

## Трудные ситуации. Как найти правильный выход

Очень часто замещающие родители сталкиваются с определенным набором сложных ситуаций в воспитании детей и отношениях с ними. Это неумение и нежелание детей учиться, выполнять домашние обязанности, необходимость поддерживать отношения с биологическими родственниками, случаи обмана, воровства, нарушенное пищевое поведение, трудности взросления и т.д.

### Ребенок и проблемы обучения

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. Общие рекомендации как этого достичь, мы приведем ниже, а вначале подробнее остановимся на типичных проблемах в обучении.

**Невнимательность.** У детей, с рождения воспитывающихся в сиротских учреждениях часто обнаруживаются проблемы нарушенного внимания, которые вызывают трудности в обучении. Им трудно высидеть урок, трудно переключиться с одного вида деятельности на другой, трудно довести до конца начатое дело. Безусловно, такой ребенок нуждается в медицинской и психологической помощи. Но кое-что могут сделать и члены семьи.

#### **Важно выбрать правильную стратегию занятий с ребенком:**

- Необходимо использовать для занятий те короткие промежутки времени, когда взрослому можно подключиться к деятельности ребенка.

- Если ребенку не хватает внимания и усидчивости завершить начатое задание, взрослый может завершить его сам, по возможности привлекая ребенка к совместной работе. Далее нужно показать ребенку результат (действие может быть и должно быть закончено, причем хорошо). Этим мы дадим ребенку модель для подражания.

- Можно использовать так называемые «оперантные методы». Метод подкрепления желательного поведения: желаемые способы поведения — и только они — подкрепляются, т.е. вознаграждаются. Причем подкрепления или вознаграждения должны быть привлекательными для ребенка, лишь в этом случае они будут оказывать действие. Начинать следует с материальных подкреплений, применяемых систематически в виде так называемых талонов или жетонов, которые ребенок потом может обменять на ранее оговоренные вознаграждения.

- Можно стимулировать концентрацию внимания у ребенка лишением подкрепления или его отнятием. В начале занятия ребенок получает определенное количество, например, вкусных сухариков или чипсов, которых лишается при несоблюдении правил (например, договорились сделать перерыв через 10 минут, а ребенок требует сделать его раньше).

Следующий принцип – поэтапное приближение к цели. Не имеет смысла создавать систему позитивных ожиданий и вознаграждений, если ребенок не выполняет требуемого и поэтому никогда не будет вознагражден. При поэтапном процессе приемные родители должны решить, каким должен быть первый шаг. Обычно лучше всего начинать с самого легкого.

Разработаны общие правила последовательного подхода к детям с нарушениями внимания. К ним относятся следующие:

1. Все правила, инструкции и указания должны быть сформулированы ясно и кратко, а также по возможности наглядно продемонстрированы.

2. Последствия (вознаграждение или лишение подкрепления) должны наступать быстро — как можно ближе по времени к целевому поведению.

3. Реакции и последствия должны быть более интенсивными и более массивными, чем при обращении с другими детьми.

4. Последствия штрафного характера, такие как тайм-аут, должны сочетаться с системой позитивных последствий: «позитивное должно быть раньше негативного».

5. Необходимо разнообразить подкрепление и вознаграждение.

6. Предварительное планирование и структурирование времени облегчает адаптацию детей с нарушенным вниманием к изменениям хода событий и к ситуациям, в которых действуют другие правила.

Детям с нарушенным вниманием не хватает энергии для полноценного развития. Очень важно выполнять с ними упражнения на повышение потенциального энергетического уровня. В.А. Сухомлинский утверждал, что «ум ребенка (читай: и его внимание) находится на кончиках его пальцев». Внимание, речь, ум ребенка зависят от сформированности у него тонкой моторики рук, тела, способности к координированным движениям. В занятиях с ребенком можно использовать дыхательные, глазодвигательные упражнения, различные растяжки, массаж.

**Требования к ребенку и его возможности.** Очень часто имеющиеся проблемы в обучении усиливаются из-за того, что требования, которые предъявляются ребенку не соответствуют его возможностям. Иногда приемные родители слишком много требуют от ребенка в учебной деятельности, добиваясь, чтобы он получал четверки и пятёрки любой ценой.

Быть родителем очень сложно, тем более замещающим, на правах профессионала. «Если мой ребенок лучше других, то и я могу уважать себя, и меня признают окружающие». Такие формальные показатели, как школьные оценки, становятся условием принятия ребенка. Любому ребенку сложно принять, что его ценность для близкого человека зависит во многом от его показателей в учебе. Приемный ребенок тоже стремится к безусловному принятию значимого взрослого. В детском доме, где трудно было претендовать на близкие отношения, его уже оценивали, исходя из его примерного поведения, успехов в обучении. В семье ему хочется быть принятым как личность, со всей сложностью и многогранностью ее проявлений. Тем более что ранее он воспитывался в условиях, которые не позволили ему развиваться, как другим детям из благополучных семей. Прямая зависимость отношения родителей к приемному ребенку от высоких результатов в учебе, которые ему при этом малодоступны, заставляет его постоянно ощущать собственную неэффективность и невозможность добиться любви взрослых, которой он так стремится добиться в семье. В результате он начинает опять жить в ситуации, которая блокирует его важные психологические потребности, т.е. в ситуации психологической депривации. Это приводит его в состояние нервного перенапряжения, способствует появлению немотивированной агрессии, ссор с приемными родителями.

**Нежелание учиться.** Нередки ситуации, когда при наличии способностей, у детей и чаще у подростков вдруг пропадает желание учиться. Привычно мы думаем, что это из-за лени. Однако дело здесь обстоит гораздо сложнее. Дело в том, что ситуация, в которой воспитывался ребенок до передачи в семью, часто не способствует его интеллектуальному развитию. Они не привыкли к интеллектуальным усилиям, необходимости в течение нескольких часов, практически не выходя из-за стола, осваивать школьные науки. При этом интеллектуальные усилия, как правило, не являются ценностью кровной семьи ребенка. Отказ от обучения иногда становится той тонкой ниточкой, которая связывает ребенка с его кровными родственниками, дает ощущение тождественности и близости с ними. Учиться, да еще хорошо – это в какой-то степени предать своих близких.

Эта проблема стоит перед многими приемными детьми, которые помнят своих родителей. Нередко она вызывает у них слишком противоречивые, раздирающие душу чувства. Быть социально успешным, жить так, как это принято в новой семье, полюбить ее – значит предать своих родителей. Не сделать этого – значит быть отторгнутым людьми, которые спасают тебя от сиротского учреждения, голодной и чужой улицы; отторгнутым семьей, где тебе впервые хорошо и уютно. Для ребенка, как, впрочем, и для взрослого человека, очень важно быть принятым теми, кого он считает своими близкими. Ребенок должен сделать выбор, что, безусловно, не просто для него.

В этот момент от замещающих родителей требуется особый такт и понимание. Важно понять и принять эти чувства ребенка, помочь осознать их. Можно в подходящий момент спокойно и ненавязчиво объяснить ребенку, что если он не будет учиться, то его жизнь сложится не самым удачным образом. Но есть и другой вариант, благополучной и успешной жизни, которую он вполне

заслуживает. Очень важно, чтобы члены замещающей семьи не связали нежелание ребенка учиться с его «плохой наследственностью». Это вызовет сопротивление, конфликты и бессознательное следование сценарию жизни бывшей семьи.

### **Как помочь приемному ребенку справиться с проблемами в обучении**

- Родителям важно своевременно осознать свои проблемы в отношениях с ребенком по поводу его неудач в учебе. Поддержать его, признать его трудности и усилия по их преодолению, принять его таким, какой он есть, а не только в роли успешного ученика.

- 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 выяснение отношений.

- Ответственность за выполнение домашнего задания должна полностью лежать на ребенке. Родители, которые делают за ребенка домашние задания, добьются того, что ребенок будет чувствовать все большую неуверенность при выполнении классных и контрольных заданий. Однако, если ребенок просит о помощи, никогда не отказывайте, объясняйте столько раз, сколько потребуется.

- Если не уверены, что правильно объясняете сами – обращайтесь за помощью к учителям.

- Стремитесь сравнивать ребенка только с самим собой и давать успешный прогноз на будущее: «Сегодня у тебя это (задача, пример, поведение) получается значительно лучше, чем вчера, а завтра будет еще лучше. Ты можешь, у тебя все получится».

- 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, а 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!

- Найдите ребенку дело по душе, создайте ему ситуацию успеха вне школы (хобби, секции, кружки).

Следите за здоровьем ребенка, за правильным режимом труда и отдыха.

### **Ребенок и домашние обязанности**

Домашние обязанности потому и названы обязанностями, что выполнять их особенно никому не хочется. Что делать родителям, как приучать к тому, что необходимо? Наказывать или не наказывать за невыполнение обязанностей? Обратная связь от родителей должна последовать сразу. Дети быстро забывают о том, что они не сделали, и отстраненное наказание воспринимают только как плохое отношение к ним приемной матери, а не как стимул к действию. Так, например, оставив три раза незамеченной невымытую посуду, родители рискуют закрепить у детей подобное поведение. После этого приходится вступать в конфликт, пугать отменой ужина, что недопустимо для приемных детей.

Другим распространенным конфликтом является приучение ребенка к порядку, к заботе о своей внешности. Представления о порядке у нас у всех разные. Подросток в 13 лет в силу задач развития (все силы организма сейчас брошены у него на эндокринные процессы) нередко очень противоречиво относится к своей внешности и порядку в собственной комнате. Он смотрит на себя в зеркало – и видит там непривлекательное, на его взгляд, лицо. Он боится следить за своей внешностью, чтобы не привлекать к ней внимание. Ему спокойнее, когда его окружает хаос, в котором только он может разобраться. Он пытается занять все пространство вокруг себя (на нашем языке «раскидывает вещи»). Внутренний хаос он как бы пытается вынести наружу. Это снижает его тревогу. Родителю трудно смириться с этим. Его спокойствие связано с внешним порядком. Чем более упорядочено то, что его окружает, тем ему спокойнее: он контролирует происходящее. Подростку и взрослому трудно иметь одинаковую точку зрения.

### **Как договориться с ребенком о выполнении домашних обязанностей**

- Найти компромиссы в выполнении домашних обязанностей, которые устроили бы и родителя и ребенка.
  - Следите за тем, чтобы обязанности были распределены «по справедливости». Дети обязательно должны принимать участие в распределении или перераспределении обязанностей по дому.
  - Планирование заданий лучше делать каждый день (детям, как, впрочем, и взрослым свойственно забывать то, что им не хочется делать).
  - Положительные действия ребенка должны получить подкрепление (вымыл посуду – получи талон, похвалу или еще что-нибудь), отрицательные (не вымыл посуду) не должны быть проигнорированы.
  - Главное, чтобы замещающий родитель не связывал свое самоуважение с возможностью добиться «тщательности» при умывании от подростка, а подросток не считал себя в результате пропащим для общества человеком, потому что у него нет в настоящее время порядка на столе.
- Развивайте самоконтроль, это очень нужно любому ребенку.

### **Ребенок и еда**

Для депривированного ребенка, который наголодался еще в утробе матери, еда приобретает особый смысл. Процессы поедания, жевания, насыщения, в принципе, успокаивают любого человека, нередко спасают от тревоги и тяжелых переживаний. Для приемного ребенка еда зачастую становится единственным источником психологического и физического комфорта. Ребенок начинает зависеть от еды, как алкоголик от водки. Он прячет куски, чтобы обеспечить себе спокойное существование. Дети из неблагополучных семей или из детского дома нередко больше всего предпочитают хлеб. Если ребенок отказывается от разносолов и жадно поедает хлеб, это не значит, что вы плохо готовите или ребенок не ценит ваши старания. Это значит, что ощущение физического и психологического комфорта у него в данный момент связано с возможностью сохранить свои привычки. Нередко у депривированного ребенка повышен порог пресыщения. До его мозга медленно доходит сигнал того, что он наелся. Поэтому он ест слишком много. Ребенка, безусловно, нужно ограничивать в количестве еды, но делать это тактично. Момент, когда он перестает прятать остатки еды, можно считать завершающим в плане его адаптации.

### **Как приучать к правильному режиму питания**

- Можно сказать и показать ребенку, что еда не закончится, что никто не будет голодать.
  - На период, когда ребенок адаптируется в вашем доме, можно договориться с ним, чтобы он прятал остатки еды в выбранное вместе с ним место.
  - Чтобы ребенок не переел, давайте еду небольшими порциями. Можно после еды дать ему жевательную резинку. Ритмическое жевание позволит мозгу дожидаться сигнала о насыщении.
  - Если ребенок предпочитает есть только привычную для себя еду, вводите новые блюда постепенно, не заставляйте насильно есть непривычную еду.
  - Никогда не кормите детей насильно и не действуйте угрозами типа: «Пока не съешь, не выйдешь из-за стола!» 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.
  - Постарайтесь сделать рацион ребенка более разнообразным.
- Не стоит делать из еды культа. Не стоит награждать ребенка его любимым блюдом или походом в его любимую закусочную. Еда – это просто жизненная необходимость: «Мы живем не для того, чтобы есть, а едим для того, чтобы жить».



## Детское воровство и обман

Детское воровство – один из самых распространенных типов трудного поведения. Почти каждый ребенок хотя бы один раз пробует что-нибудь украсть. Воровство приемного ребенка подталкивает родителя к его восприятию через социальные стереотипы: если про родного ребенка мы подумаем: «он украл»; то про ребенка из неблагополучной семьи можем подумать: «он вор». Подобные стереотипы отражаются на нашем видении ситуации и поведении, нанося вред отношениям с ребенком.

Причиной воровства у приемного ребенка часто является просто *незнание «правил игры»*. Ребенок, выросший в детском доме, может не знать ничего о назначении денег, о том, что они имеют определенную ценность, что их количество ограничено, что они кому-то принадлежат. Клептомания, которой часто боятся люди, готовящиеся взять в семью ребенка, – это не особенность детей из неблагополучных семей, а психическое расстройство, болезнь, которая никак не связана с социальным положением человека.

Клептомания проявляется навязчивым воровством, причем человек ворует не ради получения ценностей, а ради процесса. Важно отметить, что *клептомания – очень редкое заболевание*, столкнуться с ним в реальной жизни крайне маловероятно.

Более часто встречается *навязчивое воровство* не психического, а невротического характера. Потребность украсть в данном случае связана с постоянным уровнем тревоги и неудовлетворенности. Воровство этого типа может встречаться у детей, переживших психологическую травму, неуверенных в своем нынешнем положении, испытывающих страх перед будущим, имеющих низкую самооценку и не получающих достаточной эмоциональной поддержки. Ребенку, страдающему такой зависимостью, необходима помощь психолога.

Нередко дети воруют для того, чтобы *привлечь внимание родителей или воспитателей*, причем делают это именно в тех случаях, когда взрослые очень болезненно воспринимают воровство ребенка. Деньги или купленные на них сладости он может воспринимать как символическое замещение родительской любви или радости в его жизни. В этом случае детские кражи говорят о том, что ребенок не получает достаточно внимания или что отношения в семье напряженные и супруги объединяются вместе только перед лицом «общей опасности» – воровства.

Нередко воруют дети, родители которых уверены, что они лучше знают, «что ему в действительности нужно», и без достаточных оснований отказывают в покупке модной одежды, предметов увлечения (кассет, билетов на концерт и т. д.). Это заставляет ребенка чувствовать себя «белой вороной» среди сверстников, что для подростка очень тяжело. Причиной воровства в этом случае является *систематическое пренебрежение потребностями ребенка*.

Часто целью ребенка, крадущего деньги, становится *подкуп ровесников*, которые готовы общаться с ним, только если у него есть сладости или игрушки. В этом случае причиной воровства является одиночество ребенка в кругу сверстников, его неумение строить с ними дружеские и приятельские отношения. Это особенно бывает свойственно детям, которых детский коллектив отторгает из-за физических или других недостатков: полноты, маленького роста, заикания и т. д.

Детское воровство часто бывает вызвано очень острым желанием обладания, которое охватывает ребенка порой из-за пустяка и бывает непонятно взрослым. Такое желание может подогреваться рекламой (маркетинговыми акциями под лозунгом «Собери их все»). Такое спонтанное воровство – важный жизненный опыт, опыт соблазна, проступка, стыда, раскаяния. Это не только чрезвычайное происшествие, но и возможность для развития ребенка, важная ступень в формировании его совести. Использует ли он этот шанс – во многом зависит от взрослого.

Наконец, ребенок может *воровать от безысходности*: если у него вымогают деньги путем угрозы или он страдает игровой зависимостью.

### Что делать, если ребенок ворует

- В случаях воровства ребенка, родителю необходимо быть вдвойне осторожным и тактичным, так как многие приемные дети подвергались жестокому или чрезмерному наказанию и поэтому могут остро реагировать на любое проявление недовольства со стороны родителя.

- Важно понять и принять следующее: «Воровство – это, возможно, необходимая для моего ребенка вещь в его прошлой жизни. Это то, что помогало ему выживать до встречи со мной».

- Наедине, спокойно поговорите о случившемся. Важно не уличать, не обвинять, а именно уважительно поговорить, и в первую очередь о чувствах, которые ребенок испытал в момент воровства и после.

- Можно рассказать подобную историю из своего детства (мало кто из нас в детстве не брал чужого), это покажет ребенку, что его понимают и сочувствуют.

- Далее необходимо 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). Учите ребенка нормам поведения, исходя из интересов других людей, а не из угрозы наказания.

- Спрашивайте ребенка, что ему нужно и всегда советуйтесь с ним, приобретая личные вещи. Мы не можем требовать от ребенка доверия, если будем отказывать ему во всем и навязывать свой выбор.

- Выделяйте ему карманные деньги, учите ими распоряжаться, постепенно предоставляя все большую самостоятельность. Также необходимо подключать ребенка к планированию бюджета семьи, прививать ему отношение к деньгам как ресурсу, которым нужно разумно распорядиться.

- Если ребенок с помощью воровства хочет обрести друзей, научите его обходиться в отношениях с ровесниками без подкупа, повышайте его самооценку, укрепляйте в нем уверенность, что он может быть интересен сам по себе.

Главная задача родителя - построить такие отношения с ребенком, чтобы в трудных ситуациях (например, когда у ребенка вымогают деньги) он мог обратиться за помощью к взрослым, а не скрывал от них тяжесть своего положения.

Теперь обратимся к случаям **обмана**. Маленькие дети обычно обманывают так, что это сразу легко заметить.

Чаще всего причина обмана 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. 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 ни 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.

***Нам необходимо помнить, что детская ложь является сигналом для родителей, поскольку она говорит о душевном состоянии ребенка, о его опасениях, переживаниях и надеждах.***

А вот что делать, если дети лгут уже по-настоящему, например, чтобы скрыть какой-нибудь свой неблагоприятный поступок?

### ***Что делать, если ребенок лжет***

- 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.

Важно помнить, что для ребенка принципиально важным является осознание того, что родитель не лжет ни при каких обстоятельствах.

## Детские страхи

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.

Бывает, что ребенок использует страхи для манипуляции родителями или при влечения 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.

### ***Что делать, если ребенок часто испытывает страх***

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

Нужно как можно меньше значения придавать страхам ребенка, уделяя как можно больше внимания случаям, когда он преодолел свой страх.

## Гиперактивность у детей

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**

- Старайтесь вести себя последовательно, говорить медленно и спокойно. Терпеливо напоминайте ему о его делах и обязанностях, поощряя малейшие достижения ребенка в этом направлении.

- Выделяйте по возможности больше времени для необходимых ребенку активных двигательных занятий, в которых избыточная энергия успешно расходуется (прогулки на свежем воздухе, игры во дворе, посещение спортивных секций).

- Гиперактивный ребенок нуждается в продуманном взрослым игровом пространстве, где предусмотрены облегченные и приятные условия для уборки игрушек. Удобная мебель, контейнеры, красивые и удобные коробочки для мелких вещей. На каждом контейнере можно нарисовать тот вид предметов или игрушек, который предполагается в нем хранить между играми. Подобная классификация предметов к тому же 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.

- Если возник серьезный конфликт, 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.

- 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.

- Отмечайте любые позитивные сдвиги в поведении ребенка, какими бы незначительными они ни казались.

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 жизнь. Жить рядом с ним – это получать полную палитру непосредственных эмоций.

### **Детская агрессия**

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.

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.

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.



### ***Что делать, если у ребенка вспышки агрессии и раздражения***

- 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.

- 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 (например, «война» подушками).

- Наличие агрессии часто свидетельствует о творческих способностях ребенка, о его стремлении исследовать мир, искать новые пути решения проблем, изобретать и совершенствовать. Иногда из детей с повышенной агрессивностью (правильнее было бы о них сказать – с выраженной творческой активностью) вырастают по-настоящему творческие взрослые.

Учите детей многое делать своими руками. Для ребенка с повышенной агрессивностью создание вещей своими руками имеет огромный дополнительный смысл. Тот, 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.

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.

### ***Что делать, если ребенок нецензурно ругается***

- 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.

## **Ребенок и его биологическая семья**

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 замещающей семье создать атмосферу открытости, принятия, бесконфликтности.

Проблема взаимоотношений приемного ребенка с членами его родной семьи очень сложная как для самого ребенка, так и для замещающей семьи. У ребенка, даже если его отделили от кровной семьи совсем маленьким, остается эмоциональная связь с ее членами. Бывают такие ситуации, что приемные дети, особенно девочки, очень хотят общаться с родной мамой, постоянно говорят об этом, пишут в дневниках. Чем меньше ребенок общается с членами биологической семьи, знает о них, тем они более идеализированы в его фантазии. Замалчивание или отрицательные отзывы о биологической семье препятствуют его принятию в замещающей семье. При переживании чувства обиды ребенок начинает думать, что в новой семье его не любят, а родные отнеслись бы к нему с большим пониманием. При хороших отношениях его гложет иногда малоосознаваемое чувство, что, любя членов замещающей семьи, он предаст своих. Вина за это может преследовать их всю жизнь, способствуя формированию депрессивных реакций. В преодолении чувства вины может помочь психолог, однако и замещающие родители могут помочь ребенку.

Еще один важный вопрос, который часто волнует 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.

Как правило, замещающие семьи отрицательно относятся к контактам ребенка с его семьей. Они считают, что биологическая семья плохо на него влияет, что после встречи с ней ребенок становится неуправляемым. Замещающие родители боятся, что ребенок не будет их любить, принимать их ценности и правила жизни. Однако это не совсем так. Абсолютный разрыв со своей семьей ребенок все равно станет ощущать как насилие. И это начнет выражаться в протесте против тех, кто этому способствует, в формировании так называемого синдрома приемного ребенка. «Неуправляемое» поведение ребенка после встречи с родными нередко объясняется особенностями психики, свойственными любому ребенку. Ему трудно переключиться из одной важной для него ситуации на другую. Безусловно, нужно, чтобы члены кровной семьи были положительно настроены на факт приема, воспринимали бы его не как позор семьи, а лучший в данном случае выход для ребенка, не давали бы ложных обещаний по поводу того, что они его скоро заберут.

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.

### ***Как правильно строить взаимоотношения с кровной семьей ребенка***

- Замещающие 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.

- 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), замещающих 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 педагога на нейтральной территории.

- Какой бы неприятной не была правда о кровной семье ребенка, по мнению специалистов, все-таки лучше рассказать о ней ребенку, максимально тактично и осторожно, избегая резких выражений и осуждений.

- Стремитесь сориентировать его на ценности здоровья и деятельность во имя здоровья других.

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

## **Взросление ребенка.**

Взросление ребенка – серьезное испытание для родителей. Независимо, родной он или приемный. Взросление всегда связано с необходимостью изменить требования к подростку, расширить границы его возможностей, дать свободу распоряжаться собой, своим временем и даже своей жизнью. Ребенка необходимо отпустить во взрослую жизнь. К этому подготовиться очень сложно. Большинство конфликтов с подростком и связаны с тем, что ребенок растет, а требования родителей к нему остаются прежними.

Проблема взросления приемного ребенка осложняется страхом ответственности за него, который, в свою очередь нередко связан с ожиданиями проявления его плохой наследственности. Однако данные научных исследований доказывают, что благоприятная семейная среда может нейтрализовать врожденные особенности, связанные с повышением риска криминального поведения, а неблагоприятная – усилить их. В принимающей семье фактором риска может стать так называемая менторская среда, когда родители вместо принятия, дружеского отношения жестко выговаривают ребенку (подростку) за любой проступок, читают нотации и т.д. Как реакция у последнего резко повышается конфликтность, развиваются формы протестного (часто асоциального характера) поведения. Усугубляет положение повышенная подозрительность и тревожность родителей за поведение ребенка, что часто приводит к ошибкам воспитания, выраженным в крайних формах воспитательного воздействия – импульсивных, неоправданно жестких мерах или попустительстве, оправдываемом «неотвратимостью судьбы» и списанием своей воспитательной некомпетентности на гены.

### ***Как правильно общаться с подростком***

- Нужно помнить, что основа любых отношений, особенно в семье, — это договор.

- Очень важно выяснить у подростка, что конкретно он хочет изменить в требованиях к нему.

- Попытаться найти компромисс между вашим пониманием его возможностей и его потребностями. Если его претензии чрезмерны, то найти логичные аргументы, объяснить свою позицию. Необходимо, чтобы подросток принял их, иначе требования родителей он будет считать насилием и всячески им сопротивляться.

- Желательно договориться и о разумном обмене: если вы удовлетворяете его новые потребности, то что он должен сделать для семьи?

- Полезно все договоренности записать на бумаге и время от времени их пересматривать.

- Доверяйте ребенку, не проявляйте подозрительности и мелочности, авторитарности и менторства.

Будьте авторитетным примером, при этом оставаясь понимающим другом.

**Подготовили информацию специалисты Службы сопровождения опекунов (попечителей) несовершеннолетних г. Переславля-Залесского Ярославской области в 2021 году.**