел: (8-47361) 2-15-96

факс: (8-47361) 2-40-48

Отпечатано в МУП БМР «Бутурлиновская типография»

397500 г. Бутурлиновка

Воронежская обл., ул. Ленина, 55а

Тел. 8(47361)2-11-25

Формат 30*42/16. Бумага офсетная.

Печать офсетная.

Заказ №_____, тираж 15.