**Об адаптации ребенка**

**«Первый этап адаптации ребёнка («Медовый месяц»)»**

После знакомства и первых встреч ребёнка с потенциальными приёмными родителями он отправляется в гости в семью, а затем начинается постоянная совместная жизнь. На первых этапах, как правило, все участники процесса стремятся понравиться друг другу. Семья радуется, что остались позади испытания и волнения подготовительного периода. Приёмные родители стараются, чтобы ребёнку было хорошо, и ребёнок, как умеет, тоже пытается поддерживать доброе отношение к себе. Ситуация окрашена большим взаимным интересом, позитивным настроем. В этот период характерны идеализированные ожидания как со стороны ребёнка, так и со стороны взрослых. В интересах ребёнка, и для достижения долгосрочного успеха в формировании приёмной семьи, взрослые обязаны сдерживать в себе желание слишком быстро сближаться с ребёнком без учета его эмоциональных возможностей.

Еще один важный момент, который следует учитывать родителям: с точки зрения ребёнка, он теряет свою кровную семью не в тот момент, когда попадает на «нейтральную территорию» – в приют или детский дом, а с приходом в приёмную семью. Часто ребёнок чувствует себя предателем («это я во всем виноват») и нуждается в поддержке. Взрослому необходимо быть с ним, не требуя ответного чувства благодарности. Первый этап адаптации может продолжаться от нескольких дней (иногда нескольких часов) до двух-трех месяцев.

Возможные причины кризиса:

1. Появление доверия к приёмным родителям и ослабление «эмоциональной пружины

Эмоциональные переживания ребёнка на начальных этапах жизни в приёмной семье характеризуется напряженностью. Ребёнок временно подчиняет свою личность взрослым. Он старается сдерживать в своем поведении те проявления, которые, как он предполагает, могут не понравиться окружающим («тогда прогонят»). Эту напряженность иллюстрирует сжатая пружина. Однако ребёнок не способен очень долго находиться в напряженном состоянии, ему нужна разрядка. То, что сжато, разожмется при первом же удобном случае. Иллюстрация пружины в разжатом состоянии помогает почувствовать участникам, как легко стало пружине, когда ее ничто не сдерживает. Ровное, дружелюбное, сочувственное, принимающее и заботливое отношение в семье – это разрешение для ребёнка «отпустить» эмоциональную напряженность, отреагировать на фрустрацию обычным для себя образом, сформированным в «прошлой» жизни. Фактически, ребёнок с этого момента доверяет семье свои истинные, не всегда хорошие стороны, что является признаком близости в отношениях. Ребёнок чувствует, что его «уже не прогонят». Появление доверия по отношению к родителю – очень важный момент в жизни приёмной семьи, без которого невозможно двигаться дальше. В «разжатом», более расслабленном состоянии ребёнку легче адаптироваться как в приёмной семье, так и в детском учреждении, что в конечном итоге создает лучшие, чем прежде, условия для его развития.

2. Неготовность ребёнка к появившимся требованиям и ожиданиям. Здесь возможны следующие ошибки взрослых:

• Ожидание благодарности от ребёнка. Нужно пояснить, что дети благодарны взрослым, но не умеют пока это выразить. Умение благодарить – это то, чему приёмные родители должны научить ребёнка.

• Приписывание ребёнку больших знаний и умений, чем у него есть. Ребёнок не моет ноги не потому, что он неблагодарен и саботирует требования взрослого. Он просто не привык это делать. Его надо научить – так же, как мы учим детей более младшего возраста. • Ожидание успешности обучения в школе. Родителям нужно помнить о трудностях ребёнка, связанных с эмоциональными и интеллектуальными проблемами (например, социально-педагогическая запущенность, трудность сосредоточения внимания, повышенная тревожность, возбудимость и т. д.) и не требовать от него много.

• порочный круг, который возникает в случае неверного понимания взрослыми своих задач на данном этапе адаптации: тревога не даёт ребёнку хорошо учиться и нормально себя вести, плохое поведение ребёнка и проблемы в обучении вызывают негативные реакции взрослых, а это еще больше тревожит ребёнка. В итоге получается замкнутый порочный круг, из которого очень трудно найти выход.

3. Нарастание тревоги ребёнка в связи с неотчетливым пониманием своего места и роли в приёмной семье. Когда ребёнку не до конца ясна его роль и положение в семье, это может дополнительно тревожить маленького человека и побуждать его испытывать приёмных родителей на прочность. Нужно учитывать, что «проверки» со стороны ребёнка – это информация семье о неполном благополучии во взаимоотношениях. Поговорите с ребёнком, проясните ему, как вы видите ваши будущие отношения.

4. Переживание стресса нового образа жизни. Любые изменения, даже позитивные – это стресс. Ребёнку нужно так много усвоить, понять. Он сталкивается с новыми требованиями и правилами, с новыми людьми. Он может переживать горе в связи с утратой прежних друзей, привычек, ценностей. 5. Влияние на ребёнка предыдущего травмирующего опыта. Ребёнок своим трудным поведением может символически показывать качество внутрисемейных отношений в его «прежней» жизни. Возможность «отреагировать» (эмоционально и в поведении) травмирующих его переживаний создает условия для дальнейшего нормального развития ребёнка. 6. Эмоциональные трудности в связи с возможными продолжающими встречами ребёнка с биологическими родителями или другими родственниками.

Чтобы преодолеть этот сложный период, нужно помнить следующее:

1. На приёмном родителе лежит большая ответственность, поэтому он не должен легко сдаваться. Он не должен забывать о «полосатости» жизни, о том, что после темных полос обязательно бывают светлые (и наоборот), и это нормально как в жизни приёмной семьи, так и в обычной жизни.

2. Ребёнку почти всегда гораздо тяжелее в процессе адаптации, чем взрослому (взрослый находится у себя дома, у него большой жизненный опыт совладания с трудными ситуациями, он умеет лучше контролировать свое поведение).

3. Если семья чувствует, что не справляется сама, она должна обратиться к специалистам службы сопровождения.

Важность второго этапа в развитии отношений между ребёнком и приёмными родителями.

Положительные стороны этого этапа в том, что он:

• выявляет для взрослых проблемы ребёнка: взрослые лучше понимают ребёнка и ищут с помощью специалистов пути решения проблем;

• побуждает приёмных родителей пересмотреть свои подходы к воспитанию ребёнка, серьезно задуматься о причинах трудного поведения;

• невозможно вступить в следующий этап, минуя кризисный, так как «не пустят» эмоциональные проблемы;

• пройдя через кризис, родитель приобретает необходимую ему уверенность, становится воспитателем более высокой квалификации, что ведет к укреплению семьи;

• ребёнок начинает чувствовать себя в семье более уверенно: его не прогонят, даже если он сделает что-нибудь неправильно;

• снижение уровня тревожности и повышение самооценки ребёнка позволяют ему строить более гармоничные отношения с членами семьи;

• полученный жизненный опыт, совместно преодоленные трудности сплачивают семью, происходит улучшение семейных взаимоотношений. Существует парадокс: ухудшение поведения ребёнка следует рассматривать как хороший знак, который должен радовать и специалистов, и родителей. Во время «медового месяца» ребёнок отдал взрослым дань своего подчинения обстоятельствам. Это свидетельствует о его способности гибко приспосабливаться к изменяющимся условиям (именно это его замечательное свойство и позволяло ему выживать в крайне трудных, бедственных условиях). Однако в следующем периоде ребёнок решает другую важную задачу. Она может быть сформулирована как утверждение своей личности. Проявлениями самоутверждения отчасти могут быть объяснены упрямство, агрессивность, повышенная обидчивость, своеволие и т.д. Следует уважительно относиться к стремлению подрастающей личности «отстоять себя», пытаясь понять потребности личности ребёнка и способствуя смягчению гипертрофированных черт его характера.

**«Третий этап адаптации ребёнка («Вживание»)»**

На новом этапе взаимоотношений, пройдя через трудности кризисного периода, взрослые гораздо лучше понимают проблемы ребёнка (и свои тоже). Когда ребёнок сталкивается с трудностями (а их у него еще много), взрослые дают ему эмоциональную поддержку, напоминают: мы вместе, мы справимся. Они уже не предъявляют ребёнку лавину требований, зная его возможности. В случае «сбоев» в поведении ребёнка взрослые (зачастую с помощью специалистов) ищут и находят причины, а также способы их смягчения или преодоления. На данном этапе семейная жизнь может быть нестабильной, волнообразной. Дестабилизирующими моментами часто выступают отсутствие единой линии воспитания у супругов, необходимость поддерживать связь с кровными родственниками приёмного ребёнка, взаимоотношения между приёмным ребёнком и кровными. Повышенное внимание к приёмному ребёнку может задевать кровных детей, вызывать у них непринятие, ревность, бунт. Они, подобно приёмному, также могут начать плохо себя вести, у них может снизиться настроение, ухудшиться успеваемость в школе. Однако теперь родители лучше понимают и проблемы кровных детей, им легче справляться с ними. Другой дестабилизирующий момент семейной жизни — небрежное или неуважительное отношение членов приёмной семьи к биологическим родственникам приёмного ребёнка. Ведущий должен напомнить участникам о важности для ребёнка его биологических корней на протяжении всей жизни (можно использовать рисунок молодого дерева, уходящего корнями в почву, на которой оно выросло). Эмоциональная жизнь ребёнка продолжает быть тесно связанной с его кровными родителями. Следует поощрять принятие ребёнком своих родных. Это крайне важно для гармоничного развития его личности. Понимание связи между ошибками родителя и ухудшением взаимоотношений в семье может оказаться в ряде случаев очень сложным для членов приёмной семьи. Зачастую в таких ситуациях требуется помощь извне, со стороны сопровождающих специалистов. Очень важно поставить их в известность в случае серьезных перемен в семье (смерть одного из членов семьи, отъезд в командировку, болезнь и госпитализация, рождение ребёнка, приезд гостей на длительный срок и др.). Специалисты имеют большой опыт работы с приёмными семьями и помогут избежать нежелательных последствий некоторых изменений в жизни приёмной семьи.

**«Особенности этапа стабилизации отношений»** Этот этап характеризуется большой удовлетворенностью в семейной жизни. Взрослые, как правило, достигают своей первоначальной цели, связанной с их мотивами принятия ребёнка в свою семью. Ребёнок спокоен за себя и за свое будущее, хотя судьба кровных родителей может его тревожить. Ребёнок находит свое место не только в приёмной семье, но и в социуме: формируются стабильные отношения с детьми и взрослыми в детском саду или школе, появляются новые друзья. («Раньше я собирал бутылки, а теперь хожу в детский сад»). Кровные дети приобретают бесценный жизненный опыт помощи другому и гордость за своих родителей. Закладываются основы успешности функционирования их будущих собственных семей. Улучшается качество жизни всех членов семьи и семьи в целом. На этом этапе уже можно судить, удалась ли новая семья.