

В помощь приемным родителям

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.

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

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!»

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. 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, приспособляясь 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.

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 обдумался. 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.

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 истерики 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 выразить 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 начинает 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.

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.

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. Вспомните, 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!»

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.

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.

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!

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 проживу 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 потребуется обратиться за помощью к психологу, чтобы помочь ребенку справиться со своей печалью. Не упускайте эту возможность.

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, 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!»