

Советы психолога для приемных родителей и опекунов

«Как преодолеть кризисы в воспитании ребенка»

Несколько слов о типичных особенностях в поведении детей, воспитанников детского дома. 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 детском доме 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 детских домах. Питание в детских домах 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 в детском доме 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. 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.

Кроме того, у большинства из них был недостаток тактильных ощущений еще в раннем детстве. Поэтому по возможности (но тут важно не переборщить) не стесняйтесь – гладьте, обнимайте их, целуйте. Лучше, конечно, по поводу – за хорошо сделанное дело.. А можно и без повода – просто иногда прижать к себе.

Не нужно ждать большой любви с первого дня или выражения благодарности от ребенка. Нужны терпение и терпимость. Это обязательные качества, и труднее приходится тем взрослым, у кого их нет, кто часто раздражается. А в такой ситуации приходится себя переламывать, держать в рамках и сдерживать проявления своих эмоций. Только это знание и терпение. И еще важный момент: для чего вы брали ребенка? Если вы хотели сохранить таким способом семью, а семья уже разваливается, то вряд ли это поможет. А вот если вы берете ребенка в свою семью и знаете, что какие бы трудности ни были, вы этому ребенку поможете, «поставите на ноги», то это конструктивный мотив и ваш позитивный настрой на будущее очень поможет преодолеть все кризисы.

Чаще труднее приходится не детям, а взрослым. Если они предупреждены, значит, они вооружены – прежде всего, они знают, — все трудности пройдут! Это временное, естественное явление, оно должно быть.

Как помочь ребенку войти в вашу семью?

В воспитании приемного ребенка трудности связаны в основном с отношением к нему родителей, а не наоборот. Очень часто супруги, взявшие ребенка, стремятся показать, что очень любят его, и в результате слишком балуют его. Именно потому, что они хотят, чтобы приемный ребенок относился к ним как к настоящим родителям, важно и самим чувствовать себя таковыми. Они не должны испытывать чувство вины, если ребенок подвергает испытанию их терпение: все дети — и приемные, и собственные — постоянно делают это.

Если в семье есть и родные дети, важно, чтобы родители со всеми обращались абсолютно одинаково, не отдавая никому из них предпочтения. Опасность здесь скрыта вовсе не в том, что вы уделите меньше внимания приемному ребенку. Хорошо, чтобы и другие дети также как можно раньше узнали, как обстоит дело. В любом случае необходимо также подчеркнуть, что детей можно приобрести двумя путями, о которых мы говорили, и что они — настоящие братья и сестры, так как их усыновили или удочерили и живут они вместе, совсем как если бы родились от одних родителей.

Наконец, ваши достижения в воспитании собственных детей — это залог успеха в воспитании и приемного ребенка. Другими словами, в этом процессе особых проблем не существует. Есть обычные трудности, которые иногда приобретают некоторые нюансы. Если вы сумели установить добрые отношения со своими собственными детьми, это в равной мере принесет пользу и приемным.

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.

Однако через некоторое время (примерно через неделю — две), 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.

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.

Что вы можете сделать, чтобы помочь ребенку?

- Если ребенок ведет себя неприемлемо, постарайтесь спокойно подойти к решению этой проблемы.
- Подумайте, что может чувствовать ребенок, что заставляет его вести себя так: несчастлив, напуган, зол, смущен, чувствует себя отвергнутым, нелюбимым, ненужным? Какова, по вашему мнению, причина его чувств?
- Вам придется самому догадываться о причинах. Спрашивая ребенка, почему он так себя ведет, вы, вряд ли получите вразумительный ответ, так как ребенок будет либо защищаться, либо ничего не сможет объяснить, либо будет говорить что угодно, чтобы к нему не приставали.
- Вам нужно тщательно продумать, чем вы можете помочь, что сделать, чтобы ребенок лучше себя чувствовал.
- Важно контролировать поведение ребенка, но не для наказания, а для поддержки в случае затруднений.
- Наказание не учит ребенка новому полезному поведению, способному заменить нежелательное. Наказание используется для того, чтобы притупить негодование взрослого. **СОВЕРШЕННО НЕПРИЕМЛЕМО ОСТАВЛЯТЬ РЕБЕНКА ОДНОГО ИЛИ ИГНОРИРОВАТЬ ЕГО.** Ребенок может подумать, что его отвергают. Самое важное в такой ситуации – донести до ребенка, что вы понимаете и принимаете его негативные чувства, но не потерпите плохого поведения. Это не значит, что его нужно хвалить за неприемлемые поступки.

Методы коррекции поведения ребенка

1. Поощрение за хорошее поведение включает различные теплые слова в адрес ребенка, небольшие поощрения-награды.

2. Четкие правила и соглашения с ребенком, в которых фиксируются обязанности и правила поведения ребенка и взрослого.
3. Положительный пример должен подтолкнуть ребенка к повторению положительного поведения того взрослого, которого он уважает.
4. Поддержка хорошего настроения и бодрого тонуса.
5. Последовательность в действиях и поступках.

Методы обучения одобряемому поведению

- Сказать что-то приятное (положительное внимание): вступите в контакт, скажите что-то о том, чем ребенок занят или о нем самом.

Пояснение: желательнее говорить о том, чем ребенок занят.

- Обратная связь (положительная информация): вступите в контакт, скажите, что у ребенка хорошо получается, объясните, почему.
- Инструкция: скажите, что ребенку надо делать, как надо сделать.
- Показ: скажите, что ребенку надо делать, покажите, как делать.
- Упражнения: скажите, что ребенку надо делать, покажите, как надо делать, пусть ребенок упражняется.

Как организовать свободное время ребенка? Особенностью каникулярного периода в жизни ребенка является то, что он освобождается от учебных занятий, приготовления уроков. Появляется много свободного времени, распорядиться которым дети зачастую не умеют. Ваша задача помочь ребенку организовать свободное время. Для этого нужно продумать, какие навыки нужно сформировать у ребенка. Это могут быть следующие навыки:

- планировать свой день, те дела и занятия, которые необходимо сделать. Для этого покажите ребенку как можно их записать на листе бумаги или в дневнике, а может быть и в подаренной вами записной книжке;
- уметь проводить свободное время, находя для себя полезные и приятные занятия;
- выполнять домашнюю работу (убирать, вытирать пыль, стирать, гладить и др.);
- считаться с другими членами семьи, самостоятельно занимаясь делами и не мешая другим;
- договариваться с членами семьи о распределении дел, определять долю своего участия в совместных делах.

Для формирования этих навыков мы советуем — каждый вечер обсуждать с ребенком, как прошел день, какие дела были сделаны, какие события произошли, что было сделано хорошо, а что не получилось. Важно, чтобы ребенок сам вспомнил, что с ним происходило в течение дня, рассказал об этом, а не просто перечислил события. Необходимо обратить внимание на то, что веселое произошло сегодня, что было смешным, что порадовало, что вызвало удовлетворение, а что огорчило. Если ребенок затрудняется, нужно взрослому напомнить о забавном случае, который произошел в

течение дня.

Планируя завтрашний день, выясните, что можно перенести или повторить и обсудить, какие дела и события ожидаются завтра или в ближайшее время, какова может быть степень участия ребенка. Старайтесь по возможности насыщать день детей интересными эмоциональными событиями. При планировании следующего дня или приближающегося события раскройте его привлекательность и постарайтесь увлечь им ребенка.

Если вам предстоит идти с ребенком в гости к знакомым или друзьям, обязательно подготовьте ребенка к посещению. Подготовка начинается с того, что ребенку объясняют, что такое гости, зачем ходят в гости друг к другу, зачем приходят гости, что делают, приходя в гости. Обязательно обсудите с детьми правила поведения в гостях, чем можно заняться, как вести себя за столом, как относиться к тому, чем тебя кормят. Часто дети в гостях не знают меру, переедают, что приводит к расстройствам пищеварения. Нужно предупредить ребенка, сколько он может съесть, если у него обнаружены какие-либо заболевания. Хорошо бы предупредить и тех людей, к которым идете в гости, что можно ребенку, а что нельзя, обезопасив тем самым здоровье ребенка. Для наглядности используйте примеры и известные детям произведения, знакомые вам ситуации.

Если в семье есть другие дети, то у взрослых может возникнуть вопрос: «Как вести себя, если между детьми возник конфликт?»

Плохо, если взрослый к поднявшемуся крику добавляет свой повышенный голос: «Сейчас же перестаньте», «Вот я вас сейчас обоих». Пожалуй, еще хуже, если он берет сторону одного из детей. Как правило, это бывает младший или слабый, что может привести к избалованности младшего (слабого) и стойкой обиде и ревности старшего.

В большинстве случаев неплохо оставить детей разбираться самим, выразив свое отношение. Можно сказать так: «Я не люблю, когда в доме такой крик!», «Мне по душе, когда все решают свои проблемы сами».

Но бывают случаи, когда взрослый втянут в разрешение детского конфликта в качестве посредника. Тогда можно поступить так. Сначала выслушать каждую сторону. Очень важно соблюдать следующий принцип: если в данный момент слушаете одного ребенка, и он начинает чувствовать, что вы вникаете в его проблему, дайте каким-нибудь образом знать другому, что и он тоже будет внимательно выслушан. Будьте уверены, другой ребенок ревниво следит за тоном разговора, а отсутствие выговора, миролюбивые нотки в вашем голосе могут привести его к заключению, что ваши симпатии на стороне «противника». Поэтому, пытаясь выслушать переживания одного, взглядом, прикосновением, кивком головы посылайте другому сигналы: «Да, я помню и о тебе тоже, и скоро буду готов внимательно выслушать тебя». Иногда для решения конфликта бывает достаточно выслушивания противников, которые, излив обиды, успокаиваются.

Поскольку в ссоре чаще всего бывают виноваты обе стороны, в любом конфликте нужно найти «беспроблемное» решение.

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 «вдалбливать» 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 ребёнка 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).

Заключение

Вполне возможно, что со многими описанными выше проблемами вы вообще не встретитесь или вы «переболеете» ими совсем в легкой форме. На самом деле, все не так плохо и страшно. Просто готовым надо быть ко многому. И главное – не переживать, не расстраиваться, если что-то не получается и идет не так, как вам хочется и как вы представляли. Ребятишки в большинстве своем очень ласковые и отзывчивые, и обязательно подарят вам массу положительных эмоций. Но только и вы уж их не разочаровывайте, а помогите обрести самостоятельность и стать полноценными и нормальными членами общества!