

Советы психолога для приемных родителей и опекунов

Типичные особенности в поведении детей-воспитанников детского дома, школы-интерната

Взрослых, которые имели дело только с домашними детьми, иногда ставят в затруднительное положение наблюдаемые ими действия, поступки ребенка-воспитанника государственного учреждения. Кто-то считает, что это ненормально, приписывая недостаткам умственного развития, условий воспитания, кто-то пытается исправить «ненормальность», кто-то теряется, а кто-то, столкнувшись с трудностями, отступает, считая бесперспективными попытки помочь им.

1. Недостаточная сформированность у ребенка гигиенических и бытовых навыков. Это может выражаться, например, в том, что без лишнего напоминания ребенок может не почистить зубы перед сном, принять душ, помыть руки после туалета, перед едой, помыть после себя посуду и т.п. Это не признак неряшливости или неаккуратности ребенка, а объясняется всего лишь тем, что в школе-интернате дети приучаются делать многое «по команде», коллективно и под присмотром воспитателя.

2. Проблемы с едой и питанием. Дети отказываются есть незнакомую пищу, привередливы в еде, иногда недоедают свои порции. Или наоборот, едят все подряд и помногу. Это тоже объясняется привычкой к особой организации питания детей в школе-интернате. Питание там происходит строго по режиму, в строго установленное время и в строго рассчитанных калориях.

3. Отставание в развитии от обычных детей. Например, неумение или нежелание читать, поверхностное восприятие окружающего, неумение сосредоточиться, отсутствие познавательного интереса. Объясняется это отсутствием индивидуального подхода ко всем детям.

4. Потребительское отношение ко взрослым и вещам. Ребенок запросто может поставить ультиматум: «Буду спать, (читать, делать уроки и т.п.) – если купишь мне то, что я хочу!» В магазинах может потребовать купить дорогую игрушку или одежду, при отказе – обвинить в жадности. Причина кроется в формировании потребительского отношения к окружающим самой системой содержания детей в детских домах и школах-интернатах. Зачастую, дети никогда сами не производят ничего для обеспечения своих нужд: их вещи стирают, за ними убирают, им готовят техработники. В редких случаях-дети могут лишь иногда участвовать в приготовлении пищи, уборке помещения (дежурства и т.п.).

5. Бедность эмоционального развития. Ребенок может ничем не интересоваться кроме телевизора, компьютера, мобильного телефона. Порой очень трудно их уговорить сходить в музей, на экскурсию.

6. Неумение заняться интересным делом. Интересное, на ваш взгляд, занятие может быстро наскучить ребенку, а коллективное, привычное и любимое в вашей семье хобби, вовсе не заинтересовать его.

7. Отвержение занятия, требующего напряжения, усилия. Ребенок может оправдываться, мотивируя усталостью, неумением, утомлением.

8. Неумение выразить свои чувства словами. Пытаясь приласкаться, ребенок может затеять с вами потасовку или просто крепко схватить за руку. Может внезапно замолчать, заплакать или, наоборот, беспричинно, на первый взгляд, хохотать и смеяться.

9. Агрессивное, завистливое, ревностное отношение к другим детям. Ребенок может демонстрировать неспособность выстраивать позитивные отношения с детьми не из своей среды. Может обижать младших, беспрестанно жаловаться на старших детей, отнимать или присваивать игрушки, одежду и другие вещи, грубить старшим детям и не слушаться их.

10. Изменение тактики поведения. Первое время ребенок ведет себя нормально, адекватно, а, освоившись, кардинально изменяет поведение не в лучшую сторону.

11. Неспособность контактировать с детьми не из своей среды, выстраивать позитивные отношения: не умеют играть с маленькими, обижают их, отнимают игрушки, грубо разговаривают с детьми старшего возраста.

Следует учесть, что у детей, воспитывающихся в детских домах, школах-интернатах довольно расплывчатое порой представление о собственности и ценности вещей, игрушек. Поэтому не удивляйтесь, если подаренная вами дорогая игрушка уже на следующий день может оказаться сломанной или обмененной на какие-нибудь сломанные часы. Они иногда могут без спросу взять любую вещь в вашем доме и «разобрать». А если вы будете их ругать, будут обижаться – «а что я, собственно, такого сделал?» - просто потому, что это «не в их правилах игры». Не исключено, что вы можете столкнуться и с воровством. Причем это может быть и элементарное отсутствие воли и привычка к тому, что «все вокруг общее, а значит и мое». Отмечен такой интересный психологический момент, с которым однажды столкнулся один из наставников. «Ребенок воровал деньги, чтобы показать другим, какой Я «богатый» (в его понимании, конечно), явно гордясь при этом МНОЮ, демонстрируя другим, что я даю ему столько денег на «карманные расходы» и как ему хорошо со МНОЙ».

Рекомендации по воспитанию приемных детей:

1. Очень важно сразу же установить принятые в семье «правила игры». Например: «у нас в доме не кричат, не ругаются», «говорят «спасибо» и «пожалуйста», если что-то просят, без спросу ничего не берут, заботятся друг о друге и т.п.

2. Акцентируйте внимание на каких-то особо примечательных для вашей семьи ценностях, чтобы потом вдруг не оказалось, что разбита любимая ваза, оставшаяся от прабабушки. Расскажите ребенку об этой вазе ненароком, о ценности ее для вашей семейной истории, «включите» его, таким образом, в свою семью, дайте ему тем самым понять, что вы его не считаете чужим и доверяете ему семейные «секреты» и традиции.

3. Не ленитесь повторять – уберите носки, сложи аккуратно свою одежду, помой руки и т.д. и т.п. У многих детей и таких элементарных навыков нет.

4. Ребенка можно вовлекать в дела семьи, особенно если он сам изъявляет желание, не говорить, что тебе это рано или ты этого не сумеешь сделать. Пусть попробует, а в случае затруднений поддержать его, помочь справиться с трудностями. Очень хорошо сразу договориться о каких-то мелких обязанностях по дому, которые возлагаются на ребенка («у нас в семье у каждого есть обязанности!»).

Но при этом многому детей надо учить – и стирать (часто они вещи просто сдают на прачечную), и зашивать, и гвозди забивать (для этого в учреждении имеются плотник и др. персонал).

Делаете что-то по дому – привлекайте его ко всему: готовите обед – пусть он что-то поднесет, порежет, убираетесь в квартире – пусть протрет пыль на полочках и т.д. Не следует принуждать или заставлять обязательно сделать что-то. Новым навыкам надо обучать маленькими порциями, ежедневно напоминать о том, что нужно сделать.

Дети себя неслучайно так ведут. У ребенка уже нет привычных границ и правил поведения, они исчезли, а о новых ему еще не рассказали, и он пытается понять, как будет окружение, в которое он попал, реагировать на его самые разные поведенческие реакции. Это совершенно естественный процесс, это надо понимать. В этот период очень ярко проявляются особенности характера ребенка. Кто-то из детей замыкается в себе, а кто-то демонстрирует весь свой темперамент. Начинает прыгать, бегать, кричать. Некоторые говорят о том, что это повышенная агрессивность, гиперактивность это оттого, что ребенок почувствовал свободу.

Поведение и эмоции, которые может проявлять ребенок, воспитывающийся в учреждении для детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, и как вам грамотно вести себя в таких случаях.

1. Ребенок чрезмерно возбужден.

Причины. В школе-интернате каждый день почти не отличается от другого. Все, что происходит, организовано по расписанию и ежедневному режиму. Ребенок ежедневно видит одних и тех же детей и взрослых, совершает одни и те же привычные действия. Все происходит под контролем воспитателей. Попадая в семью, он видит совершенно другую жизнь, которая насыщена новыми, яркими впечатлениями. Это совершенно новые запахи, цвета, непривычные тактильные, звуковые и сенсорные ощущения. Все органы чувств ребенка получают своеобразную перегрузку. Ребенок начинает вести себя немного неадекватно, порой несоответственно возрасту. Он становится чрезмерно активным и возбужденным, много говорит. Может быть и наоборот: ребенок кажется подавленным и угнетенным, действия его замедленные.

Постарайтесь установить режим дня (время принятия пищи, сон, дневной отдых, утренний подъем и т.п.) в первые дни пребывания ребенка в семье, наиболее приближенный к тому, который существует в школе-интернате.

2. Ребенок проявляет жадность.

Эффект «рога изобилия». Представьте себе чувства ребенка, когда из дома, где все общее и ничего нет своего, он попадает в атмосферу семьи, где у каждого есть свои вещи, что еду можно брать из холодильника, когда проголодаешься. И одновременно осознавать, что это есть только сегодня, а завтра его не может быть, что это временно. Естественно хочется наесться впрок, собрать, спрятать про запас. Если вы в первый день как гостеприимные хозяева разрешите брать все, что хочется и есть сколько угодно в любое время, то он будет это делать всегда. А вы рискуете достаточно быстро закипеть от возмущения то того, что он просит все больше и больше. Многие дети поначалу переедают, поэтому необходимо устанавливать некоторые ограничения. Можно, например, поставить тарелку с фруктами, разрешить съесть все, но предупредить, что как только они закончатся, новых — не будет.

Иногда дети пытаются выпросить или присвоить себе понравившиеся им в вашем доме вещи. Не стесняйтесь сказать ребенку, что это не его, а ваши вещи и поэтому их брать нельзя. Когда вы скажете «нет», ответом может быть недовольная гримаса, вспышка злобы или агрессии. Но нельзя формировать у ребенка ощущение вседозволенности, такова «профессия» родителя.

3. Трудности с переключением внимания. Сочетание новизны, восторга, перевозбуждения иногда мешает детям переключиться с одной деятельности на другую. Особенно, если ребенку нравится то, что он делает, и их не заботят последствия, что будет дальше. В таких случаях полезно предварительно предупредить ребенка, сколько он может этим заниматься, спланировать, обговорив с ним, какие дела нужно сделать за день, периодически напоминая о договоре. Нужно следить, чтобы ребенок не переутомлялся и не перевозбуждался, поэтому не планируйте много мероприятий, найдите время для отдыха.

Некоторые дети могут подумать, что на выходных, каникулах полагается ничего не делать и отказываться от помощи по дому. Поэтому лучше их заранее предупредить их об этом. Полезно вечером обговаривать, что успели сделать за день и что нужно будет сделать завтра.

Не бойтесь устанавливать ограничения. Дети казенных учреждений не ждут полной свободы, они знакомы с запретами. Это позволяет им чувствовать себя в безопасности, а вам установление запретов необходимо, чтобы сохранить силы, имущество, уменьшить вероятность разочарования, обиды и недоумения. Прежде чем принять ребенка, осмотрите ваш дом, представьте себе, что у вас будет жить сверхактивный полуторагодовалый ребенок, даже если вы приглашаете ребенка старшего возраста. Продумайте, в каких случаях потребуется установить запрет, что убрать и спрятать от глаз ребенка. Попрактикуйтесь говорить «нет!», действительно имея это ввиду.

4. Переоценка своих сил. Несмотря на имеющиеся в детском учреждении ограничения,

дети довольно часто предоставлены сами себе. Им свойственно переоценивать свои силы и возможности и недооценивать окружающие опасности. Многие привыкли и нечувствительны к боли. Для этих детей нормально заявлять, что им ничего не страшно, что им ничего не стоит сделать то-то и то-то, в то время как они не имеют малейшего понятия о том, как это делать (например, плавать в бассейне, кататься на коньках, велосипеде). Вы можете их обнаружить на крыше дома, на верхней балке качелей, вершине дерева. Поэтому внимательно следите, чтобы они не попадали в опасные места одни. Эти дети могут обладать нечувствительностью к боли, не жаловаться и не показывать виду, что поранились или получили травму. Если ребенок упал и не плачет, это не значит, что ему не больно. Поэтому пока вы не научитесь его понимать, предвидеть поступки, «видеть насквозь» и не узнаете, на что он способен, следите за ним внимательно.

5. Личная гигиена. В сиротских учреждениях особые условия для поддержания чистоты

тела, отличаются от домашних. Поэтому поначалу многие дети отказываются от душа и ванны. А другие, наоборот, от получаемого удовольствия устраивают в ванной морское сражение и наводнение. Пока вы убедитесь, что ребенок усвоил правила пользования, не оставляйте их в ванной одних. Если подросток стесняется. То пусть за ним последит взрослый того же пола.

6. Отход ко сну. В интернате дети идут спать строго по расписанию без сказок и длительных уговоров. Поскольку в возбужденном состоянии ребенку трудно заснуть, постарайтесь, чтобы перед сном он расслабился, успокоился.

Многие дети никогда не оставались на ночь одни и потому, если у вас есть ребенок того же пола, лучше положить их в одной комнате или побыть с ним до тех пор, пока не заснет. Дети часто боятся темноты, т.к. в темноте появляются страхи, которые забываются днем. Поэтому можно оставлять в комнате ночник, быть неподалеку от него. Иногда можно поставить его кровать в одной комнате с собой, но лучше не позволять спать в своей кровати. Лучше заранее показать ребенку расположение комнат в квартире и дать понять, что вы рядом.

7. Травматичный опыт. Дети, перенесшие в своей жизни травму, насилие могут проявлять беспокойство, испуг, гипербдительность, с трудом доверяют взрослым. Они с трудом контролируют свои чувства и могут неожиданно резко реагировать на вполне благоприятные обстоятельства. И наоборот, такие дети могут быть привязчивыми, беспокойными, требовательными, боятся потерять взрослых из виду. У них могут быть необъяснимые страхи, навязчивые мысли, ночные беспокойства и кошмары. Резкую реакцию могут вызвать те обстоятельства, звуки, запахи, которые напоминают о перенесенном стрессе.

Если у ребенка проявляются подобные признаки, важно не просить его рассказывать о событии, послужившем причиной травмы, а выяснить, что вызывает его беспокойство на данный момент. Помочь им может мягкость, теплота, доброта, терпения и забота. Попытайтесь понять, что его пугает и беспокоит, дайте понять, что вы его защитите.

Основные стадии адаптации

1. «Медовый месяц». Этот этап начинается еще до окончательного прихода ребенка в

семью: во время его первых визитов в гости. Такая промежуточная стадия удобна для развития отношений между ребенком и родителями. На данном этапе все обычно идет просто замечательно: родители стараются, чтобы ребенку было хорошо, подбадривают его, дарят подарки, а ребенок, в свою очередь, изо всех сил пытается понравиться. Во время «медового месяца» приемные родители должны относиться бережно к чувствам ребенка: не стоит называть его сыном или дочерью, претендовать на

родительство, стараться побыстрее сблизиться. Также не надо загружать ребенка новыми впечатлениями — его психика может не справиться с большим объемом свежей информации. Бывает, что новые переживания негативно отражаются на ребенке. В результате он начинает испытывать тревогу, плохо спать, подвергаться перепадам настроения. В такой ситуации надо быть максимально внимательным к ребёнку.

2. «Уже не гость». Для второго этапа адаптации характерен кризис взаимоотношений.

Приемным родителям может показаться, что хорошего и милого ребенка вдруг словно подменили. Он перестает слушаться, ведет себя не так, как хочется взрослым. В такой момент приемные родители могут испугаться, не совершили ли они ошибку? Правильно ли сделали, что взяли этого ребенка в семью? Здесь нужно отметить, что подобные ситуации — закономерный процесс. Причем в большинстве случаев он свидетельствует о том, что отношения в семье развиваются правильно.

Основные причины кризиса:

1. Появление доверия к приемным родителям и ослабление «эмоциональной пружины». Как бы странно это ни звучало, но ухудшение поведения ребенка следует рассматривать как хороший знак. Дело в том, что ребенок очень старался понравиться взрослым в течение всего периода, который мы условно назвали «медовый месяц». Однако долго сдерживать себя невозможно — и в какой-то момент ребенок «отпускает» эмоциональную напряженность, начинает реагировать на стрессовые ситуации обычным для себя образом, сформированным в «прошлой» жизни. Фактически ребенок с этого момента доверяет семье свои истинные, не совсем приглядные стороны — это и есть признак близости в отношениях. Ребенок чувствует, что его «уже не прогонят».

2. Неготовность ребенка к появившимся требованиям и ожиданиям.

Ухудшению поведения ребенка могут способствовать ошибки его приемных родителей. Не стоит требовать благодарности от ребенка — он, конечно же, благодарен, но пока не знает, как выразить свои чувства.

Также не надо приписывать ребенку больше знаний и умений, чем у него есть. Нельзя забывать о трудностях ребенка, связанных с эмоциональными и интеллектуальными проблемами.

3. Нарастание детской тревоги из-за неполного понимания своего места и своей роли в принимающей семье. Это обстоятельство может дополнительно тревожить маленького человека. Ребенку требуются разъяснения со стороны взрослых о его будущем. Но прежде чем заводить такой разговор, необходимо согласовать этот вопрос с социальным работником.

4. Предыдущий травмирующий жизненный опыт ребенка.

Когда ребенок доверяет семье, он начинает символически рассказывать о своих внутрисемейных отношениях в «прежней» жизни. Ему просто необходимо с помощью эмоций и действий пережить свой прошлый опыт, чтобы нормально развиваться дальше.

Почему кризис необходим приемной семье?

Кризис помогает родителям обнаружить проблемы ребенка. Невозможно перейти на следующий этап адаптации в приемной семье, минуя кризисный период. Нерешенные эмоциональные проблемы будут вновь и вновь напоминать о себе и тянуть семью назад. Пройдя через кризис, приемные родители приобретают необходимую уверенность, становятся воспитателями более высокой квалификации, что, несомненно, помогает им добиться больших успехов в укреплении семьи.

Ребенок тоже начинает чувствовать себя в семье более уверенно: он точно знает, что его не прогонят, даже если он сделает что-нибудь неправильно.

При успешном прохождении кризиса у ребенка снижается уровень тревожности и повышается самооценка, что позволяет ему строить более гармоничные отношения с членами семьи.

В конце концов, ничто не сплачивает семью лучше, чем совместное преодоление

трудностей!

3. «Вживание». На этом этапе приемная семья тоже может испытывать некоторые проблемы. Часто случается так, что родители уделяют недостаточно внимания кровным детям, если они имеются в семье. Повышенное внимание к приемному ребенку может нервировать кровных детей, вызывать непринятие, ревность, бунт. Они, подобно приемному, так же могут начать плохо себя вести, у них может снизиться настроение, успеваемость в школе. Однако проблемы с приемным ребенком помогут родителям лучше понять и проблемы кровных детей. Но, тем не менее, на этом этапе, как правило, и приемные родители, и ребенок вздыхают свободно. Ребенок начинает чувствовать себя действительно как дома, принимает правила поведения, сложившиеся в семье. Изменяется и внешность ребенка: он прибавляет в весе, улучшается состояние его кожи и волос, прекращаются аллергические реакции. Ребенок становится более самостоятельным и уверенным в себе. И все же следует помнить, что любое изменение, происходящее в семье, может оказать на только-только начинающего привыкать ребенка травмирующее воздействие.

4. «Стабилизация отношений». На этом этапе семья окончательно становится семьей.

Все знают, какое место они занимают в жизни друг друга, все удовлетворены состоянием своей семьи. Приемный ребенок ведет себя так же, как и кровные дети, он спокоен за себя и за свое будущее, хотя его может тревожить судьба кровных родителей и другие проблемы.

Адаптация приемных родителей. Ни в коем случае приемным родителям не стоит забывать про себя и свои чувства. Ведь адаптация в новой семье происходит с двух сторон: ребенок привыкает к новой обстановке, но ведь и приемные родители должны к ней привыкнуть.

Нужно помнить, что как бы то ни было быть приемным родителем — это работа, которая требует определенных затрат: эмоциональных, временных и других. И, как и любая другая работа, она требует отдыха.

Как помочь ребенку войти в вашу семью?

Эмоциональную близость между вами и новым ребенком вам помогут создать:

- совместные игры, занятия с ребенком;
- совместные дела по дому;
- беседы, разговоры на интересующие его темы;
- предоставление ребенку возможности выслушать его, понять его проблемы, проникнуться его интересами (какими бы незначительными они вам не казались, для ребенка все значимо);
- поддержка, когда он расстроен; ухаживание, когда он плохо себя чувствует или когда болен.

Привыкший и немного освоившийся ребенок, начинает демонстрировать несколько иное поведение, чаще всего нежелательное для окружающих.

Проблемы в поведении, как бы ужасны они ни были, обычно являются проявлением внутренних чувств. Это может быть ненадлежащее выражение чувств, когда ребенок, испытывающий тоску, печаль и грусть, страх и одиночество, становится агрессивным, отказывается повиноваться, проявляет вспышки гнева. Обычно это происходит тогда, когда ребенок чего-то хочет или ему что-то нужно. Невозможность получить желаемое и неспособность выразить по этому поводу недовольство приводят к подобным проявлениям.

Когда ребенок находится в таком состоянии, он с трудом реагирует на увещания, поэтому попытки взрослого спокойно обсудить его поведение не увенчиваются успехом. Если ребенок не представляет опасности для себя и окружающих, лучше всего на время оставить его, пока он не успокоится (взять тайм-аут). Когда он успокоился, с ним надо спокойно поговорить об иных способах выражения своего негодования.

Основные принципы регулирования поведения ребенка.

Попадая в семью, первое время ребенок демонстрирует достаточно приемлемое поведение. Он с удовольствием выполняет все требования, охотно принимает все указания, откликается на просьбы (медовый месяц). Это время самое благоприятное для установления контакта. Именно сейчас его знакомят с режимом дня, с правилами поведения в семье.

Несколько советов, знание которых поможет выбрать правильную тактику в регулировании поведения ребенка.

- Учить, а не искоренять. Правило поведения должно четко указывать на то, ребенок должен делать, вместо того, чтобы заострять внимание на том, чего он не должен делать. Вместо запрета (нельзя...) употребить такое правило, в котором названо, что нужно делать (надо...). Только в тех случаях, когда это невозможно, тогда правило поведения необходимо сформулировать в форме запрета (Нельзя зажигать газ).
- Язык правила должен быть понятен всем. Формулируя правила поведения важно использовать язык понятный ребенку, и не употреблять трудных слов.
- Объясняйте, зачем нужны правила. Предпочтительно, чтобы правило исходило из интересов ребенка. Если интересы ребенка нечетко отражены в данном правиле, оно должно исходить из интересов других членов семьи.
- Правила должны быть гибкими. Если правило не оправдывает себя, его быстро заменяют другим.
- В этот период важно дать ребенку понять, что его здесь ждали, к его появлению готовились все члены семьи.

Когда «ничего не хочется»

Вообще, практически поголовная беда всех детей из учреждений для детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей – неумение себя занимать. Вы им – «пойдем в театр, в музей», а они – «не хочу, лучше дома телек посмотрю...» Иногда придется развлекать и культурную программу «вдавливать» насильно, но с учетом их интересов и склонностей. Просто потому, что у них чаще всего опыта такого нет, и они не представляют, что поход в тот же музей может иметь для них интерес. Идти лучше всего туда, где не только посмотреть можно, но и пощупать что-то. И на спектакли для начала желательно водить такие, где ребенок сам активно вовлечен в процесс, а не только смотрит на сцену. Если этим заинтересовать, то затем они в более серьезные спектакли и музеи пойдут легко. Но, с другой стороны, с культурной программой тоже не стоит перебарщивать. Избыток впечатлений для ребенка может быть порой даже вреден, они перевозбуждаются или быстро устают, капризничают. Лучше иной раз чем-нибудь позаниматься с ребенком дома или просто погулять и позаниматься спортом.

НО: если вы не будете с тем же конструктором бросать ребенка «на произвол судьбы», а будете это делать вместе с ним, то сфокусировать его внимание на этом будет легче. Поэтому еще одно правило – если вы берете ребенка на выходные, забудьте об отдыхе — им надо заниматься постоянно, по крайней мере, до тех пор, пока у него не сформируются те или иные навыки самостоятельности (а это будет очень не скоро).