



ВОЛОНТЕРЫ В ПОМОЩЬ
ДЕТЯМ-СИРОТАМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД



Москва –
добрый город



КОМПЛЕКС
СОЦИАЛЬНОГО
РАЗВИТИЯ
МОСКВЫ

ПРИЕМНЫЕ ДЕТИ: КРАТКО О СЛОЖНОМ

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ ЗАМЕЩАЮЩИХ РОДИТЕЛЕЙ

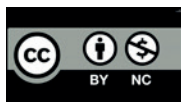
МОСКВА, 2022

УДК 316.614
ББК 60.54

Панюшева Т., Пичугина (Капилина) М., Пасечник И., Синкевич А., Шкурова Н. Приемные дети: кратко о сложном / под ред. А.В. Поповой. — М.: БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам», 2022. — 91 с. Дизайн и верстка макета: А.А. Фирсова.

Методическое пособие адресовано замещающим родителям, а также широкому кругу специалистов, работающих в социальной сфере. В нем собрана информация о сложностях, с которыми наиболее часто сталкиваются родители при воспитании приемных детей. В каждой главе рассказывается о причинах конкретной проблемы и о том, как с ней могут справиться родители. Материалы пособия подготовили психологи и др. специалисты, имеющие многолетний опыт работы с замещающими семьями.

Пособие подготовлено в рамках проекта «На пути к устойчивой замещающей семье», реализуемом при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.



Условия лицензии:

Методическое пособие доступно по лицензии Creative Commons с указанием авторства — Некоммерческая 4.0 Всемирная: допускается использовать, распространять, копировать на любые носители, перерабатывать или цитировать в некоммерческих целях с обязательным указанием выходных данных произведения и источника заимствования.

ВВЕДЕНИЕ	4
1. МИФЫ И СТЕРЕОТИПЫ	5
1.1. МИФЫ О ДЕТЯХ-СИРОТАХ И ПРИЕМНЫХ СЕМЬЯХ	5
1.2. МИФЫ ДЕТЕЙ О ПРИЕМНЫХ РОДИТЕЛЯХ.....	25
2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ДЕТЕЙ, ПЕРЕЖИВШИХ РАЗЛУКУ С СЕМЬЕЙ	33
3. ПРИЕМНЫЕ ДЕТИ И СДВГ	41
4. СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ	46
5. ПРИЕМНЫЙ РЕБЕНОК В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	54
6. ДЕТСКОЕ «ВОРОВСТВО»	63
7. ПРОШЛОЕ ПРИЕМНОГО РЕБЕНКА, ЕГО КРОВНЫЕ РОДИТЕЛИ И РОДСТВЕННИКИ	73
ЛИТЕРАТУРА И ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ	84

ВВЕДЕНИЕ

Дорогие читатели!

Это методическое пособие создано в первую очередь в помощь приемным родителям. В ней мы затронули самые распространенные проблемы, с которыми сталкиваются приемные семьи при воспитании детей. Каждой проблеме посвящен отдельный текст (с указанием его авторства). Цель этих текстов — познакомить родителей с волнующей их темой и предложить способы решения возникающих сложностей. Нам важно подчеркнуть, что пособие является аналогом «домашней аптечки»: оно поможет, когда родители в силах самостоятельно разобраться и справиться с проблемой. В некоторых ситуациях оно позволит только предположить, почему возникают те или иные трудности. Для более глубокого погружения в тему мы подготовили раздел со списком полезных источников. При этом при столкновении с более серьезными трудностями воспитания ребенка, следует воспользоваться помощью профильных специалистов и организаций, имеющих опыт работы с приемными семьями.

Также пособие может представлять интерес специалистам и волонтерам, работающим с приемными семьями или детьми, проживающими в детских интернатных учреждениях.

Пособие подготовлено и опубликовано в рамках проекта «На пути к устойчивой замещающей семье», реализуемом при поддержке Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы.

1. МИФЫ И СТЕРЕОТИПЫ

1.1. Мифы о детях-сиротах и приемных семьях

автор материала: *Татьяна Панюшева*, психолог, канд. психол.наук

В настоящее время в нашем обществе все более открытой для обсуждения становится тема воспитания в семьях приемных детей. С одной стороны, принятие ребенка-сироты в семью больше входит в сознание людей, как часть обыденной жизни. С другой стороны — сохраняется огромное количество предубеждений, стереотипов и «мифов» о приемных детях и о взрослых, решивших стать родителями для этих детей. Сама идея семейного устройства детей, лишившихся возможности жить и расти в своих кровных семьях, подчас встречает двойственное отношение общества из-за необоснованных предубеждений. Однако стоит разобратся, насколько эти стереотипы отражают действительность?



«Лично меня эта тема никак не касается»

Существующая в стране система организации жизни детей-сирот устроена так, что можно прожить многие годы, не замечая и не видя подле себя этот многотысячный маленький народ. При этом в последнее время внимание и интерес к теме сирот и семейного устройства повышается. Об этом пишут в СМИ, обсуждают в обществе. Законодательство меняется с учетом интересов и потребностей самих детей. Но важно понимать, что любые законодательные перемены в лучшую сторону далеко не сразу полноценно реализуются на местах. Требуется немало времени и усилий, чтобы сами сотрудники учреждений меняли свои устоявшиеся взгляды на то, как должна осуществляться забота о детях-сиротах.

Почему можно жить и «не знать» про детей-сирот? «Они до сих пор проживают в учреждениях вне остального общества. Да, внешний мир «заглядывает» к ним в виде спонсоров и волонтеров, а самих детей вывозят на освоение культурной программы или в летние детские лагеря, они также могут посещать обычные общеобразовательные школы. Но фактически сама жизнь детей-сирот строится по специфическим законам коллективной заботы.»Ребенок за несколько лет своей жизни нередко многократно меняет место своего проживания (дом кровной семьи, дом ребенка, приют, детские дома, больницы...), и при этом полностью меняются окружающие его взрослые и дети. Эта форма жизни не предполагает индивидуального внимания к детям, в ней нет места прочным и надежным отношениям ребенка с близким взрослым. В результате ребенок лишается опыта любви и привязанности, на основе которого у детей возникает положительное отношение к себе, вера в свои силы, знание о своих способностях и умениях, усвоение морально-нравственных норм, стремление соблюдать правила жизни в обществе и многое другое. Последствия такой жизни неизбежно скажутся на том, как уже выросший ребенок будет строить свою жизнь: сможет ли он пробиваться в жизни? Для этого надо уметь бороться с трудностями, а без веры в себя и знаний о своих хороших качествах это невозможно. Сможет ли он строить надежные отношения с другими людьми? Для этого нужен опыт принятия и любви, который впервые переживается в семье. Сможет ли он успешно построить свою семью и заботиться о своих детях? Для этого нужен свой опыт благополучных семейных отношений и опыт получения заботы о себе как ребенке в детстве.

Приходит время, и дети-сироты вступают в наше общество и оказываются совершенно не подготовлены к жизни. Получив в детстве опыт ненужности и отверженности, и встречая настороженное, а порой ярко негативное отношение к себе уже во взрослом возрасте, как они будут относиться в ответ к этому пресловутому обществу? Игнорирование факта существования пострадавших в жизни детей, отвержение их, слабых и травмированных, может приводить только к ответной защитной негативной реакции. Это будет продолжаться, увеличивая напряжение в обществе. И без нашего личного участия ситуация не изменится.

Мифы о детях-сиротах:

«Детские дома — это не так уж и плохо для воспитания детей»

Сама по себе идея коллективного воспитания может казаться чем-то вполне нормальным. Ходят же обычные дети в детские сады и школы! И мы видим много полезного в этом: навыки общения формируются, правила поведения в коллективе усваиваются и т. д. Но одно дело — коллективный опыт, который накладывается на уже имеющийся семейный опыт, а другое дело — жизнь исключительно в коллективе.

В стенах детских сиротских учреждений складывается свой специфический мир, существующий по своим особым внутренним законам. Со стороны может казаться, что ничего плохого на самом деле не происходит, учреждения не закрыты от общества: ведь приходят же туда в наши дни и спонсоры, и волонтеры¹, и вообще кто только не ходит! Но если вдуматься — вокруг ребенка вереницей проходит множество самых разных взрослых. Одни возникают на мгновение, другие появляются регулярно в свою смену, но у каждого — свое настроение, свои мысли в голове, свой дом и свои семьи за спиной. Все они возникают и исчезают, каждый с ребенком по-своему общается, у каждого свои взгляды на жизнь и на воспитание детей. А ребенок остается стоять в центре этого вселенского хаоса, и у него самого не формируется ни четких ориентиров в жизни, ни незабываемых ценностей, ни опыта установления надежных и доверительных отношений с близким взрослым. Он и не знает четко, кто такие все эти мелькающие мимо него люди. Более того, системой у ребенка отнято даже право на сознательное проживание своей собственной жизни: он объективно не знает, откуда он родом и что случилось с его кровной семьей; не знает, откуда появился на свет; не знает, почему его перевозят из одного места в другое и вообще что будет с ним завтра. События текут помимо его воли и его участия, ребенок является объектом происходящего, и у него нет опыта влияния на события своей жизни. Сможет ли он впоследствии планировать свое будущее, принимать сознательные решения и достигать каких-то целей?

Ни один детский дом не может дать ребенку того, что жизненно важно для его развития: опыт чуткой заботы, глубокое чувство защищенности и неизбежной уверенности в своей нужности и ценности на этом свете. На сегодняшний день это уже давно не голословное утверждение, и не просто призыв к гуманности, а факт, подтвержденный в научных исследованиях. Для благополучного развития ребенка, в том числе для развития его мозга и нервной системы, для полноценного

¹ В прежние годы было распространено в основном «массовое волонтерство», когда отзывчивые люди, желая помочь детям, приезжали организованными группами в детские дома с подарками и разного рода развлекательными программами. С течением времени ситуация менялась: все больше распространялась информация о реальных потребностях детей-сирот. Многие люди начинали понимать, что массовые приезды с подарками ничего хорошего не привносят в жизнь ребенка-сироты (кратко про детей-сирот и подарки: <https://www.otkazniki.ru/events/histories/ne-vezite-podarki-v-detskie-doma/>; подробнее про «вред подарков» см., например, видео с Еленой Альшанской <https://www.youtube.com/watch?v=05gOPyZmhrw>). В наши дни волонтерство все чаще принимает форму наставничества, когда к конкретному ребенку регулярно приезжает конкретный взрослый. Это история про постепенно формирующиеся реальные отношения, в которых ребенок может находить поддержку, теплое отношение к себе, помощь в решении ряда возникающих проблем и т.д. Наставник становится действительно «близким взрослым» и старшим другом для ребенка. Для того, чтобы стать наставником, необходимо пройти специальное обучение при любом из признанных благотворительных фондов в сфере семейного устройства, и стать наставником в рамках данного проекта. Например, проект «Быть рядом» в БФ «Волонтеры в помощь детям-сиротам»: https://www.otkazniki.ru/programs/programma-pomoshch-detyam-v-uchrezhdeniyakh/proekt_byt_ryadom/; проект «Будем вместе» в БФ «Дети наши»: <https://detinashi.ru/campaign/budem-vmeste-2021/> и пр.

физического роста и развития жизненно необходимы надежные отношения с близким заботящимся взрослым².



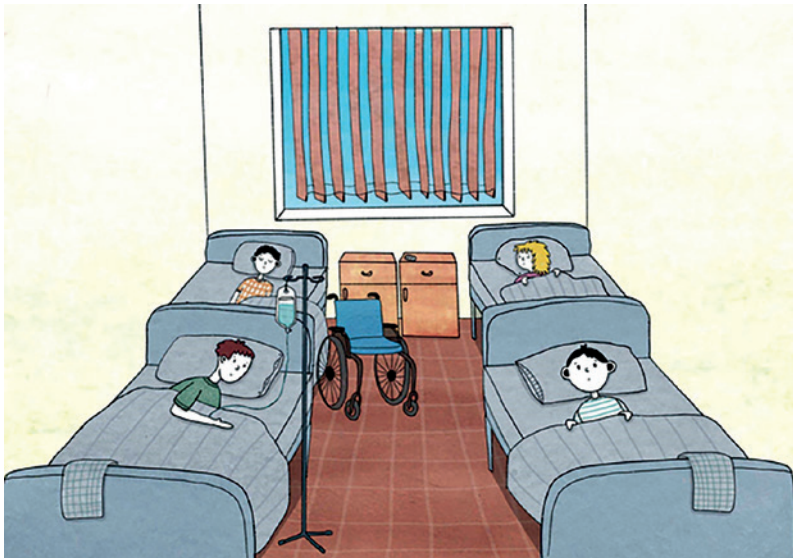
«Детям с особенностями развития лучше в детском доме, у них там квалифицированная медицинская помощь и правильный уход»

Когда мы говорим про детей-сирот с особенностями здоровья, то становится заметен удивительный парадокс. Если наши собственные дети дома заболевают или вдруг попадают в больницы, то мы не считаем, что им будет лучше без нас в окружении врачей. Обычно родитель стремится лечь со своим маленьким ребенком в больницу, понимая, что уход и заботу родителя не заменит никакая медсестра. И зачастую родитель стремится поскорее вернуться с ребенком из больницы домой, потому что «дома и стены лечат».

² Чарльз А Нельсон, Натан А. Фокс, Чарльз Г. Зина «Брошенные дети. Депривация, развитие мозга и борьба за восстановление».



А вот про детей-сирот с особенностями здоровья в обществе принято думать, что им лучше все время своей жизни проводить в учреждении, где они получают медицинскую помощь и некий «правильный уход». В этом месте хочется спросить еще раз: в случае болезни Вашего ребенка, Вы предпочли бы сами ухаживать за ним, или позвали бы «специалиста по правильному уходу»? И что предпочел бы Ваш ребенок?... Ответ очевиден.



Конечно, в детском доме оказывают медицинскую помощь, которая обеспечивает физическое выживание ребенка. Но детский дом не удовлетворяет базовой потребности ребенка в присутствии и заботе значимого взрослого. А без этого у ребенка нет стимула жить и развиваться, потому что дети не растут сами по себе как цветы (хотя и цветок расцветает не просто вдруг, а под лучами солнца, тянется к солнцу и теплу). На детях с особенностями развития это отсутствие любящего взрослого сказывается еще больше, потому что они тем более нуждаются в поддержке и большом количестве индивидуального внимания. Им необходимо преодолеть больше сложностей: или в связи с медицинскими вмешательствами, или в связи с тем, что им сложнее развиваться в определенных сферах, и необходима дополнительная специальная развивающая среда и условия для этого. Поддержка очень нужна детям в связи со сложным лечением: например, многочисленные болезненные медицинские манипуляции; операции — все это сложно пережить в одиночку маленькому ребенку, которому часто даже не говорят о том, что и для чего с ним делают. Просто приходят незнакомые люди в белых халатах и причиняют раз за разом боль. Даже когда в интересах ребенка в детском доме ему назначается операция, то часто потом не происходит необходимой реабилитации. Получается, что ребенок претерпел боль зря, качество его жизни от перенесенной операции ничуть не улучшилось. Такого рода медицинский опыт крайне травматичен, потому что это небезопасность на уровне тела, а ребенок получает этот опыт боли в сочетании с полной внезапностью и своей полной беспомощностью.

Здесь хочется упомянуть интересный и важный отечественный опыт модернизации домов ребенка, реализованный изначально в Санкт-Петербурге, и распространившийся затем на учреждения разных городов России (Пальмов О.И., Мухамедрахимов Р.Ж., Никифорова Н.В.)³. Полученные в результате данные подтверждают гипотезу, что наиболее негативным элементом проживания детей в учреждениях является недостаток теплого, заботливого, чувствительного и отзывчивого социально-эмоционального взаимодействия ребенка со взрослым. И стоит обратить внимание, что это ничуть не менее верно для детей с особыми потребностями: когда взаимодействие детей со взрослыми было перестроено, то они продемонстрировали заметную положительную динамику в своем развитии.

Для российского общества в целом характерно негативное отношение к «особенным» детям и взрослым. Наше общество пока обладает низкой толерантностью к принятию разнообразных людей. И с этим же связана традиция собирать в отдельных, специальных детских домах для детей инвалидов (ДДИ) детей с особенностями развития. Это совершенно не естественно, так как в обычной жизни рядом друг с другом проживают люди с самыми разными потребностями, и это нормальное многообразие нашего общества. Когда «особые» дети собраны вместе и изолированы, то это ведет к их деградации и замедлению развития. В таких условиях невозможно благополучное взросление.

³ Пальмов О.И., Мухамедрахимов Р.Ж., Никифорова Н.В. «Как дома. Модель изменения условий жизни детей в домах ребенка РФ».

***«Ребенок из детского дома не может быть здоровым и нормальным.
С ним обязательно что-то не так!»***

К сожалению, подобное мнение бывает распространено и среди специалистов, непосредственно работающих с детьми-сиротами. С одной стороны, для такого взгляда есть все основания: в документах любого ребенка-сироты есть записи о тех или иных диагнозах или поведенческих сложностях. Например, у многих из них отмечается задержка психического развития, нарушения развития речи, невротические реакции; могут проявляться поведенческие проблемы в связи со сложностью самоконтроля и неумением выстраивать контакты с другими людьми и пр. Проще всего воспринять это как проявления «изначальной проблемности и нездоровья» и, не задумываясь, тем самым поставить крест на будущем этих детей.

Однако в чем же истинная причина возникновения у приемных детей разного рода сложностей? Любый младенец проявляет любознательность и интерес к освоению окружающего мира, только находясь в безопасных, стабильных отношениях с близким взрослым. Если же все вокруг непредсказуемо меняется — и место жизни, и люди — то все силы ребенка уходят на то, чтобы пытаться справиться с внутренней тревогой и эмоциональным напряжением. В такой ситуации не останется никаких ресурсов на познание мира, отсюда и возникает пресловутая задержка в развитии. Получается, что у детей-сирот, во-первых, нет эмоционального ресурса для познавательного развития, а во-вторых, нет соответствующей развивающей среды и условий. Ведь ребенок познает многое и из общения и игры со взрослым, и из постоянных комментариев взрослого ко всему, что происходит дома, на улице, по дороге куда-либо.

Тревога, одиночество, неопределенность, небезопасность — все это постоянные спутники жизни детей-сирот. Так как рядом нет никого, кто объяснял бы происходящее, успокаивал бы и поддерживал, то детям приходится самим находить способы успокаивать себя. Часто это проявляется в виде невротических реакций: сосании пальца, раскачиваниях и т. д. В будущем неумение справляться с тревогой и с собственными эмоциями, вообще плохое понимание себя и своих состояний, может приводить выросших детей-сирот к далеко не безопасным способам совладания с сильными переживаниями, среди которых в том числе зависимости, самоповреждающее поведение и др.

Таким образом, «странные» на первый взгляд поведенческие и эмоциональные проявления ребенка находят чаще всего понятные объяснения, если проанализировать его историю жизни. Многое является последствиями эмоциональной депривации, жестокого обращения, заброшенности и никому не нужности, потери своей семьи. Ребенок реагирует на все это тем, чем может: поведением, состоянием здоровья. Это нормальная реакция на ненормальные события жизни.

По тем же самым причинам приемный ребенок может выделяться среди других детей на занятиях в школе или кружках, особенно если его предыстория была полна травматичных событий, в результате чего он отстает от ровесников

в эмоциональном развитии и в социальных навыках. При этом если приемный ребенок ведет себя хорошо и адекватно, то никто не замечает, что он приемный, и к нему относятся просто как к ребенку. Дети с нарушением поведения из числа приемных детей — гораздо более заметны. Именно по ним общество и формирует мнение обо всех приемных детях. Так формируются расхожие ярлыки вместо умения взглянуть на каждого ребенка как на неповторимую личность со своим жизненным путем и своими особенностями.



***«Главная опасность — гены!
У ребенка обязательно будет плохая наследственность»***

В наше время все люди знают, что существует наследственность — некая заданная от рождения программа, передающаяся нам через гены от наших родителей. Но не всегда мы вдаемся в нюансы и размышляем, что именно и как наследуется. И уж тем более мало кто специально отслеживает развитие генетики как науки, если только это не сфера его профессиональных интересов. В результате на основе многочисленных мифов (например, что кровные родственники приемного ребенка исключительно плохи, и ничего хорошего передать ему не могут), на основе предвзятого отношения общества к приемным детям и слабого представления о современных исследованиях по части генетики рождаются всякого рода страхи. «А вдруг приемный ребенок унаследует плохое поведение и опасные привычки своих кровных родителей? А вдруг он будет агрессивный и жестокий, как они? А вдруг ребенок будет склонен к воровству, у него же отец за это сидит?...» и т. д.

Находясь под воздействием страха «генов» и давлением общественного мнения взрослые нередко теряют критичность. Безусловно, есть характеристики, действительно заданные генетически. Например, существуют заболевания связанные с генными или хромосомными изменениями (синдром Дауна, муковисцидоз, гемофилия, синдромы Патау, Эдвардса и пр.). Также никто не станет отрицать, что от наших предков нам достается в общих чертах наша внешность и особенности телосложения. Однако поведение и особенности характера складываются уже в ходе жизни ребенка, и влияет на это множество факторов внешней среды, связанных с окружающим его миром, с отношениями, складывающимися с другими людьми. В настоящее время бурно развивается эпигенетика — «новое направ-

ление в биологии, задача которого — объяснить, каким образом среда влияет на поведение клеток без изменения генетического кода... Внешние воздействия — питание, стресс, эмоции и пр. — могут изменять гены, не меняя при этом собственно генетического кода, и эти модификации могут передаваться по наследству ничуть не хуже тех кодов, которые передаются при помощи двойной спирали ДНК...»⁴. Таким образом, самые актуальные исследования формируют новые представления о том, как «включаются» и активируются наши гены. Это коренным образом меняет представления о наследственности как таковой. Важнее оказывается не то, какой конкретно набор генов нам достался от родителей, а то, каким образом в результате взаимодействия окружающей нас среды с нашим организмом раскрывается наш потенциал, какие гены и как «включатся» или не «включатся».

Генами не определяются такие качества человека, как доброта, способность любить и быть счастливым. Гораздо большую роль здесь играет семейная обстановка и ближайший социум, а также жизненные выборы самого человека. Чем реально семья может помочь приемному ребенку — способствовать преодолению последствий полученных им в прошлом травм, давать ему защиту и принятие, которые станут его опорой, и смогут помочь в трудные жизненные моменты принимать решения.

Миф про исключительно «плохую наследственность» приемных детей подкрепляется часто тем, что в поведении этих детей нередко заметны проблемы, их развитие идет порой сложно и неравномерно, у них есть трудности с социализацией и пр. Однако причиной наблюдаемого являются не «гены», а перенесенный детьми опыт депривации и неблагополучной жизни. Дети выживали в нечеловеческих порой условиях, и вот мы видим эти модели выживания, которые совсем не пригодны теперь, в спокойной и безопасной жизни. Ребенку необходимы новые, непривычные для него пока что механизмы совладания со стрессом, ему необходимо научиться расслабляться и уметь ощущать себя в безопасности рядом с заботящимися о нем взрослыми. Всему этому он учится в приемной семье, и это требует времени и усилий приемных родителей и ближайшего окружения.

Если приемная семья живет в подспудном страхе перед «генами», в любом проблемном поведении ребенка усматривая проявление «криминальных задатков» или «безвольность и зависимость», то может возникнуть ситуация «самосбывающегося пророчества». Ребенок, в которого и так никто никогда не верил, никто не любил просто так и не акцентировал то хорошее, что в нем есть, легко поверит и сам, что осталась ему только «одна дорога», и лучшего он не достоин. Он подчинится ожиданиям взрослых и будет им соответствовать. Или даже более того: чувствуя сильный страх и тревогу взрослых, ребенок может максимально ярко проявлять пугающие их черты, проверяя, насколько легко и эти взрослые откажутся от него и подтвердят для него подозрение в том, что он сам по себе плохой и ничего не стоящий человек.

⁴ Брюс Липтон (проф. медицины, молекулярный биолог), книга «Биология веры. Как сила убеждений может изменить ваше тело и разум».

***«Для семьи будет лучше всего, если ребенок круглый сирота,
и у него нет никаких кровных родственников»***

Многие люди полагают, что самый удачный вариант для приема ребенка в семью — это тот случай, когда сам ребенок не имеет никаких кровных родственников, и никогда с ними не жил и не общался. Как показывает опыт практической работы, когда у ребенка был опыт жизни в кровной семье, то, с одной стороны, если ситуация там была очень неблагополучной, он мог пострадать от жестокого обращения или от выраженного пренебрежения его потребностями. Важно, правда, отметить, что плохое обращение с ребенком со стороны кого-то одного в семье могло сочетаться с принятием и заботой от лица других родственников. С другой стороны, далеко не всегда социально неблагополучная обстановка в семье означает, что с ребенком там обязательно плохо обращались. Нередко бывает так, что родители по разным причинам (например, та или иная зависимость; свой трудный опыт жизни в детстве и пр.) не могут адекватно заботиться о себе и о своем ребенке, но по-своему его очень любят и никогда не обращались с ним жестоко. Что тогда? Тогда этот ребенок получает в самом начале жизненно важный опыт любви и принятия: в этом мире он нужен, его здесь ждали, он достоин чего-то хорошего. В результате он меньше пострадает с точки зрения эмоционального развития, и у него будет больше ресурса для борьбы с дальнейшими трудностями в жизни.

Совсем другой опыт получают дети, у которых за плечами не было вообще никакого опыта жизни в семье, никакого опыта индивидуальной заботы и привязанности к конкретному взрослому. У такого ребенка никогда не было защиты и опоры, зато было много неопределенности и всепоглощающей тревоги. Это очень помешает его развитию, не только в эмоциональном, но и в интеллектуальном плане (исключением могут быть ситуации, когда кто-то из сотрудников в учреждении особенно тепло относился к конкретному ребенку, регулярно уделяя ему личное время). Кажущаяся удобной «пустота» в воспоминаниях ребенка и незнание им своих корней и истории кровной семьи оборачивается на практике пугающей черной дырой, высасывающей огромное количество сил и энергии самого ребенка. Представьте, каково это — жить, и не знать о себе НИЧЕГО, кроме своего имени и даты рождения? Было ли бы Вам комфортно самим оказаться в такой ситуации? В результате на месте «пустоты» буйным цветом расцветают фантазии ребенка о том, что же там такое могло произойти, кто были эти люди и т. д. Бесконечные домыслы отнимают силы, и придуманное порой хуже той реальности, которая была на самом деле. Знание истории своей жизни, понимание объективных трудностей кровной семьи, помешавших ребенку в ней остаться, а также помощь ему в сохранении крупиц хороших и ценных воспоминаний — все это становится опорой под ногами ребенка, ресурсом и залогом более успешного развития.

Интересно отметить незаметное на первый взгляд, но очень существенное противоречие: приемные родители страстно хотят, с одной стороны, установить близкие и доверительные отношения с приемным ребенком — причем, желательно, на всю жизнь! Но начинают нередко с того, что всеми силами стараются оборвать все те немногочисленные ниточки непрочных связей, которые у ребенка уже успели сложиться за его короткую жизнь. «Как ребенку понять и поверить, что есть надежные отношения «навсегда», если ему предлагают для начала «забыть» все то, что у него было?»



«Лучше взять в семью очень маленького по возрасту ребенка, тогда он будет как свой»

Многие пары, принявшие решение взять в семью приемного ребенка, считают, что это обязательно должен быть очень маленький ребенок, желательно младенец. С одной стороны, это может быть искреннее желание пары, никогда не имевшей детей, насладиться всеми этапами родительства, понянчиться с малышом. К тому же людям бывает просто жалко маленьких детей, их хочется поскорее забрать в семью из учреждения.

Но кроме этих вполне очевидных оснований существует несколько «мифов» и стереотипов, которые влияют на взрослых при принятии решения о том, ребенка какого возраста взять в семью.

Во-первых, родители думают, что если ребенок маленький, то он «ничего не будет помнить». Имеется в виду, что он не будет помнить ничего плохого из того, что с ним было, в том числе и то, что он остался без своей кровной матери. И в связи с этим у будущих родителей есть ощущение, что можно будет избежать проблем, связанных с осознанием ребенком своего происхождения. Однако практика работы с приемными детьми, и опыт выросших приемных детей во многих странах показывают, что это не так. Травму маленький ребенок в своей жизни уже получил, еще до появления приемной семьи: он уже потерял свою кровную мать тогда, когда был менее всего готов к этому. Безусловно, словами этих событий младенец не может помнить, но это не значит, что он не переживал этот разрыв тогда, в младенчестве. Более того, смутная тревога и сильные переживания остаются у этих детей, пусть и не выраженные словами, глубоко в душе и прорываются в дальнейшей жизни по разным поводам. Сами дети не понимают, с чем связано это их состояние и без помощи взрослых в осознании своей жизненной истории и того, что с ними произошло, не смогут справиться с оставшейся болью и страхом. Исследования показали, что у приемных детей, от которых скрывают их происхождение, точно так же как и у детей из детского дома низкая самооценка и высокий уровень тревоги⁵. Грустная часть правды в том, что, не сказав ребенку о том, что с ним было, мы не можем отменить уже произошедших с ним событий. Но хорошая новость заключается в понимании того, что можно помочь ребенку, работая с ним над его историей жизни, помогая понять случившееся и прожить эту боль уже не в одиночестве, а с поддержкой любящих его взрослых — приемных родителей.

Вторая причина того, что родители хотят взять в семью обязательно малыша, бывает связана с тем, что таким образом они надеются успеть дать ему максимально много: многому научить, передать свои ориентиры и ценности в жизни, «излечить» от болей и печалей, уже полученных им в жизни. Отчасти это оправдано — действительно, чем младше ребенок, тем больше времени есть в запасе у семьи и у ребенка на формирование взаимной привязанности. С другой стороны, практический опыт показывает, что маленький возраст приемного ребенка не является гарантом успешности его «вживания» в приемную семью. В каждом из возрастов есть свои преимущества и недостатки: принятие малыша оставляет больше времени для установления взаимных прочных отношений привязанности, но в случае с маленьким ребенком менее очевидны его личностные особенности и особенности темперамента, характера, которые проявятся позже. Кроме того, и у взятого в семью младенца могут в будущем проявляться проблемы с формированием привязанности к приемным родителям: некоторые маленькие дети крайне тяжело переносят разрыв с кровной семьей. Также закономерно чаще взрослые, беря младенца, принимают решение скрыть от него его происхождение, что также является в будущем риском для приемной семьи. В случае с более взрослым ребенком, с одной стороны, меньше времени остается до наступления подросткового

⁵ Печникова Л.С., Жуйкова Е.Б. «Приемные семьи в пространстве детско-родительских отношений» [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2008. № 2(2).

возраста и его выхода в самостоятельную жизнь. С другой стороны, уже более очевидны особенности характера ребенка, для родителей яснее его способности и недостатки, виднее проблемы, с которыми надо справляться, и преимущества и ресурсы ребенка, на которые можно опереться.

Возраст ребенка сам по себе никогда не является гарантией успеха будущей приемной семьи. На установление взаимных близких отношений влияет множество факторов: это и личностные особенности и родителей, и ребенка; и имеющийся у обеих сторон их жизненный опыт и то, как они с ним справились и осмыслили его; взаимные ожидания; подготовленность и родителей, и ребенка к семейному устройству.

«Главное — просто полюбить ребенка. Остальное приложится»

Любовь в семейных отношениях — это очень важно! Это то, на чем и ради чего держится семья. Но этого недостаточно. Опыт самой жизни показывает, что в любых отношениях, будь то партнерские отношения в паре или отношения со своими кровными детьми — одной любви тут мало. С приемным ребенком это особенно становится очевидным: ведь сначала родители просто не знакомы с ним, не понимают его поведение и эмоциональные реакции, меньше «чувствуют» его, чем своих кровных детей. Для понимания причин поведения и эмоционального реагирования приемных детей необходимы знания об их психологических особенностях, о том, как сказываются на детях тяжелые и травматичные события их жизненной истории, как их прошлый опыт общения со взрослыми проявляется при попадании в приемную семью, как дети проходят адаптацию в новых для них семейных условиях и т. д.

Успешный опыт кровного родительства основан на непрерывной и благополучной привязанности, которая формировалась между ребенком и матерью еще с внутриутробного периода жизни малыша. Благодаря отношениям привязанности ребенок слушается маму, доверяет ей, не хочет ее огорчать. У приемных детей история с формированием привязанности гораздо драматичнее, выстраивать отношения с этими детьми необходимо с опорой на знания об их истории жизни. Если метафорически представить выстраивание отношений привязанности с ребенком как процесс выращивания нежного растения, то с кровными детьми это как бросание семян на чистую взрыхленную почву. С приемными детьми картинка иная: местами земля затоптана, где-то разбросан мусор и хлам, где-то все заросло сорняками, где-то есть островки чистой земли с ростками привязанности к другим людям... Тут мало просто бросить семена и поливать их, необходимо сначала разобраться со всем тем, что здесь уже есть. Именно из-за «покареженности» детей их прошлым опытом родителям приходится часто осваивать кучу новых навыков, которые не были нужны им ранее, чтобы пробиться к пониманию этого конкретного ребенка, пришедшего к ним в семью. Быть приемным родителем — это еще в каком-то смысле и быть круглосуточным реабилитологом.

Для каждой приемной семьи жизненно необходимо знать, где есть те специалисты, которых они знают и которым доверяют, куда они смогут обратиться за поддержкой и помощью, если им покажется, что ситуация им непонятна или в чем-то отношения с приемным ребенком как будто зашли в тупик.

***«Никто не должен знать о том, что ребенок приемный.
Хорошо бы и сам он тоже этого не знал...»***

В нашей стране идея о том, что принятие ребенка в семью должно быть тайной, закреплена даже законодательно («тайна усыновления» — применим только для тех случаев, когда ребенок удочеряется/усыновляется. Не действует при других формах семейного устройства: опека, приемная семья). Этот закон поддерживает своим существованием две идеи: во-первых, убежденность в том, что лучше окружающим не знать о том, что ребенок приемный. Само по себе это наводит на мысль, что подразумевается какая-то ненормальность и необычность ситуации приема ребенка в семью, то есть прямой намек на то, что семья и/или приемный ребенок автоматически считается какой-то не такой, особенной, «ущербной». Во-вторых, предполагается, что и самому ребенку хорошо не знать о своем происхождении и истории жизни. Однако ни то, ни другое не подтверждается мировым опытом.

Тайна усыновления приносит намного больше страданий и самим детям, и их приемным родителям. Такая тайна становится «скелетом в шкафу», который грозит выпасть в любой момент. И это не говоря о том, что, как уже говорилось выше, ребенок в любом случае переживает всю ту бурю тревоги и боли, которые возникли в результате жизненных травм, даже если на словах «он об этом не помнит / ему не сказали». Ребенок пережил эти события в довербальном периоде, но это не означает, что травмы от этого незаметны или менее болезненны. Эту точку зрения разделяют на сегодняшний день не только специалисты. В многочисленных издаваемых книгах от лица приемных родителей звучит то же самое: на своем опыте взрослые видят последствия разрыва с кровной мамой/кровной семьей даже у принятых в семью младенцев. Ко всему этому в случае «тайны усыновления» добавляется неискренность и напряжение в семье, неизбежные при наличии любых серьезных тайн. А ведь «тайну» хранят родители — самые близкие люди, которые при этом хотят научить самого ребенка быть искренним, открытым, научить его доверять и говорить правду. Не стоит забывать и тот факт, что приемные дети особенно чувствительны к эмоциональному состоянию взрослых, даже если оно не высказано словами. Дети будут изо дня в день ощущать напряжение, тревогу — что-то смутно связанное с ними самими. И это тяжелое смутное ощущение сразу же станет накладываться на их и так неустойчивую самооценку, сомнения в собственной «хорошести». При выяснении правды — а это происходит в большинстве случаев, рано или поздно — главной травмой для ребенка окажется

не тот факт, что он «не родной», а то, что ему столько лет лгали. Соккрытие от самого ребенка истины о его прошлом есть не что иное, как нарушение его прав, а вовсе не защита его интересов, и дети это прекрасно понимают. Если от нас самих годами скрывают что-то, относящееся непосредственно к нам, не решаются сказать, то это автоматически говорит нам, что скрываемое — что-то очень стыдное и плохое. Значит, и мы сами какие-то не такие... Это не те чувства, с которыми хотелось бы выпустить во взрослую жизнь и так уже хлебнувшего горя ребенка.

«Ребенок будет нам благодарен за то, что мы для него сделали»

Приемные родители, для которых благодарность приемного ребенка имеет большое значение, бывают неприятно удивлены, не получая от него этой ожидаемой признательности. Что такое само по себе умение быть благодарным? Это сложное чувство, формирующееся ближе к самому концу детства, причем возникающее далеко не у всех обычных взрослых. Маленький ребенок все происходящее с ним воспринимает как должное, он не может мыслить в сослагательном наклонении «что было бы, если...». Также дети сами по себе изначально не знают (и не поймут без помощи взрослых) как можно поступать с детьми, а как нет; что такое в жизни «хорошо» и «правильно», а что такое «плохо». Моральные нормы как внутренние ориентиры и у обычных, растущих изначально в своих семьях, детей формируются в лучшем случае к концу подросткового возраста. Важно помнить, что у приемных детей эта сфера также пострадала в результате жизненных травм, и формироваться будет с запаздыванием. Как дети вообще учатся себя «хорошо вести»? Они ориентируются долгие годы на реакции родителей, к которым они привязаны, и просто не хотят их расстраивать. Лишь со временем нормы поведения присваиваются ребенком, и он начинает следовать им сам по себе. У приемных детей, как правило, не было длительного периода благополучного детства, когда это следование нормам ради любви родителей могло сформироваться. Им приходится все догонять, но сначала должны установиться те самые близкие отношения, ради которых и по причине которых ребенок будет стараться встраивать свое поведение в определенные нормы жизни в обществе.

Возвращаясь к теме благодарности: интересно подумать, откуда вообще возникает это ожидание, адресованное к детям, у взрослых. Ведь нередко и от кровных детей этой «благодарности» требуют, и сталкиваются с теми же проблемами ее отсутствия, что и у приемных детей. Вопрос: должны ли быть дети в обязательном порядке благодарны родителям и за что? Если серьезно вдуматься, то это всегда решение самих взрослых — стать родителями (неважно, для кровных или для приемных детей). То есть желание дать жизнь новым людям, помочь им вырасти, стать хорошими, интересными и способными самостоятельно

строить свою жизнь. Взрослые люди сознательно решают отдать много времени, сил и любви детям. И когда родители действительно настроены на то, чтобы отдавать, вкладываться в своих детей и просто радуются тому, как они растут — за этим не стоит требований «быть благодарными в ответ». Ведь это нормально и жизненно необходимо для любого ребенка — иметь свою семью. Это данность, а не особый подарок, за который они обязаны чем-то в ответ. Скорее, получая любовь и поддержку от родителей, они сами смогут в будущем тем же самым наделять своих детей. И так это родительство, безусловная любовь и принятие будут повторяться из поколения в поколение, помогая вырастать в эту жизнь новым людям.

Мифы о приемных родителях:

«Ребенка из детдома берут только те, у кого своих детей нет»

Многие люди считают, что взять приемного ребенка в семью — это последнее дело, только когда у семьи никак не получилось «правильным» образом стать родителями. Но на сегодняшний день это уже давно не так. В отечественной и мировой практике большинство приемных родителей — люди, уже имеющие детей. Конечно, это не означает, что бездетные пары не берут на воспитание приемных детей — конечно же, берут, но при этом само по себе принятие ребенка в семью давно уже становится обыкновенной нормой жизни. Одним из вариантов появления ребенка в семье. То, что этот способ появления в семье ребенка некоторыми людьми воспринимается как что-то необычное, как особенный и «ущербный» способ, основано, опять же, на стереотипах и мифах. Когда человек с жаром утверждает, что важно именно кровное родство родителей с детьми, то он явно забывает, что любые родственные связи в нашем человеческом мире начинаются как раз со встречи, а не с кровной связи. Любой брак — это встреча двух людей, причем желательно, чтобы по крови они не были близки. И только из родства по встрече складываются семьи. Также можно говорить и про детей: есть дети, родившиеся в семье, а есть дети, попавшие в семью позже, встреченные родителями в жизни, но оба способа попадания в семью равнозначны. Люди становятся родными. Кровная связь не гарантия чувства близости — иногда друзья бывают нам ближе и понимают нас лучше, чем наши родные. Более того, в жизни случаются разводы, и у детей бывает несколько пап и мам, и все это также воспринимается как часть обычной жизни. И со всеми этими фактами мы согласны и не видим в них чего-то особенного, но почему-то не даем права именно приемным детям воспринимать себя как обычных детей в семье, просто имевших свой жизненный путь и свою историю, но которые не мешают им стать полноправными членами своей новой семьи.

Этот миф приносит немало вреда детям и семьям, потому что заставляет воспринимать приемную семью как «ущербную», и этот настрой общества подталкивает семью к сокрытию «неправильного» происхождения своего ребенка, соблюдению тайны усыновления. В результате нарушаются отношения внутри семьи, сами родители могут переживать острее трудности с воспитанием ребенка, так как общество задает ориентир на то, что «с этими детьми обязательно все не так». И как только возникают неприятности, отношение окружающих не добавляет взрослым уверенности и способности справляться с трудным поведением ребенка.

В мире все больше крепнет убеждение, что брать детей в семью — нормально, в этом нет ничего особенного (ни постыдного, ни героического), это обычная человеческая практика.

«Взять ребенка в семью — это значит усыновить»

Почему-то общество нередко ревностно относится к тому, на какую форму устройства взят ребенок. Есть такой стереотип, что «правильно» взять ребенка в семью = усыновить его. А все остальное вызывает разного рода реакции и отношение. Например, что это означает, что ребенка «совсем своим» не считают? Или деньги таким путем зарабатывают? При этом важно понимать, что именно при усыновлении семья остается один на один со всевозможными трудностями в ходе воспитания ребенка. Без помощи и поддержки, в том числе материальной, без льгот для ребенка. Усыновить бывает трудно и страшно, потому что придется полностью самим решать все возможные проблемы со здоровьем, развитием, учебой, содержанием ребенка, а не всякой семье это по силам. Выбирая форму семейного устройства, семья должна знать, что главное — исходить из интересов самой семьи и ребенка. Семья имеет полное право получать помощь и поддержку, потому что невозможно не столкнуться с трудностями, помогая ребенку преодолеть полученный им травматичный и порой крайне жестокий жизненный опыт.

Что касается темы материального вознаграждения: действительно, людям, принявшим в свои семьи детей-сирот, выплачивают ежемесячные денежные пособия (исключение составляют семьи усыновителей, в этом случае имеет место только разовая единовременная выплата при переходе ребенка в семью). Размеры выплат зависят от формы семейного устройства, от региона, от здоровья ребенка. Смысл назначаемых выплат в том, что таким образом семье оказывается дополнительная поддержка. Эта поддержка далеко не лишняя, если учитывать весь объем проблем, с которыми предстоит справляться родителю, занимаясь реабилитацией и социализацией ребенка. Если исходить из опыта работы с приемными семьями, то выплачиваемых денег обычно хватает только на нужды ребенка, и то не всегда. Можно говорить о том, что финансовая

заинтересованность в принятии детей в семью чаще встречается в регионах, где есть очевидные проблемы с работой. Тогда приемное родительство может становиться для людей формой трудоустройства. Хорошо это или плохо? Невозможно судить абстрактно, вне конкретной ситуации с конкретными людьми. Никакую из многочисленных видов возможной мотивации к приему детей в семью нельзя назвать однозначно «плохой» или «хорошей»⁶. К тому же мотивация может меняться со временем в разных обстоятельствах. Важно, какие ожидания и представления есть у семьи, как они представляют себе совместную жизнь с ребенком, насколько в семье много ресурсов (внутренних и внешних), насколько семья готова проявлять гибкость.

«Родители должны полюбить ребенка «как родного»

Желание полюбить приемного ребенка так же ярко и полно, как любят кровных детей, — это прекрасно! Проблемы могут начаться тогда, когда за этой мыслью оказывается спрятанное осознанное (или не очень) желание «присвоить» себе ребенка: дать ему другую фамилию, имя, дату и место рождения, стереть из его памяти все его прошлое, прервать все связи, относящиеся к другой семье. Точнее говоря, хочется «забыть», что ребенок приемный. Опасность попытки забыть прошлое ребенка и не касаться случившихся с ним травм уже была затронута выше. Также важно помнить, что при семейном устройстве приемных детей у взрослых никогда наперед нет гарантий, что у них обязательно сложатся прекрасные отношения, обязательно появится сильная взаимная любовь и полное доверие. Звучит страшно? Но ведь таких гарантий не бывает и при воспитании кровных детей — далеко не всегда у выросших детей сохраняются близкие и любящие отношения с родителями. Точно так же взрослые люди, вступая в брак по любви, не имеют гарантий, что через 10 лет они все еще будут вместе и в прекрасных отношениях друг с другом. Мир человеческих отношений в принципе не может быть «просчитан» наперед.

«Присвоение» ребенка является, по опыту психологов, одной из главных причин неудач и даже трагедий в воспитании приемных детей. Убеждая самих себя, что ребенок «совсем как родной», родители становятся менее терпимы ко всему, в чем ребенок не похож на них самих или на их ожидания. При этом они все время помнят, что он все же не родной, а «как» родной, и ведут себя неуверенно, тревожно, не справляются с трудностями. Когда ребенок становится подростком, они оказываются беспомощны перед его кризисом идентичности, боятся его отделения от семьи. Они отрицают право ребенка на знание своих корней, на интерес к своему происхождению, воспринимают такой интерес

⁶ Жуикова, Е.Б. Воспитание приемного ребенка: от мотивации и ожиданий – к становлению отношений в семье // Новые психологические исследования. 2021. № 3. С. 48–78. DOI: 10.51217/npsyresearch_2021_01_03_03

как предательство, неблагодарность, в результате порой окончательно портят отношения с подростком. Те семьи, в которых ребенок открыто осознается как приемный (при этом любимый, близкий, дорогой), чувствуют себя гораздо спокойнее, и в этом случае отношения внутри приемной семьи складываются лучше.

Вообще варианты отношений внутри приемной семьи между родителями и детьми могут быть очень разнообразны. Далеко не всегда может сложиться та самая взаимная любовь родителей к детям и детей к родителям. И совершенно не значит, что это плохо. Иногда это больше похоже на отношение более старшего и мудрого наставника с более младшим по возрасту человеком; иногда взрослый чувствует себя скорее воспитателем в отношении ребенка и т. д. Чем больше взрослые будут открыты к происходящему с ними опыту приемного родительства, и чем менее жесткие у них будут ожидания касательно результата, тем больше шансов на взаимно благополучную историю совместной жизни с приемным ребенком.

***«Приемные родители должны самостоятельно справляться
со всеми возникающими сложностями,
так как взять ребенка на воспитание — их собственное решение»***

С одной стороны, в нашем обществе не распространено пока отношение к родительству как к крайне энерго- и ресурсозатратному процессу, в ходе которого совершенно нормально для родителей — уставать и истощаться, обращаться за помощью и получать ее. У нас, скорее, принято справляться с трудностями молча и в одиночку, скрипя зубами, но ни в коем случае не жаловаться, и уж тем более не предполагается разделять с кем-то бремя забот.

Если говорить о приемном родительстве, то к этому всему добавляется еще и мнение, что растить приемного ребенка — это примерно то же самое, что растить кровного. При таком взгляде совсем не берется в расчет, почему ребенок остался без своей семьи и что он успел пережить. Как уже многократно говорилось в предыдущих разделах, ранний опыт накладывает большой отпечаток на развитие ребенка, его состояние. Эти последствия серьезны, они будут сказываться на всей его жизни долгие годы, и потребуют от родителя большого количества ресурсов и работы. Последствия депривации, жестокого обращения, «коллективной заботы» в учреждениях, жизни в неблагополучных условиях — все это формировало мозг и нервную систему ребенка до его встречи с приемными родителями. Это неизбежно проявится, и надо будет прилагать массу усилий для того, чтобы ребенком был переработан его прежний травматичный опыт и усвоен новый, более адаптивный. Беря на себя масштабную задачу воспитания не кровных детей, приемные семьи помогают обществу прерывать порочный круг неблагополучия: дети-сироты вырастают в детских

домах абсолютно не подготовленными к нормальной жизни в социуме, и их собственные дети не получают должной заботы и необходимого для благополучного развития опыта, и все повторяется по кругу. Для того, чтобы труд приемных семей оказался успешным, часто необходима помощь специалистов, так как взять домой травмированного ребенка — это очень непростая история. Даже с помощью специалистов не быстро решаются многие из трудностей приемных детей. Приемным семьям важна поддержка и на уровне социума, своего непосредственного окружения. Чем больше будет адекватного понимания причин сложностей у приемных детей, чем меньше будет мифов, чем меньше будет искаженных ожиданий от приемных семей, тем легче будет взрослым на пути воспитания детей, принятых в семью. Важно признать для себя, что это наша общая задача: помочь вернуться к нормальной жизни детям, «выпавшим за борт» социума не по своей воле. И если далеко не у каждого взрослого может быть призвание стать приемным родителем, то уж точно многие из нас могут способствовать тому, чтобы приемные семьи и приемные дети чувствовали себя более комфортно — понятыми, принятыми, а не осуждаемыми и «подозреваемыми» — и не продолжали бы «выживать» теперь уже в болоте стереотипов и мифов.

1.2. Мифы детей о приемных родителях

автор материала: детский психолог *Мария Пичугина (Капилина)*

Перед каждым приемным ребенком стоят две важных задачи:

- ◆ привыкание к новой семье и новой жизни;
- ◆ принятие себя и своего прошлого.

В тех случаях, когда взрослые не помогают ребенку понять, что с ним произошло, почему он на самом деле лишился своей кровной семьи, у него может сформироваться искаженное представление об этом, своего рода «миф». Дети редко формулируют их на словах, зато живут в соответствии с ними. У приемных родителей при этом возникает ощущение, что ребенок отчужден, с ним нет близкого контакта, и что вообще он существует как бы в «параллельной реальности».

Ниже приводится авторская классификация наиболее распространенных типов нарушенного самовосприятия детей и соответствующих им представлений — «мифов» о родителях. Важно подчеркнуть, что здесь речь идет именно о нарушенном представлении о родителях. В большинстве случаев родителям и специалистам удается сформировать адекватное восприятие жизненной ситуации у приемных детей.

Типы нарушенных представлений о родителях, характерные **для детей младшего возраста**, сохранивших смутные воспоминания о том, что когда-то у них была другая семья.

«Жертвы киднепинга»

Представления ребенка о самом себе базируются на представлениях о своей семье. Естественное для всякого человека желание чувствовать себя нормальным, а для ребенка — еще и хорошим, значимым образом связано с отношением к своим родителям. Маленькие дети не критичны. Они любят своих родителей не такими, какие они есть, а такими, какими они должны быть. В случае с детьми из неблагополучных семей мы часто имеем дело с идеализацией ими их кровных родителей, подкрепленной процессом переживания утраты. При этом кровные родители воспринимаются как жертвы обстоятельств, сотрудники милиции и учреждений — как «насилники», вмешавшиеся не в свое дело, а приемные родители, пусть и хорошие, но — «**Похитители**». Особенно сильно это проявляется, когда ребенок не удовлетворен отношениями в приемной семье. Тогда, как аргумент в противостоянии с приемными родителями, возникает образ «идеального родителя» — в данном случае кровного. Если желаемое сильно расходится с действительностью, дети могут вытеснять реальные воспоминания, подменяя их фантазиями. У *детей с истероидными чертами личности* компенсаторные мечты могут доходить до того, что они всем рассказывают, что их родители — миллионеры, арабские шейхи и т. д., а сами они «здесь оказались



случайно и временно», до тех пор, когда их найдут. Такие «маленькие принцессы и принцы» и вести себя начинают соответственно: авторитетов среди взрослых для них нет, друзей среди детей — тоже.

«Маленький преступник»

Позиция ребенка в этом случае — «меня бросили, потому что я плохо себя вел(а)». Кровных родителей такой ребенок считает во всем правыми, хочет вернуться к ним и «все исправить». Поведение в приемной семье колеблется от агрессии и провокаций возврата до аутоагрессии («я плохой и не достоин ничего хорошего»). Это отражает, прежде всего, восприятие ребенком разлуки с семьей и связанную с этим боль как наказание за что-то плохое — дальше ребенок сам находит, за что именно. Приемные родители



в этом случае — «**Несведущие личности**», которые со временем поймут, с каким плохим ребенком имеют дело, и сделают то же, что и кровные — бросят. Поэтому, чтобы не оттягивать неизбежное, агрессивный малыш будет драться и ругаться матом на своих новых родителей, а депрессивный ребенок-жертва, например, может страдать анорексией (отторжение пищи, искусственная рвота) или даже «расписывать» стены фекалиями, провоцируя отвращение к себе. Вариация «маленького преступника» — «**Али-Баба**, попавший в пещеру с сокровищами разбойников». Главная задача — вынести как можно больше, пока тебя не «вычислили». Такие дети могут нести деньги или продукты в кровную семью, друзьям во двор или в детский дом. Они не слишком маскируются, поскольку убеждены — все равно их непременно выгонят!

«**Возвращенцы**»

Маленькие дети, знаящие, что от них отказались, все время ждут маму и папу. И когда за ними наконец-то приходят, они часто думают, что это те самые люди, которые когда-то их покинули (что вообще-то вполне логично!). В таких случаях дети боятся или просто не способны открыто обсуждать это с родителями: «вдруг рассердятся и бросят снова». В то же время они испытывают подавляемое беспокойство и агрессию, которые находят выход в немотивированном с точки зрения взрослых деструктивном и провокативном поведении: побеги, капризы, непослушание. Приемные родители для них — «**Изменщики**». Иногда стремление изводить новых родителей и обвинение их начинает носить отнюдь не завуалированный характер, но вот объяснить, в чем же именно родители виноваты, ребенок по существу не может, в том числе и себе самому. Очевидно, что в этом случае гнев ребенка направлен на кровных родителей, которые на самом деле виноваты перед ним. Поэтому у ребенка есть ощущение, что он прав в своем гневе. Только без помощи взрослых ребенок не сможет понять, что он выражает свой гнев не по адресу: не тем, кто перед ним виноват, а тем, кто пытается ему помочь.



«Идеальный ребенок» для «Идеальных родителей»

У детей **старшего дошкольного/младшего школьного возраста** может встречаться позиция: «Раньше все было плохо, а теперь все будет хорошо, я заслужу!». Такие дети реалистично воспринимают ситуацию с неблагополучием в кровной семье и обладают сохранной способностью к привязанности. Они готовы строить новые отношения и очень стараются быть хорошими в них, принимая на себя ответственность за благополучие в новой семье. Но в любых новых отношениях возникают «установочные конфликты», а привязанность формируется далеко не сразу. В результате через некоторое время срабатывает «эффект маятника»: воодушевление сменяется разочарованием, дети падают духом, чувствуют растерянность и безысходность. Надежды на новые отношения были для них «плотиной», сдерживавшей печаль утраты по несостоявшейся любви в кровной семье. И когда «плотина рушится», бежать от нахлынувшей печали некуда — такой ребенок впадает в самую настоящую депрессию.



ВАЖНО! Описанные в разделе убеждения детей существуют не на интеллектуальном, а на эмоциональном уровне — в форме чувств, которые не осознаются.

Что делать родителям и специалистам?

Самим приемным родителям может быть сложно посмотреть на ситуацию извне и оценить происходящее, порой слишком много эмоций захлестывает и детей, и взрослых. В таком случае очень важно привлечь себе в помощь специалистов.

В терапевтической работе со случаями такого рода первый шаг — помочь родителям понять мотивы поступков ребенка и выработать адекватную линию поведения. Понимание причин поведения ребенка снижает эмоциональный накал переживаний взрослых, которые начинают осознавать, к кому на самом деле направлены сильные чувства ребенка, и перестают болезненно воспринимать все на свой счет.

Приемным родителям важно: с одной стороны, контролировать деструктивное поведение ребенка, с другой — не поддерживать разделение ролей в семье на «врага-родителя» и «отчужденного дитя», которые ребенок поневоле навязывает своей новой семье. Очевидно, что очень много зависит здесь от терпения родителей и их способности «не повестись» на предложенную «игру в войну». Психологи, работающие со взрослыми членами семьи, могут оказать в этом существенную поддержку.

В работе с ребенком специалистам последовательно необходимо решать следующие задачи:

1. При помощи тестирования, беседы, проективной диагностики постараться понять основную «претензию» ребенка — так, как он ее для себя формулирует.
2. Работая с чувствами ребенка, помочь ему выразить их и осознанно адресовать тем, кому они должны быть направлены — кровным родителям.
3. Отделить в представлениях ребенка образы кровных родителей от образов приемных родителей, определяя специфику характеров и отношений.
4. Прорабатывать амбивалентные чувства привязанности/гнева в отношении кровных родителей, помогая ребенку от агрессии в процессе переживания утраты кровной семьи перейти к стоящей за ней неудовлетворенной потребности в любви.
5. Ориентировать ребенка на отношения с приемными родителями как на источник нового позитивного опыта и любви.
6. Работая с «Книгой жизни» (специальная техника работы с историей жизни приемных детей и детей-сирот), воссоздавать последовательную историю жизни ребенка, сохраняя все позитивное и переосмысливая негативное (см. список литературы).

ВАЖНО! Излишне говорить о том, какой целительной силой может обладать реальная информация о кровной семье. Зачастую фантазии детей о родителях являются еще и реакцией на отсутствие контактов и сведений о кровной семье. Такое «игнорирование» со стороны кровной семьи ребенок воспринимает как оценку — «я недостоин внимания и любви, я для них — никто!». Не зная правды, легко потерять ориентиры в жизни. В то же время, правда не должна уничтожать, и это уже забота специалистов и близких взрослых.

Отдельно важно выделить **подростковые конфликты с приемными родителями**:

«Гамлеты» и родители-«Узурпаторы»

Реакция эмансипации от семьи в подростковом возрасте характерна для всех детей. Пересмотр авторитетов, негативизм в отношении взрослых становятся неизбежным этапом формирования юношеской идентичности и последующей самостоятельности. Результатом подростковой не критичности и «борьбы за права» становится следующее объяснение всех проблем этого периода в отношениях с приемными родителями: «Я им не родной!». Обычно имеется в виду, что гоняют, как родного, а любят недостаточно. Правда, для многих родителей тоже есть искушение списать все проблемы на «генетику». Но поскольку кроме стереотипов и самолюбия и у родителей, и у детей есть в запасе здравый смысл и взаимная привязанность, чаще всего конфликтные ситуации удается разрешить.



Что делать родителям и специалистам?

Родителям в данной ситуации очень важно суметь разглядеть лежащие за словами ребенка переживания, мысли и чувства. Не принимать все разом лично на свой счет, а также не увлекаться мыслями про «генетику» (см. текст про мифы). Иногда самим родителям надо сначала разобраться со своим собственным отношением к истории жизни ребенка и к его кровной семье, чтобы не привносить «лишних» эмоций в контекст взаимодействия с ребенком. Важно помнить про то, что подросток неизбежно будет заново перебирать историю своей жизни, примерять информацию о кровной семье на себя взрослеющего. И если у родителей раньше было привычкой время от времени обсуждать с ребенком его простую биографию, то ни в коем случае не надо переставать обращаться к этим темам и теперь, когда ребенок уже подросток. В подходящие спокойные моменты обсуждать события простого детства; сочувствовать произошедшему; проживать с ребенком его чувства по поводу случившегося; вместе разбираться, почему так могло случиться, что кровная семья не справилась; поддерживать то, что у ребенка с его приемными родителями общего и т. д. Если в семье подобные темы редко обсуждались, то стоит подумать, как их включить в контекст текущей жизни.

Если же точек соприкосновения у приемных родителей с ребенком практически не осталось, если накал страстей зашел в семье далеко, и ни одна сторона не может остановиться, то стоит обратиться за помощью к психологу.

Цель работы психолога со всей семьей в такой ситуации — снять общее эмоциональное напряжение, помочь вспомнить о том позитиве, который есть в отношениях членов семьи, и выйти на конструктивный уровень общения. Главное — найти альтернативный расставанию выход из ситуации. Кроме этого, большую роль играет индивидуальная работа с приемными детьми-подростками: проработка темы «лояльности» к кровной семье и формирования подростковой идентичности, когда разделяется признание (или привязанность) к кровным родителям от желания следовать за ними, повторяя их ошибки. Опыт показывает, что социальная наследственность имеет большее значение, чем «генетика» — и, в отличие от генетики, не столь незыблема.

Хочется еще раз отметить важность и обязательность работы с жизненной историей всех перемещенных детей: с объяснением и переосмыслением всех фактов и событий этой истории, признанием и проработкой непростых чувств детей к значимым для них взрослым. Дети к большинству ситуаций относятся так, как к ним относятся их близкие взрослые. И чем ребенок младше — тем эта закономерность сильнее. Боязнь «травмировать» ребенка обсуждением проблем его жизни отражает нежелание взрослых иметь дело с болезненными переживаниями детей. Результат такого замалчивания: дети остаются один на один с мучающими их вопросами, и ответы, которые они находят или придумывают, зачастую хуже и вреднее, чем правда, тем более та правда, которая разделена и смягчена сочувствием взрослых.

Представление о том, какой «миф» в голове у приемного ребенка, может помочь родителям понять его поведение и не воспринимать происходящее слишком лично. Так сильные эмоции меньше начинают мешать детско-родительскому взаимодействию. Также это дает направление проработке истории жизни ребенка с нужными акцентами.

В конце пособия приведен список полезных источников. Знакомясь с данными материалами, приемные родители найдут и описание способов работы с историей жизни приемного ребенка, и разнообразные стратегии взаимодействия с детьми. Семьи могут воспользоваться предложенными рекомендациями или, опираясь на них, создавая свои вариации, подходящие именно для их ребенка.

2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ДЕТЕЙ, ПЕРЕЖИВШИХ РАЗЛУКУ С СЕМЬЕЙ

Авторы материала: *Мария Пичугина (Капилина), Татьяна Панюшева*

Утрата родителей — самое тяжелое событие, которое может произойти в жизни ребенка. Оказавшийся на попечении государства ребенок нуждается в правильном участии взрослых, задача которых настолько возможно смягчить и восполнить эту утрату. Данная брошюра адресована именно таким взрослым, воспитателям детских домов и интернатов, приемным и патронатным родителям, опекунам и всем тем, кому безразличны проблемы детей-«социальных сирот».

1. Утрата семьи: заблуждения и реальность

- ♦ «ребенок маленький, он ничего не понимает»
- ♦ «ему все равно»
- ♦ «он быстро все забудет»

Таковы ошибочные представления о том, что значит для ребенка разрыв с родной семьей.

Утрата семьи, даже если она была неблагополучной — это двойная травма для ребенка: с одной стороны, это плохое обращение в родной семье и негативный жизненный опыт, с другой — сам факт разрыва с семьей.

- ♦ «ребенок не может любить родителей, которые плохо с ним обращались»
- ♦ «если любит, значит сам такой же ненормальный»

Вопреки подобным убеждениям, *сохранение привязанности к родителям является одним из признаков «нормальности» ребенка, а потребность любить и быть любимым — естественной для всякого душевно здорового человека.* Эти дети любят своих родителей не такими, какие они есть, а такими, какими они должны были бы быть, думывая хорошее и не замечая плохое.

Что испытывает ребенок, изъятый из семьи?

- ♦ Разлука с семьей, по сути, является признанием того, что для данного ребенка быть любимым своими родителями — невозможно.
- ♦ Детям трудно адекватно оценить причины изъятия их из семьи, и они могут воспринимать это как насилие.
- ♦ Даже если перемещение из родной семьи было ожидаемым, дети испытывают страх и неуверенность, чувствуют себя зависимыми от внешних обстоятельств и незнакомых им людей. После изъятия из семьи ребенок может быть подавлен, безучастен к происходящему или агрессивен.
- ♦ Все дети из неблагополучных семей хотят, чтобы их родные родители были нормальными, заботливыми и любящими. Разлука с ними приносит ребенку боль, обиду на родителей и на «жизнь вообще», чувство отверженности и гнев.

ВАЖНО! Близкий взрослый не может изменить прошлое ребенка, но может помочь, признавая реальность произошедшего и помогая ребенку прожить все возникающие сложные чувства — быть ему опорой на этом пути.

2. Привязанность и семья в жизни ребенка

Теория привязанности была разработана Джоном Боулби и его коллегами в середине XX века, и затем развивалась М. Эйнсворт, М. Мэйн, П. Криттенден. Формат методички не позволяет подробно раскрыть тему и описать все существующие модели в рамках теории привязанности. Задача авторов данного раздела — в целом обозначить, как опыт ранних отношений ребенка с близким взрослым сказывается на его развитии и качестве его отношений с другими людьми в дальнейшей жизни.

Значение близких отношений в жизни ребенка:

- ◆ Привязанность для ребенка по своей сути — это стремление к близким отношениям со значимым взрослым и старание эту близость сохранить.
- ◆ Ребенок приспосабливается к поведению взрослого, стремясь получить заботу и внимание и избежать дискомфорта/опасностей в этих отношениях.
- ◆ Это гибкая система адаптации, которая меняется в течение всей жизни в зависимости от того опыта, который человек получает в близких отношениях.
- ◆ Глубокие эмоциональные связи со значимыми людьми служат основой и источником жизненных сил для каждого из нас.
- ◆ Для детей это жизненная необходимость: младенцы, оставленные без эмоционального тепла, могут умереть, несмотря на нормальный уход, а у детей постарше нарушается процесс развития.
- ◆ Благополучная история отношений с близким взрослым в раннем детстве способствует развитию у детей доверия к другим людям, и одновременно — уверенности в себе.



Последствия неблагоприятных отношений со взрослыми в раннем детстве:

- ♦ Ребенок, не имевший безопасных и надежных отношений со значимыми взрослыми, ощущает свою малоценность и уязвимость; винит себя за какой-то неведомый изъян, послуживший причиной плохого отношения со стороны взрослых.
- ♦ Отвергаемые дети неблагоприятны эмоционально — это гасит их интеллектуальную и познавательную активность.
- ♦ Такие дети значительно отстают в навыках самообслуживания.
- ♦ Отсутствие адекватной развивающей среды, плохая забота о физическом здоровье и недостаточность общения со взрослыми приводит к отставанию в интеллектуальном и эмоциональном развитии у детей из неблагоприятных семей.
- ♦ Испытывают недоверие к миру и большие трудности в поддержании близких отношений, что впоследствии затрудняет адаптацию к приемной семье и к социуму.



ВАЖНО! Основными причинами диспропорционального развития детей-«социальных сирот» являются именно родительская депривация и последствия жестокого обращения, а не «наследственность» и органические нарушения.

Потребность в привязанности — врожденная, младенец полностью зависит от взрослого, и для него эти отношения — вопрос выживания. В идеале ребенок нуждается в надежном, чутком и предсказуемом взрослом. Надежный взрослый всегда приходит на помощь в случае проблем; предсказуемый взрослый последователен в своих реакциях на поведение ребенка; чуткий взрослый адекватно и своевременно реагирует на чувства и потребности ребенка.

В реальности взрослые могут вести себя в отношениях с ребенком очень по-разному, и дети приспосабливаются к тому, что есть. Взрослый может быть с ребенком не чутким, но реагировать достаточно предсказуемо: например, регулярно игнорировать ребенка, когда тот проявляет негативные эмоции/свой дискомфорт, но отзываться на него в других ситуациях. Тогда малыш научится «прятать» все свои негативные эмоции и не проявлять свои потребности. Или взрослый может быть для ребенка предсказуемо опасен в определенных ситуациях (к примеру, в алкогольном опьянении), и тогда малыш научится считывать состояния взрослого и избегать контакта с ним в эти моменты. Другой вариант — когда взрослый и не чуток к ребенку, и не предсказуем в своих реакциях. Тогда ребенку придется найти способ, как сделать поведение взрослого понятным и предсказуемым для себя, потому что находиться в хаосе и неопределенности слишком невыносимо и тревожно. Малыш может научиться, например, каким-то своим поведением вызывать взрослого на понятную для себя реакцию. Именно из такого опыта может развиваться история, когда ребенок умеет криком или проблемным поведением как бы провоцировать взрослого на крик или даже удар в свой адрес. Казалось бы, зачем это ребенку надо, это же неприятно?! На самом деле, если ребенок живет в хаосе и полной неопределенности, то такое умение вызвать взрослого на предсказуемое действие может успокаивать ребенка, давать ему ощущение хоть какого-то контроля и понимания, что будет дальше. В каждом из описанных кратких примеров адаптации к поведению взрослого ребенок заплатит в будущем свою «цену» (имеются в виду последствия для развития ребенка, его способности устанавливать близкие отношения и пр.).

ВАЖНО! Когда ребенок приходит в приемную семью, то во взаимодействии с приемными родителями он проявляет тот свой опыт, который успел ранее в жизни приобрести с другими взрослыми. Какие бы странные реакции он ни выдавал — это то, что помогало ему выживать в прежних отношениях. Родителям важно помнить об этом и не принимать слишком лично то, что «выдает» ребенок. Именно в приемной семье у ребенка появляется шанс получить новый опыт отношений и перестроить свои модели взаимодействия. Это потребует и времени, и значительных усилий взрослых. На этом сложном пути родители могут заручиться поддержкой психологов, которым они доверяют.

3. Этапы переживания горя и потери

Разлука с семьей, даже благополучной — утрата для ребенка, которая сопровождается переживанием горя. Это травма, оказывающая разрушительное воздействие на все уровни жизнедеятельности — физический, психологический, социальный.

Дети, переживающие горе:

- ♦ не знают, что должны делать и чувствовать, у них отсутствует модель поведения в скорби
- ♦ в силу отсутствия опыта не могут понять, что утрата означает полную перемену жизни, отсутствие изо дня в день и навсегда того тепла и защиты, которые давали отношения с ушедшим человеком (или людьми)
- ♦ не могут облечь свои переживания в слова и вместо этого как бы «замирают», а их поведение может выглядеть таким же, как всегда, что и приводит к ошибочным заблуждениям наподобие «дети не понимают» или «им все равно».

Способность ребенка справляться со стрессом зависит от следующих факторов:

- ♦ социальное и эмоциональное благополучие ребенка в момент травмы
- ♦ опыт привязанности и близких отношений с другими взрослыми
- ♦ присутствие и забота близких ребенку людей в момент травмы
- ♦ индивидуальная динамика переживаний и способы реагирования.

Способы реагирования и снятия напряжения ребенком в стрессе (как это бывает и что помогает):

- ♦ побыть там, где чувствуешь себя спокойно, в безопасности
- ♦ отойти от окружающих на некоторое время, побыть в одиночестве, чтобы «прийти в себя»
- ♦ использовать приемы самоуспокоения, которые помогают именно тебе (физическая активность, хобби, глубокое дыхание и т.п.)
- ♦ отреагировать с помощью символических игр и фантазии

Личностные характеристики, помогающие пережить стресс:

- ♦ активность и самостоятельность ребенка
- ♦ самоуважение и вера в себя
- ♦ уживчивость и способность обращаться за помощью, когда это необходимо
- ♦ гибкость и способность приспосабливаться к новому
- ♦ ответственность за кого-то, кроме себя

ВАЖНО! Для ребенка отчуждение от родной семьи начинается не в момент изъятия, а в момент помещения в новую семью или учреждение.

Этапы переживания горя ребенком:

- ♦ *Отрицание:* дети бессознательно не воспринимают потерю, стараются не думать о том, что произошло, плывут по течению. Это непродолжительный период, за которым следует либо эмоциональный «взрыв», либо соматические и поведенческие проявления вытесняемых переживаний: рассеянность, частое впадение в прострацию, расстройство учебной и любой другой деятельности, требующей сосредоточенности и логики, капризы и слезы «без повода», ночные кошмары, расстройства желудочно-кишечного тракта и сердечной деятельности и т. п.
- ♦ *Гнев и смешение чувств:* характеризуется появлением сильных, иногда взаимоисключающих эмоций: тоска, злость, депрессия, чувство вины, тревога. В этот период дети чрезвычайно чувствительны, и они особенно нуждаются в помощи, чтобы эти подавленные чувства не нанесли вреда.
- ♦ *Свыкание с потерей:* в целом, в период адаптации к приемной семье и свыкания с потерей, поведение ребенка характеризуется противоречивостью и неуравновешенностью, присутствием сильных чувств (которые могут подавляться) и расстройством учебной деятельности. Обычно адаптация происходит в течение года.

ВАЖНО! Если какие-либо из перечисленных выше проявлений сохраняются на более долгий срок, стоит обратиться за помощью к специалистам.

Рекомендации родителям:

- ♦ *Определенность:* ребенку важно знать, что будет дальше, какие порядки в том месте, куда он пошел. Старайтесь все время кратко, но внятно рассказывать ребенку о том, что будет дальше происходить.
- ♦ *Утешение:* если ребенок подавлен, и проявляет другие признаки горя, постарайтесь мягко обнять его и скажите о том, что вы понимаете, как ему грустно. Важно: если ребенок расплакался — не останавливайте его сразу. Побудьте с ним вместе, и через некоторое время успокойте: если слезы есть внутри, лучше их выплакать.
- ♦ *Физическая забота:* узнайте пожелания, предпочтения и привычки ребенка и по возможности их учитывайте.
- ♦ *Инициатива:* иницилируйте положительное взаимодействие с ребенком, проявляйте первыми внимание и заинтересованность его делами и чувствами, задавайте вопросы и выражайте тепло и участие, даже если ребенок кажется равнодушным или угрюмым. Важно: не ждите ответного тепла сразу.

- ♦ *Воспоминания:* ребенок может захотеть поговорить о том, что с ним было, о своей семье. Важно: отложите, если возможно, свои дела на потом, или выделите специальное время, чтобы поговорить с ребенком.
- ♦ *Памятные вещи:* фотографии, игрушки, одежда — помните: каждый ребенок, переживший разлуку или утрату, должен иметь что-то на память, и недопустимо выбрасывать это, тем более без его согласия.
- ♦ *Помощь в организации дел:* дети часто чувствуют себя растерянными в новом месте при таких серьезных изменениях в своей жизни. Вы можете обсуждать и планировать его дела вместе, давать конкретные советы по поводу какой-либо деятельности, писать записки-памятки и т. д.

ВАЖНО! Помните, исправить все сразу нельзя. Сначала ребенок должен привыкнуть к вам, принять изменения в своей жизни, и только потом он будет меняться сам.

4. Нарушенная идентичность

Идентичность — знание того, из каких разных частей состоит наша личность. Это принятие себя, необходимое для того, чтобы успешно продвигаться по жизни с ощущением собственной целостности. Идентичность возникает благодаря соотношению с системой социальных координат, нормами и ценностями семьи и общества, в котором живет человек.

Знание о своих предках и своей семье — «чувство корней» — помогает человеку понять, каково его место в истории этой семьи и в жизни в целом, это знание тесно связано с понятиями «долг» и «смысл жизни». Оно позволяет определить жизненные задачи и осознать значимость собственного жизненного пути.

ВАЖНО! Сохранение важных для ребенка связей с другими людьми, допустимых привычек, личных, в том числе памятных, вещей, восстановление жизненной истории самого ребенка и сбор сведений о его семье (составление «Книги жизни») частично смягчают боль потери и способствуют формированию идентичности.

Нарушение идентичности.

Разлука с семьей приводит не только к разрыву отношений привязанности, но и к перемене социального и психологического статуса, нарушается восприятие себя и собственной жизни — оно приобретает неустойчивый и фрагментарный характер, в результате чего создается ощущение неадекватности.

Помощь детям, растущим в замещающих семьях, по восстановлению идентичности.

Основной принцип — Постоянство и Непрерывность.

- ◆ *Настоящее: разделение чувств и предоставление стабильности.*
 - объяснение приемлемым образом ребенку необходимости перемещения
 - сообщение о том, что будет происходить в ближайшее время и что планируется в будущем
 - работа с возникающими эмоциональными проблемами: признание страха, тревоги ребенка, его печали и неуверенности по поводу будущего
 - предоставление конкретного места и наличие конкретного заботящегося лица
 - сохранение имени и фамилии, любимых вещей и допустимых привычек
- ◆ *Прошлое: осмысление и принятие.*
 - обеспечение информацией о прошлом
 - «Книга жизни» — материальные свидетельства о прошлом: фотографии самого ребенка прежде и теперь, значимых людей и мест, записи и т. д.
 - контакты, насколько они уместны, с кровной семьей и прежними знакомыми
 - выяснение того, как именно ребенок объясняет расставание с семьей
 - помощь ребенку в осознании связи между имеющимися проблемами в настоящем (замешательство/депрессия/агрессия) и прошлым травматическим опытом
 - нахождение ресурсов и сильных сторон в прошлом и настоящем ребенка
- ◆ *Будущее: цели и перспективы.*
 - признание различия между биологическим и психологическим (приемным) родительством без оценки этого различия
 - помощь в построении моделей будущей самореализации.

ВАЖНО! Позитивные изменения в поведении ребенка происходят постепенно, и вопрос времени — очень серьезный. Принятие личности ребенка, укрепление привязанности с ним, терпеливое поощрение развивающихся положительных черт, поддержка и предоставление альтернативных, социально адекватных моделей поведения постепенно приводят к тому, что новый опыт усваивается и начинает приносить плоды. Помните, все сразу никогда не получается. Если вы окружите нового члена семьи заботой, лаской и участием, вы сможете растить человека, верящего в настоящее и будущее. Человека, который будет считать вас родителями.

3. ПРИЕМНЫЕ ДЕТИ И СДВГ

автор материала: *Инна Пасечник*, психолог

Природа синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) физиологическая. То есть ребенок рождается с такими особенностями нервной системы. Проявляется это, как правило, в дошкольном возрасте, и причиняет ущерб личному, социальному, академическому и/или профессиональному росту. Ранее некоторые эксперты считали СДВГ расстройством поведения, но СДВГ имеет хорошо обоснованную неврологическую подоплеку. Важно подчеркнуть, что диагноз СДВГ может поставить ребенку либо невролог, либо психиатр.



Важным условием для постановки СДВГ является проявление такого поведения в 2-х и более социальных средах, то есть не только дома или в детском саду, но и дома, и в детском саду, и на улице. В современной классификации болезней предполагается, что некоторые симптомы могут впервые появляться до 12 лет, хотя ранее считалось, что до 7 лет.

В мировых классификациях болезней выделяют вариант нарушения, при котором синдром невнимательности присутствует без гиперактивности, а есть варианты, где на первый план выходят гиперактивность и импульсивность. И, само собой, именно дети со вторым вариантом нарушения вызывают много беспокойства

у родителей и учителей. Главный возникающий вопрос — что же делать с таким ребенком? Как помочь ему дома и в школе вписываться в социум и не чувствовать себя неуспешным?

Прежде чем перейти к описанию основных трудностей детей с СДВГ и к практическим рекомендациям, остановимся на том, в чем специфика приемных детей в контексте данной темы. Может показаться, что среди приемных детей больше распространены проявления СДВГ, чем в обычной популяции. С одной стороны, этот факт недостаточно исследован. Однако зная основные известные на сегодня причины возникновения СДВГ, можно предположить, что это так. Причины возникновения синдрома дефицита внимания и гиперактивности:

- 1) чаще всего (в 70% случаев) СДВГ — это наследственное нарушение развития. Это означает, что у биологического родителя ребенка также СДВГ (СДВГ как любая особенность развития остается у человека на всю жизнь, просто многие проявления компенсируются во взрослом возрасте). Людям с данным синдромом адаптироваться в этом мире сложнее, чем людям без СДВГ. Поэтому можно предположить, что среди не справившихся с жизнью родителей большее число людей с СДВГ;
- 2) дефицит внимания и гиперактивность нередко является частью ФАС (фетальный алкогольный синдром, токсический эффект от употребления алкоголя во время беременности);
- 3) СДВГ чаще встречается у детей, родившихся с сильным дефицитом веса.

Однако важно обратить внимание на то, что поведение ребенка с повышенной тревожностью может выглядеть так же, как поведение ребенка с СДВГ. Поэтому специалистам и приемным родителям стоит быть внимательными, особенно в период взаимной адаптации семьи и ребенка друг к другу.

Для приемных детей бывает характерным проявление высокого уровня тревоги в формате, внешне очень напоминающем СДВГ. От обилия новой информации, новых людей и мест, от перемены всей своей жизни (переезд в приемную семью) уровень тревоги у ребенка резко возрастает. А так как многие приемные дети испытывают проблемы с распознаванием и выражением своих эмоций, то тревога выливается в буквальном смысле слова в «хождение по потолку». Этот вариант развития событий можно отличить от истинного СДВГ, внимательно наблюдая за ребенком в ходе его адаптации к семье. Если по мере «обживания» нового пространства и налаживания отношений с членами семьи ребенок становится заметно спокойнее, реже проявляет импульсивность и суетливость, улучшается его самоконтроль и т. д., то с большой долей вероятности у такого ребенка не было настоящего СДВГ.

Далее в тексте описываются особенности детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, и даются конкретные рекомендации, написанные изначально для учителей. Однако хочется отметить, что эти рекомендации очень полезны и для родителей. Все описанные идеи помощи ребенку можно модифицировать для самых разных жизненных ситуаций вне школы.

Рекомендации для педагогов по детям с СДВГ

автор материала: *Инна Пасечник*, психолог

Физиологическими особенностями детей с СДВГ являются следующие проявления:

1) Ребенок нуждается в том, чтобы постоянно двигаться, ему трудно во время уроков сидеть ровно: такие дети отвлекаются, разговаривают на уроках, «крутятся», раскачиваются, сидят, подложив ноги под себя, при утомлении их моторная активность повышается.

Это связано с особенностями работы мозга у детей с СДВГ, они нуждаются в постоянном поступлении питательных веществ в мозг, которое возможно только при движении. Если ребенка с СДВГ убедить сидеть спокойно, то ему будет труднее думать.

В связи с этим рекомендуется позволять определенный уровень моторной активности ребенку во время урока. Например, если ребенок утомляется, то разрешать ему (находить законный повод) походить по классу или сделать несколько активных упражнений (протереть с доски, раздать тетради, сходить за водой).

2) Ребенок очень устает от рутины, ему становится невыносимо скучно делать однотипные задания, если он уже разобрался.

В связи с этим в мировой педагогической практике принято снижать количество однотипных заданий (в том числе домашних заданий) для детей с СДВГ на 30%, не требовать от них выполнения всех примеров, в случае, если ребенок уже усвоил тему. Количество повторений у детей с СДВГ никак не влияет на качество усвоения информации.

Кроме того, допустимо, чтобы ребенок с СДВГ мог во время урока рисовать в черновике или крутить что-то в руках. Они склонны делать несколько дел одновременно, что никак не влияет на качество восприятия информации на уроке. В противном случае, ребенок начинает отвлекать своих соседей, активно двигаясь и разговаривая с ними.

3) Ребенок с СДВГ чаще всего не способен красиво и аккуратно оформлять свои работы, он допускает исправления, помарки, неточное оформление заданий.

Рекомендуется обращать внимание на содержание работы, а не на качество ее оформления, так как регулярное снижение балла за неправильно оформленную работу будет значительно снижать мотивацию к учебе.

4) Дети с СДВГ боятся больших объемов.

Если ребенку с СДВГ сразу предложить выполнить 20 примеров, он испугается и впадет в ступор или отчаяние, так как большие объемы работы его пугают. Однако, если ребенку дать те же 20 примеров на отдельных карточках 5 раз по 4 примера, это заметно улучшит его производительность. Ребенок с удовольствием выполнит все 20 примеров, кроме того это будет хорошая возможность

подвигаться между получением следующей карточки. Таким образом, детям с СДВГ необходимо делить большие объемы заданий на несколько маленьких частей.

5) Ребенок с СДВГ может забывать бытовые вещи и часть пунктов при выполнении задания по плану (плохая оперативная память).

Часто детям с СДВГ снижают оценки из-за того, что они забывают выполнять часть заданий в упражнениях. Рекомендуется отдельно концентрировать их внимание на всех пунктах задания в упражнении. Например, спрашивать именно этого ребенка, что нужно не забыть выполнить в задании.

Кроме того, эти дети склонны забывать свои вещи. Поэтому можно им чаще напоминать о них или отдельно поощрять за то, что не забыл все взять с собой.

6) Ребенок с СДВГ часто отвлекается.

Желательно детей с СДВГ сажать ближе к учителю, чтобы им легче было сосредоточиться, а в случае, если ребенок отвлекся, слегка прикоснуться к его руке, чтобы он смог снова сконцентрировать внимание. Возможно специально обсудить с ребенком способы, с помощью которых он сможет не отвлекаться на уроке.

7) Дети с СДВГ плохо ориентируются во времени.

Это никак не связано с интеллектуальным развитием ребенка. Однако, ребенок с СДВГ часто не замечает, что прошло больше времени, чем он рассчитывал. В результате, дети опаздывают, не успевают что-то доделать. В таких случаях рекомендуется либо самостоятельно напоминать время, либо научить ребенка ставить таймер, либо ставить таймер или песочные часы так, чтоб их видели дети и могли самостоятельно ориентироваться.

8) Ребенок с СДВГ может очень чем-то увлекаться, это его сильная сторона, поэтому в случае, если ребенок в чем-то неуспешен, то можно восстановить его авторитет в глазах одноклассников через привлечение его к деятельности, к которой он проявил интерес и показал свою осведомленность.

9) Дети с СДВГ импульсивны.

Ребенку с СДВГ трудно удержаться и не выкрикнуть на уроке, если он знает ответ, ему трудно не вмешаться в деятельность, если происходит что-то для него интересное.

На уроках возможно введение специальных табличек, на которых дети могут фиксировать ответ на вопрос учителя, чтобы им не надо было терпеть, если отвечает другой ученик. А также возможно введение специального поощрения для ребенка, если он не выкрикнул, проявил терпение. Например, в случае, если ребенок удержался от импульсивного действия, разрешить ему раздать тетради.

10) Дети с СДВГ эмоциональны.

В связи с этим они могут сильно обижаться, если у них что-то не получается или с ними не общаются одноклассники (дети с СДВГ очень коммуникабельны: любят поговорить, пообщаться со всеми). В этом случае ребенку нужна поддержка или помощь в налаживании отношений с одноклассниками, можно вмешаться

в игру детей и распределить роли, показав ребенку, как он может участвовать в игре. В противном случае могут возникать конфликты между ребенком с СДВГ и другими детьми.

- 11) Ребенка с СДВГ можно научить выполнять те вещи, которые для него сложны по физиологическим причинам, но для этого ему нужно создать внешнюю мотивацию.

Для этого используется система поощрения (бонусная система). Ее возможно использовать совместно с родителями. Например, вводится несколько правил (3 правила), которые ребенок должен выполнять в школе, за выполнение которых ребенок получает «плюсики» от учителя в специальный дневник (такой дневник ребенок готовит сам дома, красиво оформляя его). Правила должны быть короткими и конкретными. Например, «ожидаться, когда тебя спросит учитель, не выкрикивать», «выполнять все задания в классе» («записывать все примеры в тетрадь») и т. д. При этом за выполнение правил на каждом уроке ребенок получает плюсики, плюстик ставится каждый раз, когда ребенок выполняет правило. Далее родители награждают ребенка за определенное количество «плюсиков». Для этого дома составляется лист вознаграждений: каждый «бонус» стоит определенное количество «плюсиков».

Эта система — исключительно система наград, то есть «минусы» не ставятся и «плюсики» не сгорают. Это связано с тем, что поведение ребенка с СДВГ такое непоседливое, что «плюсики» он будет терять быстрее, чем их накапливать, и таким образом система перестанет работать, ребенок потеряет к ней интерес и, в результате, не возможно будет ребенка чем-то замотивировать.

Детей с СДВГ необходимо вести только на системе поощрения, система наказаний либо не работает, либо быстро приводит детей с СДВГ к депрессиям, что также ухудшает их поведение.

- 12) Система выработки навыка желательного поведения может быть использована и для всего класса в целом (Система Б. Фурмана «Навыки ребенка» (Kid's skills) — есть такая книга).

В этом случае выбирается один навык, которому учится весь класс. Например, быть готовым к уроку вовремя. Это значит, что, как только прозвонит звонок, дети должны ровно стоять около своей парты, на столе должны лежать вещи, необходимые на уроке. Если все дети смогли это сделать, то учитель их хвалит и кладет шарик в специальную банку. Когда банка оказывается полной, это означает, что класс освоил навык. За это дети награждаются тем, что они любят: чаепитие, грамота от директора, поход в зоопарк.

Опыт применения такой программы показал, что при выработке одного навыка дети становятся в целом успешнее во всех сферах и их поведение становится лучше в целом.

- 13) В целом, ребенка можно привлекать к помощи учителю, это его сильно вдохновит, поднимет ему настроение и мотивирует на сотрудничество.

4. СЕНСОРНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ

автор материала: клинический психолог *Алена Синкевич*

Ранний опыт у детей с сиротством в социальном анамнезе редко бывает благополучным. Часто в самом начале жизни никто не следил внимательно за потребностями и состоянием ребёнка, не отвечал чутко на его нужды, не называл его эмоциями и телесные потребности. Ребенок не мог «отражаться» в близком взрослом. В результате вырастают дети, которые плохо умеют воспринимать сигналы внешнего мира и внутренние сигналы своего тела. Эти сигналы могут плохо улавливаться, плохо передаваться, плохо обрабатываться мозгом. Перечисленные дефициты и дефекты восприятия и привели к тому, что стал формироваться специальный подход к проблемам такого рода, который выразился в Сенсорной Интеграции.

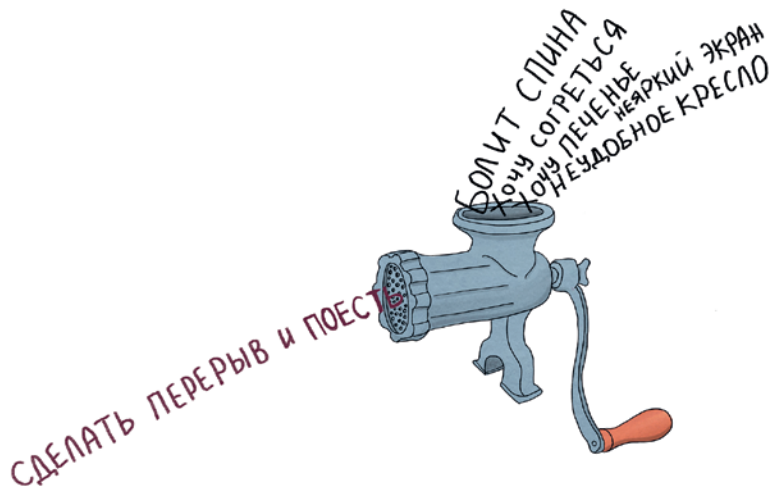
Сенсорная интеграция как процесс — это незаметная работа по объединению сигналов от всех органов чувств в единую картину, которую наш мозг учится делать еще до момента рождения, и совершенствуется в течение всей жизни. Сенсорная интеграция помогает нам целенаправленно действовать и адаптивно реагировать на то, что происходит вокруг и внутри нас.

Если говорить еще проще — органы чувств должны уметь принять сигналы и передать их на обработку в мозг, а мозг должен принять большое количество сигналов и интегрировать их в общую картину, расставив информацию по приоритетности в соответствии с потребностью в безопасности, желаниями и намерениями владельца тела и мозга.

Сенсорная интеграция предлагает такую классификацию ощущений:

- ◆ Ощущения, говорящие нам о воздействии внешнего мира на тело (экстероцепторы, или внешние рецепторы):
 - зрительный образ (зрение);
 - звук (слух);
 - вкус (вкусовые ощущения);
 - запах (обоняние);
 - прикосновение (осязание).
- ◆ Ощущения, говорящие нам о положении тела в пространстве и о движениях, которые мы совершаем:
 - положение и движение (проприоцептивные ощущения);
 - действие силы тяжести, положение головы и направление движения тела (вестибулярные ощущения)
- ◆ Ощущения, говорящие нам о том, что происходит внутри тела (интероцепторы, или внутренние рецепторы):
- ◆ висцеральные ощущения (например, сытость как приятное легкое растяжение стенок желудка, также ощущение дыхания, глотания, сердцебиения и т. д.).

Сенсорная интеграция описывает слаженную работу разных систем мозга, которые обрабатывают воспринимаемые сигналы от органов чувств. Это значит, что даже если у человека острое зрение и отличный слух, он может не осознавать, что видит и слышит, или неадекватно на это реагировать, не замечая очевидных стимулов или пугаясь того, что для большинства людей не является пугающим.



Система обработки сенсорной информации состоит из многих элементов. Это и сам орган слуха, который «переводит» с «языка» колебаний воздуха на «язык» нейронных импульсов, и отделы мозга, которые объединяют сигналы, воспринимаемые ухом, в «стерео-звук. Только когда все части системы обработки сенсорной информации работают слаженно, можно не только слушать, но и слышать, и понимать.

Сенсорная интеграция оказывает влияние на познавательное развитие. Любое «понимание», даже абстрактные научные понятия, с которыми знакомит школа, опираются на наш телесный опыт. Когда мы думаем о чем-то, образ предмета или фигуры встает перед нашими глазами, опираясь на телесные воспоминания о контакте с этим или похожим предметом.

«Биссектриса — это такая крыса, которая бежит по углам и делит углы пополам».

Сенсорные нарушения не исключают высокого интеллекта и хорошей успеваемости. Но ребенку с сенсорными нарушениями приходится тратить на познание больше сил. Это связано с тем, что для восприятия и познания очень важны навыки саморегуляции и активации, которые могут быть недостаточно развиты у детей с сиротским опытом. Процессы саморегуляции и активации также описываются сенсорной интеграцией.

Саморегуляция — это способность сохранять внутреннюю стабильность на относительно стабильном уровне. Саморегуляция бывает:

- ♦ Физическая — она регулирует истощение, позволяет чувствовать свои физические потребности (голод, сон, туалет), видеть возможности и риски в окружающем пространстве, адаптировать движения под особенности среды, осуществлять физическое взаимодействие с другими людьми (адекватное ситуации и безопасное)
- ♦ Эмоциональная — она позволяет успокаивать себя, когда расстроился; выражать обиду и злость без физической агрессии, различать собственные эмоции и эмоции других людей, сохранять стабильность собственного эмоционального состояния, коммуницировать с другими людьми (адекватным ситуации и безопасным образом)
- ♦ Активности — она позволяет сосредотачивать внимание на задаче, планировать активность и получать ожидаемый результат, организовывать игру/деятельность в конкретном пространстве, с конкретными людьми, с конкретными правилами и т. д.

Активация — это состояние нервной системы с точки зрения ее возбуждения и готовности реагировать на внешние стимулы. Высокий или низкий уровень активации определяют:

- ♦ Скорость реакции (поведение)
- ♦ Темп восприятия (обработка)
- ♦ Импульсивность
- ♦ Истощение (выносливость)
- ♦ Качество внимания

У каждого человека есть свой привычный уровень активации, на фоне которого он живет и действует.



«Что-то сегодня недостаточно быстро крутит!»

При этом, для каждой задачи у нас есть оптимальный уровень активации — когда уровень возбуждения и состояние нервной системы максимально соответствует поставленной задаче. Иногда оптимальный уровень — это узкий коридор, в который сложно попасть. Например, какой уровень активации нужен ребенку, чтобы написать хорошее сочинение? Нужен высокий темп восприятия, чтобы не сидеть по часу над каждой идеей, эффективное планирование, активное внимание и в то же время — активный контроль импульсов, чтобы не отвлекаться на посторонние звуки или демотивирующие желания. Хорошо бы еще заранее заметить источник (которое рано или поздно происходит у всех), чтобы завершить текст до того, как кончатся силы. И, конечно, нужен навык и мастерство, чтобы управлять таким огромным количеством процессов и функций!

Уровень активации сенсорных систем влияет не только на решение конкретных задач, но и на качество жизни в целом. Если активация выше оптимальной, ребенок может подскакивать от каждого телефонного звонка или автомобильного сигнала за окном. Если ребенок не выспался и уровень активации упал, ему может быть сложно сосредоточиться на конкретной задаче, и его внимание начнет «блуждать» вслед за внешними стимулами. Для некоторых детей слишком высокая или слишком низкая активация нервной системы — это постоянный фон их жизни. При этом ребенку трудно сформулировать, что же с ним не так, потому что ему не с чем сравнивать — он не знает или не помнит оптимального состояния.

Наконец, сенсорная интеграция ориентирована на разнообразную деятельность — не только познавательную. Для того, чтобы попасть ложкой в рот, забить гол или просто отсидеть весь урок на стуле, не сползая с него и не укладываясь на парту, — для всего этого нужна сенсорная интеграция.

У детей с опытом сиротства или опытом жизни в семье, которая не уделяла ребенку достаточного внимания, сенсорные проблемы могут проявляться в самых разных сферах деятельности и поведения.

Психологические проблемы

Из-за плохой сенсорной интеграции могут возникать психологические проблемы, точнее проблемы, которые мы склонны расценивать, как психологические. Собственно, нет необходимости их разделять, так как ребенок единое существо, и сенсорная интеграция — это просто еще один подход, который позволяет немного иначе взглянуть на поведение и чувства ребенка.

Например, ребенок может плохо концентрироваться на разговоре при общении, т.к. ему трудно выстраивать приоритеты в своем восприятии и реакции на внешние стимулы. Звук троллейбуса за окном, слишком яркий свет или ощущение ярлыка от свитера на шее могут восприниматься так сильно, что большая часть внимания при общении будет отдана именно этому ощущению, что приведет к снижению вовлеченности в общение с собеседником, ухудшению коммуникативных возможностей ребенка, и может быть расценено как проявление РАС (расстройство аутистического спектра) или интеллектуальное отставание.



Учитель: «Петров, немедленно пригласи родителей в школу!»
Петров: «Какой все-таки неприятный тембр голоса у Марии Ивановны...»

Зачастую недостаточность сенсорного восприятия, то есть слабая способность экстероцепторов к восприятию, может приводить к тому, что ребенок будет стараться сам создавать себе сильные ощущения за счет расковыривания болячек, иногда даже нанесение себе повреждений, выдергивания волос на голове или выщипывание ресниц или бровей. Особенно часто дети делают такое в ситуации стресса, и тут мы видим, как порой невозможно отделить психологические проблемы от сенсорных. Такое поведение часто расценивается как аутоагрессия, хотя в основе нет желания причинить себе боль или неприятности, а лежит сенсорный поиск, в данном случае — поиск ощущений.

Дети с сенсорными проблемами из-за плохой саморегуляции могут не уметь регулировать силу своего эмоционального ответа. В ситуации, когда ребенок с хорошей сенсорной интеграцией просто расстроился бы и совладал с собой через некоторое время, ребенок с проблемами саморегуляции, обусловленными плохой обратной связью от своего тела, может отреагировать ярко выраженной агрессией или истерикой.

Плохая саморегуляция может сделать ребенка очень обидчивым, а отсутствие раннего телесного опыта утешения значимым взрослым может привести к тому, что ребенок может не уметь успокаиваться через прикосновение и объятие взрослого, что будет снижать качество привязанности и уровень доверия к взрослому.

На умение доверять взрослому может влиять и плохая дифференциация сигналов, получаемых от тела. Например, ребенок во время жизни в детском доме часто госпитализировался без ухаживающего взрослого или с нечутким взрослым и не получал никакой обратной связи и утешения в ситуациях, когда ему делали уколы или, того хуже, болезненные процедуры или операции. Ребенок с таким опытом за плечами может испытывать страх при любых прикосновениях, и он помешает мозгу распознать, больно телу, приятно или щекотно, что, конечно, будет мешать ребенку построить доверительные отношения с приемными родителями.

Плохая обратная связь от тела может приводить к тому, что ребенку нужны очень сильные физические акценты на окончании действия. Если ваш ребенок постоянно хлопает дверьми, топает, с грохотом открывает и закрывает ящики, шумно ударяет о стол карандашами и книгами при выкладывании, — это может указывать на то, что менее яркое сопровождение действия не дает ребенку ощущения свершенного действия и не приводит к расслаблению, которое должно последовать за активацией. То есть указывает на те же самые проблемы саморегуляции.

Нарушения сенсорной интеграции могут приводить и к трудностям при планировании. Природа этих трудностей заключается в том, что первые планы, составляемые человеком, это телесные планы. Они формируются в раннем возрасте при ползании, когда ребенок еще не овладел речью и только начинает свое свободное перемещение по безопасному пространству. Мозг составляет план перемещения для тела, и только позднее по мере развития речи, у намерения ребенка достичь того или иного места или иной цели появятся названия и слова, обозначающие предметы и действия. В основе любого плана лежит наш предшествующий опыт, а в самом начале жизни этот опыт телесный. Если нет этого опыта в начале, не формируется умозрительное представление о желаемом действии и трудно научиться планированию.

Проблемы при социализации

Трудности сенсорной интеграции могут вызывать и затруднения при социализации ребенка.

У детей с трудностями сенсорной интеграции часто возникают проблемы с обучением в школе.

Ребенку может быть трудно сосредоточиться на словах учителя из-за того, что все звуки, которые есть в классе или слышатся из-за его пределов, не отфильтровываются мозгом, как должны бы в соответствии с приоритетом учебы, а являются одинаково значимыми с голосом учителя, и ребенок не в состоянии в этой какофонии вычленить приоритетный для него звук.

Трудностью при обучении может стать и необходимость высидеть 45 минут за партой. С точки зрения сенсорной интеграции поддержание позы тоже является нагрузкой, так как контроль за положением тела требует достаточно большого напряжения мозга. При этом ребенок с хорошо развитой сенсорной интеграцией тоже может устать, но он сумеет почувствовать свою усталость и вовремя

отдохнуть — отвлечься и расслабить тело на несколько секунд, а потом вернуться к учебе и сконцентрироваться, активировав все свои системы. Ребенок же, у которого нет такого тонкого опыта распознавания своего состояния, вероятно, или не сможет сосредоточиться на учебе совсем, полностью сконцентрировавшись на удержании правильной позы или какое-то время продержится, не заметит момент накопившейся усталости, и потом в изнеможении уляжется на парту или сползет под стол, уже полностью утратив нить урока. Как уже было сказано выше в примере про сочинение, умение отслеживать свое состояние и распределять силы также основывается на сенсорной интеграции.



Отвлекать от получения знаний может и колючая пряжа на свитере, и тесный ворот водолазки, и неприятный запах из окна. Любой дискомфорт, который легко отфильтровывается и почти полностью может быть проигнорирован ребенком с развитой сенсорной интеграцией, рискует превратиться в серьезную помеху для ребенка, мозг которого не умеет выстраивать приоритеты при восприятии и реакции.

Трудностью в учебе может обернуться и плохо отработанные навыки зрительного восприятия, работы с картинками. Низкая чувствительность к оттенкам, неумение замечать детали и отличия, слабое умение проследить траекторию предмета. Проблемы активации и торможения, важные при переключении с одной картинки на другую и с одной буквы на другую, важные при чтении, — все это может стать источником проблем при обучении ребенка и сформировать трудности его социализации.

Естественно, вышеперечисленные трудности в коммуникации также будут создавать проблемы для ребенка при его попытках вписаться в коллектив детей и выстроить отношения с педагогами.

Медицинские проблемы

Порой трудности сенсорного восприятия и интеграции могут выглядеть, как соматические проблемы ребенка. Дети с сенсорными проблемами могут в поиске ощущений расчесывать или постоянно облизывать какие-то участки кожи, что может привести к тому, что на теле будут следы, напоминающие аллергию или иное кожное заболевание. Иногда они сами засасывают кожу, создавая себе синяки, вышеназванные выщипывания волос могут походить на алопецию.

Дети с опытом депривации умеют вызывать привычную рвоту, если они научились этому в детском доме в поиске сенсорных ощущений и внимания. Порой сенсорный поиск или, иначе говоря, поиск сенсорных ощущений, приводит к тому, что дети умеют целенаправленно вынимать конечности из суставов и даже глаза из глазных яблок, а потом вставлять их обратно. Вероятно, их к этому стимулирует и внимание, которое они получают вследствие такого поведения.

Порой именно плохая сенсорная интеграция становится причиной недержания у детей. Причина в том, что мозг не может вычленить сигналы выделительной системы и пропускает их, что приводит к недержанию у детей, при том, что физически их выделительная система может быть в полном порядке. После детского дома, где была обедненная сенсорная среда и мало внимания взрослых, ребенок попадает в «большой» мир, где гораздо больше сенсорных стимулов, и все системы сенсорного восприятия сильно нагружаются, и это становится причиной ошибок сенсорной интеграции и пропуска сигналов от выделительной системы.

Известны случаи, когда у ребенка с нарушениями сенсорной интеграции не функционировало омывание глаза слезами, и стоял диагноз «сухость глаза», который сам прошел спустя несколько месяцев после начала жизни в семье. Есть примеры того, как в семье, спустя некоторое время, само регулировалось избыточное или недостаточное потоотделение, которое классифицировалось врачами как нарушение терморегуляции ребенка.

Известно много случаев, когда неумение воспринимать информацию о внутренних ощущениях, т. е. нарушение interoцепции, расценивалось, как проявление сниженного интеллекта, хотя ребенок был потенциально интеллектуально сохранным.

Сенсорная интеграция дает нам еще один важный подход к пониманию проблем детей с опытом депривации. Поскольку основы сенсорного восприятия и сенсорной интеграции закладываются в очень раннем возрасте, у детей с опытом сиротства проблемы в этой области наблюдаются особенно часто.

5. ПРИЕМНЫЙ РЕБЕНОК В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

авторы материала: *Алена Синкевич, Татьяна Панюшева, Наталья Шкурова*

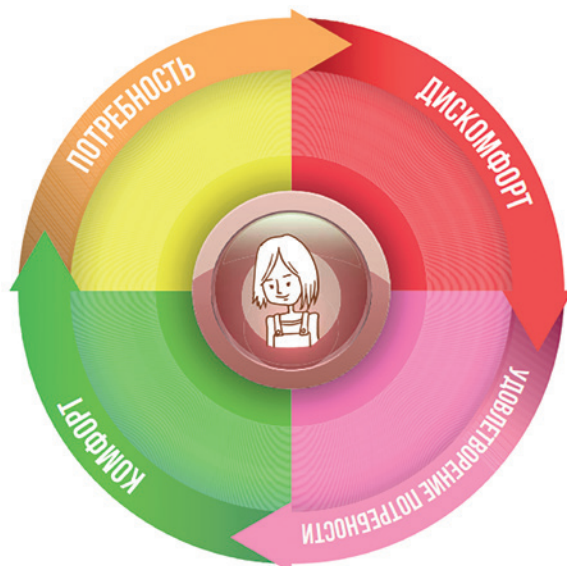
Учить ребенка с опытом депривации, особенно если он недавно пришел в семью из системы, — достаточно трудная задача, потому что иногда такие дети могут быть не готовы к восприятию академических знаний. Когда приемный родитель думает об интеграции ребенка в сад или школу, ему необходимо помнить, что до социализации вне семьи ребенку необходимо приобрести опыт семейной жизни и сформировать близкие, доверительные отношения с родителем. Для того, чтобы ребенок мог усваивать новое и проявлять любознательность к миру, ему необходимо базовое ощущение надежности, безопасности и предсказуемости жизни. Когнитивные способности ребенка, скорость преодоления задержек в развитии в значительной степени будут зависеть от благополучного эмоционального состояния ребенка.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ДЕЛАЮТ ОБУЧЕНИЕ СЛОЖНЫМ, ВЫНОСЯ НА ПЕРВЫЙ ПЛАН ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ.

Необходимо учитывать последствия депривации ребенка с опытом сиротства.

Причины депривации

Опыт депривации связан с тем, что в раннем периоде развития ребенок не получал обратной связи от значимого взрослого, не чувствовал его поддержки и защиты. Значимый взрослый не приходил на плач ребенка, не разбирался в его



ощущениях и чувствах, не называл их, не помогал с ними справляться, не помогал ему преодолеть проблему и почувствовать комфорт.

Последствия депривации ребенка с опытом сиротства

Из-за отсутствия такого опыта раннего взаимодействия со значимым взрослым эмоциональное развитие приемного ребенка может значительно отставать от паспортного возраста. Например, ребенок с опытом сиротства в подростковом возрасте может временами реагировать на что-то как маленький дошкольник.

Дети, у которых не было такого периода, когда мама или иной значимый взрослый по многу раз в день чутко откликался на ребенка и адекватно реагировал на его потребности, могут:

- ◆ не ощущать своей значимости и важности (иметь заниженную самооценку);
- ◆ плохо различать ощущения и сигналы своего тела;
- ◆ не иметь даже самых элементарных представлений о том, как себе помочь;
- ◆ не различать свои чувства и эмоции;
- ◆ не различать чувства и эмоции других людей;
- ◆ быть неспособным или мало способным к сочувствию (эмпатии);
- ◆ не уметь доверять;
- ◆ иметь сложный опыт с выстраиванием привязанности;
- ◆ не иметь опыта получения утешения и поддержки от взрослого;
- ◆ не иметь опыта самостоятельной стабилизации своего состояния.

Среди детей-сирот много тех, кто смог выжить и вырасти в сложнейших обстоятельствах, и это заслуживает большого уважения и признания, но при этом у них часто нет того опыта, который необходим для успешной социализации и благополучного развития. Многие из приемных детей были лишены необходимых для их развития условий в критически важные моменты созревания нервной системы, и даже если впоследствии ребенок был помещен в замещающую семью, многие пропущенные вехи развития не смогут скомпенсироваться в полном объеме. Учитывая, что приемный ребенок часто отстает и в эмоциональном, и в познавательном развитии, родителю важно помнить:

Самое важное — это отношения ребенка с приемным родителем, контакт,

для благополучного когнитивного развития необходимо сначала бросить силы на формирование отношений привязанности с ребенком, помогать ему решать его эмоциональные проблемы, связанные с опытом травмы и депривации.

доверие и взаимопонимание. Если забыть об этом и упирать только на когнитивное развитие ребенка, то результат может быть печальным, потому что продвижение будет крайне медленным, а атмосфера дома будет крайне напряженной и воинственной. На этом пути часто истощаются и теряют силы и взрослые, и дети.

Конечно, параллельно налаживанию эмоциональной сферы ребенка, взрослой потихоньку подключает специалистов для наверстывания того, что пропущено в познавательном развитии ребенка (например, привлекает логопеда, дефектолога, нейропсихолога). Но важно не забывать на этом пути, что первостепенно.

Почему приемный ребенок провоцирует конфликт

Нередко у детей с опытом депривации мы сталкиваемся с тем, что в ответ на свой крик единственный вид внимания, который он получал, было негативное внимание. Это значит, что когда ребенок нуждался во взрослом, то в ответ его, например, били или ругали. *В таком случае ребенок мог научиться не доверять взрослому, бояться его, но при этом мог привыкнуть принимать внимание взрослого только в негативной форме (по принципу «лучше негативное внимание, чем никакого»).* В дальнейшем ребенок может стараться провоцировать взрослых именно на такую форму взаимодействия с ним. Это не значит, что ребенку «нравится», что его ругают! Просто это глубоко укоренившееся поведение, это то, с чем он умеет жить, это ему понятно и привычно, а по-другому он не умеет.

Что можно делать. С одной стороны, приемный родитель дома потихоньку выстраивает с ребенком другой, непривычный пока для ребенка способ взаимодействия. Это означает, что он старается не отвечать на провокации ребенка, давать ему внимание иным образом, обеспечивая одновременно с этим понятную, безопасную и предсказуемую жизнь. Возможно, у семьи есть поддержка психолога на этом пути.

Но также очень значимой может стать роль учителя в этом процессе, который может поддержать тактику, осуществляемую родителем, и дать ребенку и в стенах школы опыт стабильных безопасных отношений. Для этого необходимо, чтобы педагог также понимал причины поведения ребенка, не воспринимал происходящее как личный профессиональный неуспех, и не начинал «войну» с ребенком. Педагогу важно осознавать и быть уверенным в том, что провокационное поведение ребенка связано с историей ребенка, с его неспособностью вести себя иначе на данном этапе его жизни и развития, а не с тем, что с педагогом что-то «не так», не с тем, что педагог «не сумел себя правильно поставить» и т. п. *Хорошо, если у родителя складывается контакт с педагогом, и взрослым удается выработать общее понимание поведения ребенка. Тогда и педагог станет тем взрослым, который не будет подтверждать прошлый искаженный опыт ребенка, не будет «вестись» на провокации, а сможет делать вклад в его новый опыт.* Помочь этому может и психолог, работающий с ребенком, если педагог готов вникать в ситуацию и хотя бы разово пообщаться с психологом. Тогда общими усилиями получится продвигать ребенка к более успешному поведению. Отправной точкой будет признание, что плохое поведение связано не с тем, что ребенок не хочет себя вести хорошо, а с тем, что он пока не может вести себя хорошо.

Почему приемный ребенок не умеет просить и получать помощь

В большинстве случаев приемный ребенок не умеет получать помощь и поддержку от взрослых, от педагогов, одноклассников, так как он не научился этому в раннем детстве. Такому ребенку очень трудно помочь на уроке с решением задачи или помочь успокоиться на перемене. Ему нелегко довериться взрослому и начать вместе с ним работать над каким бы то ни было достижением. *Это связано с тем, что у ребенка нет опыта доверия взрослому, и зачастую он привык справляться со всем в одиночку.* Необходимо вести длительную работу над тем, чтобы ребенок школьного возраста с поддержкой взрослых спустился на много ступеней развития назад и научился принимать помощь и поддержку.

Что можно делать. С одной стороны, крайне важен новый опыт, получаемый ребенком дома и, в идеале, также и в школе, когда взрослые раз за разом внимательно и чутко относятся к ребенку, стараются вникать в возникающие сложности и помочь. Взрослые при этом терпеливы и последовательны, понимают, что для перестройки опыта требуется время. Важно, что родители и педагог не спешат «клеить» ребенка в случае проблем, и не смешивают личность и конкретный поступок. Существенно, чтобы ребенок не приравнивался проблеме: есть сам маленький человек, а есть трудность, которая захватывает время от времени в его жизнь и чему-то мешает (отношениям, взаимопониманию, учебе и пр.). Такая «экстернализация проблемы», когда сама трудность от ребенка отделена, может помочь ребенку выйти из конфронтационного формата отношений в партнерские. При таком подходе значимые взрослые могут вместе с ребенком встать плечом к плечу на пути преодоления проблем. *Борьба ведется не против ребенка и его поведения, а против проблемы ребенка. И независимо от того, удастся решить проблему или нет, сам опыт партнерства может быть для ребенка новым и очень важным.* В этом формате ребенок может постепенно ознакомиться с понятием ответственности: зоной своей ответственности, разделением ответственности.

Почему приемный ребенок может быть агрессивным в школе

Если у ребенка не было опыта доверия взрослому, если он подвергался жестокому обращению или был свидетелем насилия, то он может быть склонен к агрессивному поведению. Перенесенный опыт заставляет ребенка пребывать в постоянной тревоге и в ощущении, что он должен сам себя защищать. Также стоит помнить, что умение понимать и контролировать свои эмоции нарабатывается детьми с раннего детства в контакте с близким взрослым. У приемных детей этого опыта часто нет. *Желание защитить себя и предупредить потенциальную угрозу будет выражаться в агрессивном поведении ребенка и в постоянной готовности к агрессии. Агрессия начнет снижаться тогда, когда будет снижаться уровень тревоги ребенка.* Важно понимать, что это процесс долгий и требующий профессиональной помощи психологов.

Что можно делать в данном случае.

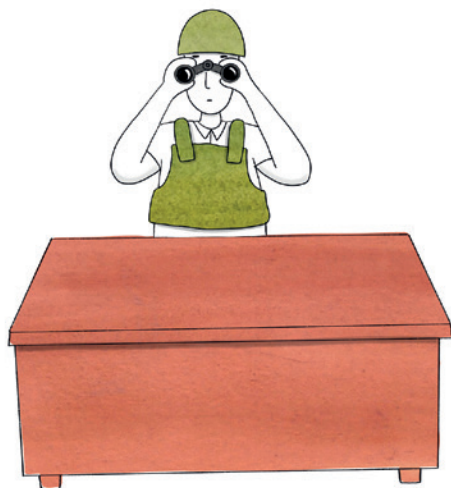
Приемному родителю важно *помогать ребенку справиться с его травматичным жизненным опытом*. Хорошо, если есть возможность получать на этом пути помощь психолога, который кроме работы с ребенком будет давать рекомендации родителю. Важнейший вклад родителя в повседневной жизни дома будет заключаться и в проговаривании определенным образом жизненной истории ребенка, и в выстраивании с ним надежных поддерживающих отношений. Все это будет давать новый опыт, снижать тревогу и ощущение непрерывной опасности. Также отдельной задачей для близких взрослых будет *помощь ребенку в понимании своих и чужих эмоций, в приемлемом выражении своих эмоций*. Что касается школы, то хорошо, если от родителя учитель знает про сложности поведения ребенка и их причины. Тогда педагог будет реалистично оценивать ситуацию. Задачей учителя будет стараться держать ребенка в поле зрения и работать на опережение (например, вовремя замечать контекст, который ребенок склонен расценивать как опасный; или ситуации, когда ребенку становится крайне сложно взаимодействовать с другими детьми). *Когда есть понимание логики чувств ребенка, учителю будет легче предупреждать трудные ситуации, и происходящее будет меньше выбивать взрослого из колеи*. Важно помнить, что главное, чему учится в такой ситуации ребенок, это опыт преодоления конфликтных ситуаций с поддержкой взрослого.

Почему приемный ребенок не может учиться

Пока ребенок не может доверять взрослому и постоянно испытывает высокую тревогу, ребенок, не способен усваивать академические знания. Ребенок может быть сколь угодно сообразительным в шалостях, проявлять отличную память в запоминании расположения предметов на столе или маршрутов передвижения, но он будет не в состоянии запомнить ничего, что в его картине мира не имеет отношения к выживанию. *Именно схемы выживания доминируют в мозговых процессах у тревожного ребенка, который не умеет доверять взрослым*. Он хочет взять на себя тотальный контроль, а это не под силу никому, тем более ребенку.

Что можно делать. Дать время ребенку успокоиться. К сожалению, иногда это время может составить 4-5 лет. Но если спешить со срочным вкладыванием знаний, когда ребенок их воспринять не может, то это даст только опыт новой борьбы со взрослыми, а также чувство тотальной неуспешности. Что могут сделать родители: сами и с помощью специалистов *оценить состояние ребенка (его эмоциональное и познавательное развитие) и выстроить разумный план реабилитации*. Темп на этом пути у каждого ребенка будет свой, точно так же, как и опыт жизни у детей разный, и то, как они его перенесли, и каков шлейф «последствий» — все это будет отличаться. Но на первом плане всегда надо ставить отношения с ребенком и его эмоциональное благополучие. Если здесь достичь успеха, то нагонять все остальное будет в разы легче. Поэтому стоит *разумно подходить к тому, когда и на какую форму обучения отдать ребенка*. Иногда стоит максимально откладывать начало школьного обучения, решая эмоциональные

проблемы ребенка, и аккуратно работая над готовностью ребенка к школе с помощью дефектолога и нейропсихолога. Если ребенок пришел в семью в школьном возрасте, и школы не избежать, то вместе с учителем надо учесть состояние ребенка. Если он очень тревожен, то не стоит сажать его на первую парту, чтобы уделять ему больше внимания, так как сидеть спиной к детям в классе — невыносимое испытание для тревожного ребенка. Он должен постоянно видеть всех. *Самое разумное посадить его на заднюю парту или сбоку от класса и не слишком пытаться вложить ему знания в голову, так как это бесполезно, пока не снизится уровень тревоги. Помочь также может оформление ему щадящей программы обучения через психолого-медико-педагогическую комиссию (ПМПК), понимая, что это поможет ребенку пережить сложный период и встроиться в привычную для нас жизнь.* Жесткие рамки и закручивание гаек, к сожалению, тут не помогут. Не стоит драматизировать тот факт, что ребенок умный, а не учится. Чтобы учиться надо много других качеств, помимо ума. Если ребенок успокоится, он сможет быстро освоить упущенный материал.



Почему приемный ребенок все время паясничает или хулиганит

Желание контролировать все, а также неумение общаться и низкая самооценка ребенка могут приводить его к самым разным особенностям поведения. Например, *он может стараться стать шутом в классе или неутомимым хулиганом, потому что контролировать 30 учеников и учителя можно, только если ты сумел приковать к себе все взгляды в классе, а значит нужно постоянно что-то комментировать, отчебучивать и прочее.* Такое поведение требует постоянного напряжения, поэтому ребенок может очень устать от школы при нулевом учебном результате и низкой социальной успешности.

Что можно делать. Пути решения такой проблемы зависят от того, насколько она масштабна. Если поведение «шута» не слишком выражено: например, ребенок не все время в этой роли, а иногда выходит из нее и немного учится, и хоть какой-то результат от школы есть, то можно искать решения вместе со школой (учителем). Если педагог готов будет вникнуть в причины поведения ребенка, и готов будет подкреплять вниманием не всплески паясничанья, а наиболее спокойные и адекватные состояния ребенка, хвалить его и стараться помочь удержаться в этих просветах подольше, то ситуация может начать постепенно меняться. Особенно это поможет, если учитель — авторитет для детей в классе, тогда и одноклассники будут иначе реагировать.

Если у ребенка выраженные проблемы в навыках общения, то это также можно начать решать и вне школы, обеспечивая ребенку новый благополучный опыт. Если же проблемное поведение очень выражено и нет практически никакой эффективности от пребывания в школе, то иногда стоит обсудить с учителем вариант заочного или семейного обучения на какое-то время. *Решение для описанных ситуаций лучше искать вместе с педагогом или с другими поддерживающими семью специалистами.*

Почему приемный ребенок не может вовремя остановиться

Плохое понимание, что происходит с собственным телом и состоянием (сенсорные проблемы), возникшее в результате ранней депривации, может приводить к тому, что ребенок не чувствует приближения усталости и переутомления и не умеет, в отличие от большинства из нас, на минуточку сделать паузу, залипнуть у окна, попить водички, посидеть в кресле и расслабиться, и функционировать дальше, забыв о кратковременной передышке. Такой ребенок не может сделать такие коротенькие перерывы, и это может приводить или к истерике или к неожиданному глубокому провалу в силах, иногда даже засыпанию в совершенно неожиданном месте. Порой, для снижения внутреннего напряжения ребенок может демонстративно сделать что-то социально запрещенное (публично выругаться матом, снять штаны или что-то такое, сродни тому, как мы можем во время конфликта грохнуть тарелку об пол, снижая свое напряжение за счет совершения чего-то запретного). Это постепенное нарастание напряжения у ребенка с опытом депривации напоминает, как ребенок 2-3 лет перевозбуждается и нуждается в том, чтобы чуткая мама его вывела из шумного места и создала для него кратковременный перерыв. У ребенка с опытом депривации такой чуткой мамы не было, он не получил такого опыта и не смог его присвоить.

Что можно делать. Родителю важно в повседневной жизни с ребенком обращать внимание на то, как ребенок себя чувствует и на признаки его переутомления или перевозбуждения, помогать с этим справляться, и постепенно учить ребенка замечать их самому. Стоит настроиться, что сначала родитель долго будет брать на себя в этом процессе активную роль: замечать состояния ребенка, называть их, помогать прийти в оптимальное состояние. *По сути долгое время*

родителю придется быть внешним со-регулятором состояний ребенка, восполняя тот самый упущенный ранний детский опыт. Постепенно этот опыт будет становиться достоянием ребенка, и он будет учиться помогать себе сам. С точки зрения обучения ребенка в школе: родителю стоит поделиться с педагогом тем, какие состояния он практикует с ребенком отслеживать дома, как они проявляются, как дома удастся стабилизировать состояние ребенка. На основе этого можно продумать, как учитель поможет ребенку в школе. Например, можно помогать ребенку делать маленькие перерывы каждые пол-урока — иногда осознанное расслабление плеч и шеи на 30 секунд, 5 маленьких глотков воды, может уберечь от большого взрыва эмоций. Кому-то из детей стоит среди урока давать небольшое важное поручение, которое потребует от ребенка встать и пройтись, и это поможет ему в нужный момент активизироваться, переключиться. Лучше всего, когда способы помощи ребенку в понимании своих состояний и в управлении ими разрабатываются родителем вместе с педагогом.

Почему ребенку не бывает стыдно

От ребенка, находящегося в сценарии «выживания», бесполезно ожидать попыток быть правдивым, совестливым. Когда ты спасаешься «здесь и сейчас» и по твоему ощущению, если будешь плохо спастись, завтра может и не наступить, бесполезно ожидать функционирования с учетом категорий «совесть» и «репутация». Эти категории важны, когда есть понятие «завтра». Когда выживаешь, нет концепции будущего, надо уцелеть любой ценой в настоящий момент. Поэтому дети с высоким уровнем тревоги могут бессмысленно врать и совершать иные непонятные для нас поступки. Вторая причина «задержки морального развития» вновь связана с отсутствием надежных близких отношений с заботящимся взрослым. Маленький ребенок учится соблюдению правил и норм жизни в социуме сначала исключительно на основании того, что не хочет расстраивать значимого близкого человека. Лишь спустя многие годы детства эти моральные нормы становятся внутренними, и подросток следует им уже сам по себе. Если вокруг ребенка сменялись взрослые, ни с кем не было долгого прочного надежного контакта, то и стабильных моральных норм у него не формировалось.

Что можно делать. Что касается формирования моральных норм как таковых, тот тут на первом плане — установление близких отношений с ребенком, уже в рамках которых он будет постепенно перенимать наши правила жизни в социуме. Это качество отношений с ребенком плюс личный пример соблюдения тех норм, который мы хотим сформировать. Говоря о сценарии «выживания»: если мы видим, что ребенок зашел «в пике», бесполезно пытаться звать к его совести или ругать его. Вероятно, из-за высокого стресса его мозг сейчас руководствуется самыми древними инстинктивными сценариями по самосохранению — «бей, беги, замри». Если есть ощущение, что ребенок как будто «не здесь», не с нами, а переживает провал в переживания своего

опасного прошлого, то можно попробовать вывести его из этого состояния при помощи техник «заземления» в настоящем. Для этого можно попробовать задать простой вопрос (типа «какой твой любимый цвет?», «какое сегодня число и день недели?», «что ты любишь есть на обед?», «какие три предмета красного цвета ты видишь в комнате?»); или предложить попрыгать; дать выпить воды; предложить поддержать руки под прохладной или теплой водой из-под крана и пр. Цель этих действий — вернуть ребенка в настоящий момент времени, где он находится в безопасности. *Только после того, как взрослый убедился, что ребенок ориентирован в настоящем моменте и более-менее спокоен, можно пробовать выстроить диалог, задавать те или иные вопросы.*

Почему ребенок не уважает старших

Сформированная привязанность в отношениях «ребенок-значимый взрослый» приводит к пониманию, что не все люди на свете равноценные. Есть люди, которые наиболее важны для тебя и твоей жизни. Возникает понятие любви и близости. Любимые люди иерархизируются — есть самые главные, есть второстепенные, есть чужие. Значимость той или иной категории в иерархии может меняться в зависимости от возраста и возрастных задач ребенка. Понятие «авторитета» и «авторитетного человека» будет сформировано на основе использования опыта привязанности. Именно это понятие приведет к готовности к школьному возрасту понимать авторитет учителя и быть готовым к нему прислушиваться. *У ребенка с опытом депривации может быть не сформирована привязанность, и это приведет к тому, что он не будет понимать, почему он должен слушаться учителя. Все педагогические приемы, наработанные учителями, рассчитаны на детей, понимающих авторитетность взрослых и учителя или хотя бы родителей.* Неуважительное отношение к учителю может быть большой проблемой при обучении ребенка с опытом сиротства и нет универсального совета, как лучше с этим обходиться.

Что можно делать. К неуважительному отношению к взрослым у приемного ребенка стоит относиться не как к злостному поведению, к тому же подрывающему авторитет учителя в классе, а как к незрелому поведению, и это понимание транслировать окружающим. Дома родитель практически круглосуточно занят установлением надежных и доверительных отношений с ребенком, и учитель в школе также может внести тут свой вклад, оставаясь устойчивым, последовательным, предсказуемым и доброжелательным взрослым для ребенка. Быстрее всего прогресс произойдет в поведении ребенка, если взрослые будут общими усилиями и в едином направлении выстраивать взаимодействие с ребенком.

6. ДЕТСКОЕ «ВОРОВСТВО»

автор материала: *Татьяна Панюшева*, психолог, канд.психол.наук

Ситуация, когда ребенок взял без спроса что-то чужое, порой приносит множество болезненных переживаний взрослым. Возникают вопросы: «мой ребенок — вор?!»; «что же будет дальше, когда он будет подрастать?»; «что мы не так сделали, раз он не понимает таких вещей? Мы плохие родители?» и многие другие. Если ребенок в семье приемный, то возникают дополнительные страхи, связанные с самим ребенком и с реакцией ближайшего социального окружения.



Однако, прежде чем предаваться эмоциям и осуществлять «справедливое возмездие», стоит подумать, насколько наше взрослое понимание того, что такое «воровство», вообще применимо к детям. Что может стоять за этим поведением у детей, и что могут сделать взрослые в подобных ситуациях.

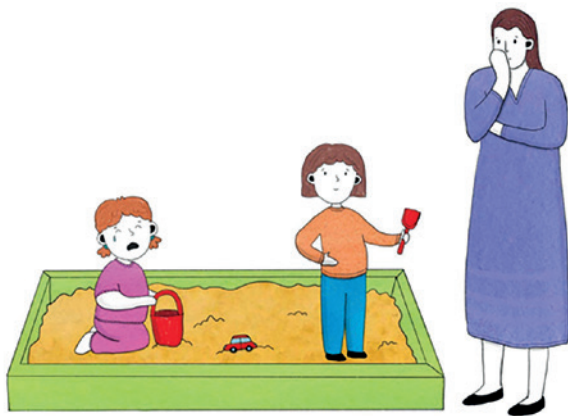
ВАЖНО! Ребенок не появляется на свет с врожденным знанием принятых в обществе норм и правил поведения. Он осваивает их в ходе своей жизни, начиная с маленького возраста, и понимает эти правила в соответствии с уровнем своего актуального развития

Стыд, который помогает людям соблюдать нравственные и общественные нормы, — это то, что формируется в детстве, когда близкие ребенку люди следуют четким нравственным ориентирам, объясняют это ребенку.

Перед переходом к дальнейшему чтению взрослым рекомендуется проделать следующее мысленное упражнение, связанное с личным жизненным опытом: вспомните себя в детстве, какой-то случай, когда Вы или действительно взяли чужую вещь, или же были в этом несправедливо обвинены (тут важно обозначить, что так или иначе любой из нас в детстве узнает про границы свое-чужое на личном опыте, это совершенно нормально!). Как Вы себя чувствовали в той ситуации? Что именно сделали/сказали взрослые в ответ? Что в их реакциях было для Вас спасительно и комфортно, поддержало и помогло справиться с ситуацией, а что было болезненным и задело Вас? Оценивайте это, пожалуйста, исходя из той реальности — прошлой позиции себя как ребенка — а не с высоты сегодняшнего возраста. Когда вспоминается что-то ранящее в словах и действиях взрослых, то подумайте, что вместо этого было бы для Вас хорошей реакцией взрослых тогда, когда Вы были в той непростой ситуации?... Если такого рода упражнение Вам выполнять не хочется, или оно приносит значительный дискомфорт, то спокойно пропустите его. Цель данного упражнения: погрузиться в реальность опыта и чувств ребенка; рефлексия над тем, что на самом деле происходит с той стороны. Если почувствовать это на личном опыте, то меньше будет желания резко действовать сгоряча, не разобравшись в ситуации.

Возрастные особенности⁷

Дети до 3х лет:



В этом возрасте дети увлеченно играют в свои игрушки, еще мало взаимодействуют со сверстниками. Часто они не очень-то любят делиться своими игрушками. Сами, когда хотят взять чью-то игрушку, редко когда спрашивают об этом владельца. **Свое от чужого они пока что не отличают!** Взяв что-то, ребенок радостно показывает это взрослым.

⁷ Возрастные особенности не приемных детей в связи с проблемой воровства взяты из книги Дианы Хорсанд «Детское воровство. Где мое и где чужое?» Маленькие подсказки для родителей.

Что могут сделать взрослые:

- ♦ объяснять, что нехорошо брать чужое. Сам ребенок об этом без помощи догадаться никак не может. Самое полезное: обсудить конкретную ситуацию и то, как себя чувствует ребенок, лишившийся своей игрушки.
- ♦ во всех ситуациях, когда ребенок собирается взять что-то чужое, предлагать спросить разрешения (проследить, чтобы в итоге вернул и поблагодарил).



- ♦ при ссоре детей из-за игрушки попытаться отвлечь, переключить внимание на что-то еще; напомнить про доброту.

В этом возрасте ребенок легче всего усваивает правила поведения.

Дети от 3х до 7 лет:

- 1) В дошкольном возрасте повод взять чужое — это чаще всего очень сильное желание иметь того, чего нет (зависть).
- 2) Желание порадовать близких людей, сделать подарок. В этом случае лучше не наказывать ребенка, а поговорить с ним, объяснить, почему это плохо. Исправить последствия.

В этом возрасте ребенок только учится выражать свои желания и чувства словесно, ему еще очень трудно владеть своими эмоциями.

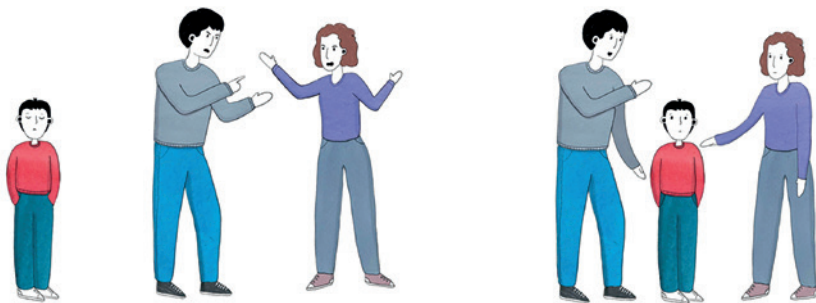
Что могут сделать взрослые:

- ♦ предлагать ребенку на выбор: попросить то, что понравилось, или предложить на время обмен игрушками. Со временем ребенок заметит, что этот вариант гораздо приятнее, чем скандалы, когда он берет что-то без спросу.

- ♦ использовать сказкотерапию: читать или придумывать простые по сюжету истории/сказки, в которых герои порой совершают ошибки (в данном случае — взяв что-то чужое). Важно, чтобы были подробно описаны эмоции и переживания действующих лиц, в том числе «пострадавших», и чтобы герои находили способы исправить последствия своих действий. Дошкольникам пока еще трудно понимать, что такое «чужая собственность», но они очень переживают, если кто-то по их вине расстраивается или наказан.

Дети от 7 до 11 лет:

В этом возрасте ребенку становится важным его место в среде сверстников.



Дети уже могут сознательно и целенаправленно достигать желаемого, появляются «социальные» причины детского воровства.

- 1) Цель, ради которой ребенок ворует, так для него важна, что он не думает, хорошо ли при этом поступает. Например, добиться внимания сверстников.
- 2) Трудности дома в отношениях родители-ребенок или между родителями. Ребенок может воровать что-то, надеясь, таким образом, например, помирит родителей: чтобы они объединились, думая, как помочь ребенку и решить проблему и пр. С такой же «целью» дети иногда тяжело заболевают.
- 3) Это может быть способом привлечь к себе внимание, если внимания со стороны взрослых не хватает. По принципу «лучше негативное внимание, чем никакого». Случается у всех детей, далеко не только приемных. Просто у приемных детей это может быть «отработанным» маневром, вынесенным из опыта жизни в учреждениях или в неблагополучной семейной обстановке, когда взрослые замечают детей только по негативным поводам.
- 4) Другая ситуация: если ребенок является постоянным «аргументом» в споре родителей, дома постоянное напряжение, конфликты и ссоры. Ребенок может научиться использовать ситуацию с максимальной выгодой для себя, манипулируя отношениями взрослых. Тогда в какой-то момент, не получив чего-то от взрослых, ребенок может взять это сам, так как привык получать все, чего хочет.

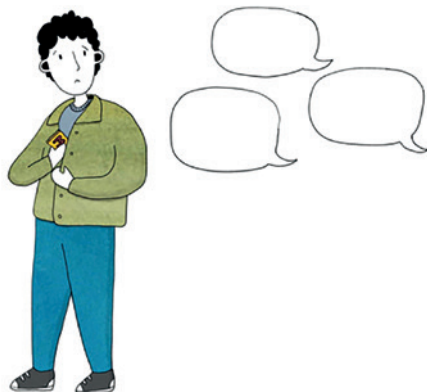
Что могут сделать взрослые:

- ♦ наказание может не помочь в данном случае, так как **воровство — это следствие проблемы!** Нужна беседа о недопустимости воровства; о том, что такое собственность.
- ♦ подумать, в чем истинная причина (неумение общаться; застенчивость; низкая самооценка; проблемы дома и пр.). Действовать исходя из того, какой окажется причина. Например, если ребенок пытался таким способом решить проблему отсутствия друзей — поговорить о дружбе, как знакомиться с ребятами, чем можно их заинтересовать. Вспомнить свой детский опыт, сложности с общением, и рассказать ребенку. Пройграть соответствующие ситуации на игрушках. Например, зверята знакомятся друг с другом, дружат/не дружат и т. п.
- ♦ использовать существующие в семье традиции совместного чтения книг с обсуждением поступков героев. Рассуждая о событиях и действиях героев, ребенок будет учиться оценивать правильность своих поступков, исправлять последствия неверных действий и находить выходы из сложных ситуаций.

Дети от 11 до 16 лет:

Сверстники становятся еще более значимыми и влиятельными в определении поведения подростка

- 1) «Купить» друзей, завоевать уважение. Подростку может быть необходимо убедиться на собственном опыте, что такая дружба ничего не стоит.
- 2) Привлечь внимание сверстников к себе за счет обладания какой-то вещью. Подростки находятся в процессе самоопределения, поиска своего «Я» и места в мире. Им бывает важно показать свою «крутость» и обозначить принадлежность к группе — важность внешних признаков как указание на включенность в группу.
- 3) Отсутствие денег на покупку необходимых с точки зрения подростка атрибутов. Подростки часто неуверенны в себе, у них низкая самооценка — а хочется стать таким, как все, найти свою «нишу», не быть изгоем. Влияние группы обычно не так велико, как кажется родителям. Подростку важно знать, насколько далеко он может зайти в нарушении правил.
- 4) Финансовые проблемы семьи. Ребенку трудно, если он одет хуже всех, если дома нет разнообразных игрушек, а особенно тех, которые популярны среди его сверстников. Потеря работы родителями создает порой не менее тяжелую ситуацию в семье для ребенка, чем развод.
- 5) Недостаточно развитая воля. За проступок стыдно, но с соблазном совладать тяжело. Профилактика: не делать в детстве за ребенка то, с чем он может справиться сам, постепенно расширять сферу его самостоятельности.



- 6) Воровство из-за желания наказать или отомстить. Может быть и у детей более младшего возраста. Например, стащить чью-то тетрадь с уроками, или подкинуть чужой мобильник в портфель, выставив воров. Борьба с таким поведением: сначала выяснить истинную причину, а потом проговорить всю ситуацию, поискать другие пути выхода из нее.
- 7) Воровство «на спор»: когда провоцируют сверстники, а ребенок соглашается ради сохранения статуса в группе.
- 8) У подростка может быть зависимость, и ему нужны деньги на покупку наркотиков/ сигарет/алкоголя.

Что могут сделать взрослые:

- ♦ твердо и решительно говорить о том, что действительно нельзя, с уважением и доверием относясь к подростку. Ему важно знать, что его любят и уважают, признают его право по-своему смотреть на жизнь. С ним важно считаться, обсуждать и объяснять, почему «нельзя». Такой последовательный и уважительный подход учит ребенка ценить новые «можно», означающие его растущие возможности, взрослость. Если границ и запретов нет или они непостоянны, то вредно это как для самого подростка, так и для окружающих.
- ♦ стараться не делать за ребенка то, что он может сам. Постепенно и обоснованно расширять сферу его самостоятельности, учить ставить цели и достигать их самому — начиная с малого и краткосрочного.
- ♦ учитывать важность того, как относятся в семье к деньгам: цель это или средство.
- ♦ давать детям небольшие карманные деньги для удовлетворения своих маленьких капризов (вспомним, как нам самим бывает важно для поднятия настроения купить себе что-то вкусное или какую-то мелочь...). Важно четко оговорить сумму карманных расходов! Но не стоит требовать отчета о потраченном у подростка. Хорошо, если ребенок принимает участие в распределении семейного бюджета — это учит

соотнести желаемое с возможным, учит экономить, чтобы накопить на «мечту».

- ♦ если у ребенка есть его личная собственность, то это учит его распоряжаться своими вещами и принимать решения о том, что с ними сделать. Например, начиная с дошкольного возраста ребенок может некоторыми игрушками распоряжаться сам: может брать их в детский сад, менять/ломать, но родители не будут ему тут же покупать взамен точно такую же (личная ответственность). Если сам ребенок учится распоряжаться своими вещами, то так же будет относиться и к вещам друзей.
- ♦ прежде, чем ругать и наказывать, важно выяснить, что именно заставило совершить такой поступок!
- ♦ учить верить в себя, не пасовать перед трудностями, не сдаваться. Выход можно найти из каждой ситуации. Помогать справляться с разочарованиями. Иногда детям важно, чтобы их просто выслушали, дали излить свою боль, злость и обиду; увидеть, что их понимают и принимают.

Приемные дети

У приемных детей могут встречаться все приведенные выше причины для «воровства». Конечно, в каждом случае есть нюансы жизненного опыта ребенка: его истории жизни, психологического и эмоционального опыта взаимодействия со взрослыми. Однако необходимо выделить отдельно те причины для «воровства», которые характерны приемным детям и детям-сиротам. **Опасения, что воровство связано именно с тем, что ребенок — приемный, имеют под собой основания, но к наследственности и «генам» это не имеет никакого отношения.**

Моральное развитие любого человека непосредственно связано с опытом благополучной привязанности. **В основе «голоса совести» лежит не столько страх наказания, сколько боязнь утраты любви и уважения близких, а также способность сочувствовать другим людям.** Большинство детей, воспитывающихся в благополучных кровных семьях, к старшему дошкольному возрасту знают о том, что такое «можно» и «нельзя», «хорошо» и «плохо». Однако сначала они просто «не хотят расстраивать маму», «не хотят поссориться с папой». Следовать моральным нормам самостоятельно и осознанно, по внутреннему закону совести, дети становятся способны значительно позже, не раньше 10-11 лет. Если же у ребенка раннее детство было неблагополучным, отмечаются задержки в развитии совести: у него нет опыта надежных безопасных отношений (безусловной любви и принятия близким взрослым), ему некого беречь, он не умеет сочувствовать, нет отношений, которыми он бы дорожил — ведь всему этому тоже нужно учиться. Кроме того, усвоению норм и правил жизни в обществе мешают постоянное чувство тревоги и задержка в интеллектуальном развитии ребенка. Поэтому детям

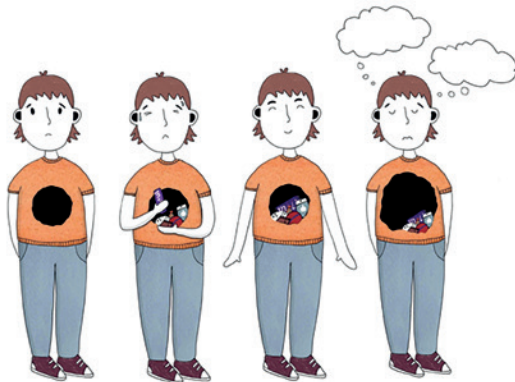
с «неблагополучным стартом» в жизни всегда дольше требуется внешний контроль со стороны взрослых.

Причины детского «воровства» у приемных детей:

Неосведомленность. Обычные дети тоже не сразу от рождения знают, что такое «чужая собственность», но у приемных детей к тому же есть негативный опыт жизни в кровной семье и опыт жизни в учреждениях.

Дети, растущие в детском доме, не имеют «своего», и, соответственно, не понимают, что такое «чужое». При общественном укладе жизни все вокруг общее, поэтому взять без разрешения — вовсе не значит «украсть». Точно так же 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. Имеется в виду отсутствие знания на своем опыте, полученного в ходе обыкновенной семейной жизни. Поэтому когда ребенка ругают за проступок, он может не понимать, что такого страшного он сделал.

Невротическое воровство. Также может встречаться и у обычных детей, но у приемных история жизни травматична и сложна, что часто служит причиной высокого уровня тревоги. Воровство этого типа может встречаться у детей, переживших психологическую травму, неуверенных в своем нынешнем положении, испытывающих страх перед будущим, имеющих низкую самооценку. Это своего рода попытка заполнить «черную дыру» беспокойства, вызванного дефицитом любви, причем, возможно, дефицит был в прошлом, но «дыра» еще не успела затянуться. Чувство риска, азарт и инфантильное удовольствие присвоения желаемого временно заполняют пустоту. Но поскольку это лишь замещение реальной потребности, оно насыщает ненадолго. После пережитой опасности наступает желанное успокоение, тревога на время отпускает. Однако позже тревога возникает вновь, усугубленная виной и уверенностью, что теперь «я совсем пропащий».



Демонстративное воровство. Может возникать в поисках внимания взрослых. Некоторые дети, лишенные любви и заботы, приходят к выводу, что единственный способ привлечь внимание взрослого — это разозлить его. Наказание

их меньше пугает, чем безразличие, при этом за безразличие они порой принимают обычную сдержанность, особенно если привыкли к крику и побоям.

В период адаптации «воровство» может быть еще и демонстрацией имеющегося на данный момент у ребенка опыта жизни и взаимодействия со взрослыми. Возможно, в своей предыдущей жизни он добивался определенных реакций или внимания взрослых при помощи подобных поступков, или же воровство поощрялось ближайшим окружением ребенка, и тогда он не воспринимает это как что-то плохое.

Также «воровство» может быть своеобразной проверкой взрослых в период взаимной адаптации ребенка и приемной семьи. Ребенок намеренно нарушает запрет не брать что-либо, хотя прекрасно понимает, что попадетсЯ, он словно делает «назло». После раскрытия кражи ведет себя вызывающе, хамит, отпирается, врет в глаза. Это может быть так называемым «протестным поведением». Ребенок пытается проверить границы и выяснить, что будут делать взрослые; откажутся они от него или нет...

Присвоение статуса. Поводом для того, чтобы взять чужое, это бывает не только у приемных детей, но приемным детям особенно сложно почувствовать себя «как все» и труднее бороться с соблазном. Порой дети связывают наличие каких-либо вещей с чувством собственной значимости, уверенности в себе. Зависть к вещам — проявление чувства собственной малоценности, которая часто бывает у детей, отвергнутых собственными родителями. Иногда, особенно у подростков, иметь то же, что есть у других — значит «быть как все», «своим», принадлежать к значимой группе. Во взрослом мире «статусные вещи» означают принадлежность к социальной группе с определенным материальным достатком. В подростковом микросоциуме правила жестче: если у тебя нет того, что есть «у всех наших», ты — изгой, «белая ворона». Для подростков обладание чем-то является иногда способом избежать насмешек и травли, которых они боятся панически. Если ребенок со счастливым детством и прочным домашним «тылом» за спиной часто способен справиться с такой ситуацией, то для приемного ребенка стресс оказывается чересчур сильным.

Сохранение чувства принадлежности к своей кровной семье

Если ребенок мало что знает о своей истории жизни (с ним неохотно обсуждают эту тему или вообще не обсуждают), то он может пытаться сохранить «связь» со своей семьей за счет повторения того, что он о семье знает, слышал или нафантазировал. Любой подросток будет пробовать и примерять на себя разные модели поведения, но если от него не скрывается никакая информация, то с ним можно обсуждать его чувства открыто, и он сможет делать сознательный выбор вместо неосознанной борьбы за свою идентичность. Кроме того, при подробном исследовании истории жизни приемного ребенка в ней чаще всего можно найти немало позитивных моментов, что также «дает ребенку право» чувствовать себя хорошим и выбирать для себя лучшую участь, чем это сделали его кровные родители.

Как можно заметить, далеко не все случаи, когда ребенок берет что-то чужое, на самом деле являются воровством! Но реакция взрослых часто носит опережающий

характер: «Сегодня украл шоколадку, завтра станет вором-рецидивистом. Гены... Все, это конец, все было зря, ничего не вышло, мой ребенок — вор!». На самом деле именно в момент родительского отчаяния (а не в процессе кражи шоколадки) над будущим ребенка сгущаются тучи. Потому что у самого ребенка еще мало жизненного опыта, он ничего толком о себе не знает. Информацию о том, какой он и чего достоин, можно ли его любить и будет ли у него счастливое будущее — все это ребенок узнает от близких взрослых. Если сама мама или папа говорит, что он — вор, значит, так оно и есть. Тогда ребенку незачем стараться быть хорошим, ведь самые близкие люди в него уже не верят.

Что могут сделать взрослые:

- ♦ ясно осознавать свои цели: разобраться в причинах проблемного поведения ребенка и помочь ему (дело не в бурном проявлении родительских эмоций...);
- ♦ помнить, что ребенок, совершивший проступок, не преступник. Любая ошибка = это шанс освоить правила человеческого общежития;
- ♦ собрать полную и непредвзятую информацию (не стоит забывать про порой непростое, предвзятое отношение социума к детям-сиротам и приемным детям!);
- ♦ постараться понять, что стоит за проступком ребенка: как он сам видит эту ситуацию, каковы были его намерения. Но для того, чтобы иметь возможность конструктивно говорить с ребенком в стрессовой ситуации, нужны доверительные отношения, а на создание таких отношений уходит время. Стараться разобраться в ситуации объективно, что дает ребенку почувствовать, что он не безразличен родителям, что они не спешат его «заклеймить» вместе с остальным окружением;
- ♦ учитывать возраст и особенности развития ребенка, все объяснения давать с учетом этих моментов;
- ♦ подробно объяснять, чем именно плох его поступок (каково тому, у которого взяли без спроса; бывает в детстве у всех такое желание... и т. п.);
- ♦ предложить варианты выхода из ситуации (обязательно извиниться и возместить ущерб! Помочь ребенку, не бросать одного);
- ♦ выразить уверенность, что ребенок в будущем научится справляться с такими ситуациями;
- ♦ своим поведением показывать пример уважения к собственности, в том числе к вещам ребенка;
- ♦ не вводить ребенка в искушение, оставляя где попало деньги.

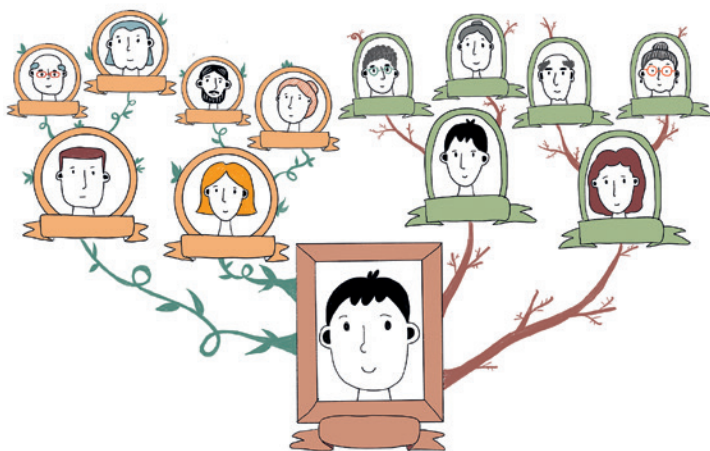
Если взрослые обнаружили причины, скрывающиеся за проблемным поведением ребенка (воровством), то **начать решать эти проблемы**. Если родителям кажется, что сами они не могут понять, что движет ребенком, можно **обратиться к детскому психологу**.

7. ПРОШЛОЕ ПРИЕМНОГО РЕБЕНКА, ЕГО КРОВНЫЕ РОДИТЕЛИ И РОДСТВЕННИКИ

Как к этому относиться и как с этим быть?

автор материала: *Татьяна Панюшева*, психолог, канд. психол. наук

Когда семья собирается взять приемного ребенка, то далеко не каждый взрослый задумывается, как отнестись к истории жизни нового члена семьи, к его корням и предкам. На первом плане стоят темы сбора документов и поиска конкретного ребенка. Прошлое ребенка на этом этапе нередко вызывает интерес только с точки зрения того, как у него со здоровьем, не болели ли чем его родные, как проходила беременность. Или, с другой стороны, у некоторых родителей может быть стремление выбрать такого ребенка, который либо совсем не жил в своей кровной семье, либо точно не имеет контактов с кровными родственниками. Почему? Потому что кажется, что тогда проще будет начать жизнь «с чистого листа», дать ребенку все то хорошее, что есть в приемной семье. И, кроме того, тема кровной семьи банально пугает... Хорошо, если у приемной семьи есть время еще до начала совместной жизни с ребенком разобраться для себя — что это за тема такая? Чем она важна для будущей жизни приемного ребенка и самой приемной семьи?



— Чем вообще важна эта тема для ребенка — его прошлое? Если он маленький, то он «не должен помнить», а если более взрослый, то это «лучше забыть»!

Раньше действительно так люди и считали — что с детьми не надо обсуждать эти сложные и болезненные темы — и в соответствии с этой мыслью действовали. Казалось, что про плохое лучше не вспоминать и не ворошить его, и это спасет от его негативного влияния. Хотелось думать, что это помогает уберечь

детей от неприятных чувств: от стыда за события, которые были в его кровной семье; от низкой самооценки и чувства вины... В некотором смысле в такой позиции есть иллюзия: «если я не говорю о чем-то, то этого как будто не существует». Но в жизни все оказалось не так. Если маленький ребенок пережил пренебрежение или жестокое обращение со стороны взрослых, был заброшен и одинок, надрылся от плача и не получал помощи и заботы в своих основных потребностях, не имел эмоционально близкого надежного взрослого — этот опыт невозможно отменить или переписать заново. Также ребенок мог, напротив, иметь опыт благополучной жизни в кровной семье до того, как там начались проблемы, или даже в непростой обстановке иметь теплые и близкие отношения с членами кровной семьи, и тогда внезапно изъятие его из семьи становится огромной травмой.

Пережитые в кровной семье и в учреждениях чувства, на уровне эмоций и внутренних переживаний, остаются с ребенком. Пусть это не воспоминания на уровне слов — но ведь у детей в первые месяцы и ранние годы жизни взаимодействие с миром и людьми базируется преимущественно на эмоциональной сфере. Да и у взрослых людей сильные переживания часто действуют на поступки и поведение в обход логики и разума. Эмоциональная сфера сохраняет свою серьезную роль в жизни человека любого возраста. Делать вид, что с ребенком в детстве как бы «ничего плохого не происходило» равносильно тому, как если мы будем общаться с человеком, пережившим тяжелую автокатастрофу, делая вид, что с ним все в порядке и не затрагивая тему аварии. Он в любом случае будет лежать в гипсе, у него будут боли и, возможно, внезапные наплывы страшных воспоминаний о происшествии. И даже после излечения что-то будет болеть и напоминать о случившемся... **Так и у ребенка с непростым прошлым: душевные раны останутся и будут напоминать о себе. Только вот без помощи, без разъяснений и поддержки взрослых эти раны рискуют остаться незалеченными, ребенок не будет понимать, откуда на него накатывает то или иное настроение, может вести себя порой странно и для окружающих, и для самого себя.**

Например, один мальчик, в раннем детстве взятый в семью, с определенно-го момента вдруг стал бояться плача младенцев и стараться уходить подальше от любой детской коляски. Где он мог его слышать раньше, если в семье он растет один? С чем связан этот страх? Ответ может быть только один: когда он сам был маленьким и еще не попал в семью, он мог слышать много плачущих маленьких детей, или же он много плакал и кричал сам, и никто не спешил его утешить. И именно это будит в нем воспоминания о том стрессе, который он пережил в то время, от этой боли он бежит. Взрослые могут помочь ему понять, что с ним происходит, объяснить, что с ним было раньше, и утешить (дать возможность выразить свои чувства и оказать помощь, пройти тот самый трудный опыт, но уже не в одиночку). Тогда у мальчика есть шанс справиться постепенно со всем происходившим с ним ранее. Если же нет — как он сам станет отцом? Как он поведет себя, услышав плач своего ребенка? Будет убегать из дома, или всеми силами заставлять ребенка замолчать? На практике давно доказано, что обычные взрослые, которые

внезапно для всех совершают жестокие поступки в отношении маленьких детей, часто имеют свой травматический непроработанный опыт детства. Что-то в жизни вызывает воспоминания об этом опыте, и человек теряет над собой контроль..

Можно и дальше приводить множество примеров того, как у детей проявляется их внутренняя память (в ночных кошмарах; в снах, в которых им видятся две мамы и т. д.; в особо сильной эмоциональной реакции на конкретные сюжеты и мультфильмы — например, всякий раз горький плач при просмотре «Мамонтенка»...). Эти факты, а также многочисленные другие истории показывают, что не говорить ребенку о его прошлом означает оставить его один на один с очень тяжелым опытом, часто болью, с которой он не может справиться, но которая проявляется в его поведении, реакциях, отношениях с теми, кто рядом. Тогда этот опыт бесконтрольно влияет на его жизнь, и управлять этим сам он не может. А сложные чувства в отношении взрослых, которые пропадали из его жизни или плохо с ним обращались, переносятся на близких — например, на приемных родителей, которым будет странно и непонятно, почему в ответ на любовь они порой получают агрессию и ненависть; почему ничего вроде бы в жизни плохого не происходит, а у ребенка жуткие истерики и так далее... Если не вносить ясность в роли разных людей в жизни ребенка, то все накопленное и смутно ощущаемое им в душе выльется на приемных родителей. А ведь меньше всего они заслуживают ненависти или злобы. Внутренняя боль ищет выхода, и ещё это запрос на то, чтобы кто-то помог разобраться.

— Если в истории ребенка были страшные травматические события, то мы нанесем ребенку повторную травму, говоря об этом и развивая эти темы!



Как уже обсуждалось выше, сокрытие информации о тяжелых событиях прошлого не поможет их вычеркнуть, а поставит под удар жизнь самого ребенка. Если с ним жестоко обращались (много били), он может начать сам проявлять много агрессии или легко становится жертвой, постоянно как бы «напрашиваться» на драки. Если ребенок в детстве перенес сексуальное насилие, и это замалчивается в приемной семье, потому что тема пугает самих родителей — как ребенку потом строить отношения, когда приблизится подростковый возраст? У него могут быть при взрослении проблемы в сексуальной сфере, могут быть страхи, или ребенок легко станет жертвой, попав в похожую ситуацию. Ведь если когда-то что-то плохое с ним делали, и никто не защитил ребенка, и никто ни тогда, ни потом не говорил, что так нельзя поступать с детьми, не учил ребенка защищать себя, не помогал пережить боль и стыд — в памяти тела и эмоций все это остается, и получается, что «так со мной поступать можно». Или же просто наступит ступор, и ребенок не сможет защититься, потому что похожая ситуация напомнит что-то смутное и страшное из детства.

Также нередко дети, которые просто много всего повидали из того, что не стоит видеть маленьким детям (не подвергались сексуальному насилию, но видели физическую близость взрослых), впоследствии проявляют повышенный интерес к темам секса, могут демонстрировать сексуализированное поведение. Это не говорит об «испорченности» ребенка, это говорит, что он, опять же, пытается осмыслить свой опыт жизни — травматический опыт. Уходя от этих тем и замалчивая их, мы оставляем ребенка с неподъемными для него проблемами один на один. Конечно, тут приведены крайние примеры с очень тяжелыми вариантами травм. Но на этом материале яснее видно, что чем больше взрослые уходят от трудных тем, тем выше риск, что ребенок далее в своей жизни получит повторные травмы или негативную реакцию социума в свой адрес.

— Чем так важна ребенку кровная семья? Они ничего хорошего ему не дали! Только бросили, или еще и нанесли вред плохим обращением! И вообще, что хорошего ему могли передать эти «опустившиеся люди»?

На первый взгляд это может показаться правдой, потому что в личном деле ребенка почти всегда есть только негативные факты о его кровной семье. Обстоятельства изъятия, заболевания и зависимости родителей, «отказные» заявления... Но надо не забывать несколько важных вещей.

Во-первых, у кровной семьи абсолютно точно была какая-то жизнь до появления проблем. Они сами тоже были детьми, со своими способностями и интересами, у них были и вполне могли сохраниться интересные и хорошие черты характера, таланты и умения и пр. Человек и его история не сводимы к одному факту, названию болезни или к описанию какого-то одного периода его жизни. И никто не старается, к сожалению, собрать в личном деле ребенка все то хорошее, что было в его кровной семье. В документах нужно только обоснование для перемещения ребенка.

Во-вторых, кровная семья кое-что дала ребенку. И это — Жизнь. Важнейший из всех подарков, которые мы получаем. Не стоит думать, что это неважно. Ведь не будь кровной семьи — не было бы у Вас, приемных родителей, именно этого ребенка, который так Вам понравился, и которого Вы полюбили или еще только собираетесь принять в семью и полюбить.

В-третьих, люди часто пугаются передачи чего-то плохого по наследству, упуская из виду все то хорошее, что ребенок также получает от кровной семьи: иногда это красивая внешность, иногда это замечательные интеллектуальные способности, иногда это конкретные способности (к музыке или другому искусству). Для развития любых способностей нужны предпосылки, в них есть генетическая составляющая. Также некоторые дети успели получить со стороны кого-то в кровной семье опыт любви и заботы. И даже если этого опыта принятия было мало, эти крохи крайне важны для последующей жизни ребенка: в дальнейшем они могут становиться опорами в том, чтобы воспринимать себя как ценного и значимого человека; помогать понять, что взрослые не только опасны, причиняют боль и непредсказуемы в своих реакциях, но могут быть источником заботы и тепла. Любой взрослый в прошлой жизни ребенка, давший ему хороший опыт, облегчает приемным родителям задачу построения отношений привязанности с ребенком в настоящем. При этом, конечно, есть и то, за что дети могут обижаться и злиться на свою кровную семью. Потому что потеря кровной семьи и возможности воспитываться своими родителями — большая потеря и травма. Неважно, в каком возрасте она произошла. Точнее даже, младенцу еще труднее сразу остаться без семьи — потому что в этом возрасте ребенок менее всего готов остаться в одиночестве. Невозможность быть любимым своими родителями — это основа для подозрений ребенка, что именно с ним «что-то не так», раз его не старались удержать, «не захотели растить...». В этом корни и самообвинений, и низкой самооценки.

Также исследования показали, что у детей с тайной усыновления самооценка оказывается часто низкой (как и у детей в детских домах), а тревожность — высокой. Потому что дело не в том, сказали ли взрослые ребенку правду о нем самом или нет, а в том, что реально был у ребенка этот опыт ненужности и заброшенности, и из этого опыта и выросла неуверенность в себе, неприятие себя, и тревога = «я могу остаться один». Также важно знать, что если ребенок знает только негативные факты о своей кровной семье, об этих людях при нем и с ним говорят только в уничижительном смысле и только плохими словами — то и себя ребенок начинает чувствовать плохим, потому что он оттуда корнями. Получается, и его тем самым делают «плохим». Конечно, задача приемных родителей не в том, чтобы говорить о кровной семье только хорошее, не говорить о реальных проблемах и что-то придумывать. В придумывании нет смысла. Самое правильно, что можно сделать — это говорить и о хорошем, что известно о кровной семье, и о проблемах, которые привели к тому, что ребенок в ней не остался жить. Честно обсуждать, не ударяясь в крайности (ни «обелять», ни «чернить»).

Такой баланс — это и есть правда жизни. Не бывает плохих и хороших людей, есть люди, в жизни которых происходят и хорошие, и плохие события; у всех у нас есть и хорошие черты, и не очень; есть слабости, с которыми мы боремся или нет и т. д. Конечно, такое обсуждение не снимает ответственности с кровной семьи: то, что они все же не смогли справиться и преодолеть что-то, выстроить свою жизнь, за это ответственны только они сами. Но вправе ли мы осуждать и оценивать их как личностей, не зная всех деталей и не побывав на их месте? Вряд ли. При этом мы можем оценивать их отдельные поступки, четко объясняя ребенку, что, например, бить детей нельзя, это неправильно и нехорошо. Что есть то, что является необходимой маленькому ребенку правильной заботой, которая ему жизненно нужна, и есть неправильная забота, которая может быть не полезна и даже опасна для здоровья и жизни ребенка. При этом важно помнить: опасно путать оценку событий и поступков с оценкой человека в целом.

— Если говорить с ребенком о его кровной семье, то кто тогда ему мы? Какая семья «настоящая»?

Правда в том, что обе семьи для ребенка оказываются настоящими. Одна семья дала ребенку жизнь (и, возможно, кусочек заботы в течение ряда месяцев или лет) — это очень важно, но недостаточно. Нужно еще много лет любить и заботиться, тратить на ребенка много времени и сил, строить с ним отношения и знакомить его с этим миром — и это уже делает приемная семья. В этой истории нет конкуренции или пальмы первенства. Одна семья не может заменить другую, их роль в жизни ребенка принципиально разная, но и то, и то — про настоящее родительство. Конечно, хотелось бы в идеале, чтобы все это могла дать ребенку одна семья, но, к сожалению, это не всегда оказывается возможным. И ребенок может любить и тех, и тех родителей за этот разный вклад в его жизнь, ему не надо выбирать, кого «любить», а кого «предать». Ставить ребенка в позицию выбора в этом вопросе было бы также жестоко, как спрашивать при разводе: «ты кого больше любишь? Маму или папу?».

— Если мы будем говорить с приемным ребенком о его родственниках, то у него будет расти интерес к ним, он может захотеть их увидеть (и т. д.)!

Как правило, закономерность выглядит обратным образом: чем больше ребенок знает правды о своей истории и о своей кровной семье, тем меньше у него бывает тяги туда, потому что больше реализма, меньше поводов для иллюзий и фантазий. В то же время, это не противоречит тому факту, что многим детям, особенно ближе к подростковому возрасту, очень хочется увидеть своих кровных родителей. С чем это связано? С одной стороны, им просто интересно: как они выглядят? А на кого я похож внешне?...и т. д. Ведь в подростковый период темы идентичности и самоопределения выходят на первый план. Заново переосмысливается своя история жизни, ребенок пытается понять на новом этапе взросления, что и почему с ним случилось? Был ли он в чем-то виноват? Откуда он родом,

и какой жизни он достоин? Вопросов может быть миллион, но все они связаны с тем, что ребенок заново интегрирует свое прошлое и настоящее, чтобы планировать и представлять себе свое будущее.

Также не стоит забывать, что сколько бы информации мы ни смогли собрать для ребенка о его истории, всегда остаются вопросы, адресованные кровным родителям, на которые мы за них ответить не можем, но которые для детей важны. Каждый приемный ребенок хотел бы услышать от кровных родителей: что они были не правы и жалеют, что так случилось; чтобы они и извинились перед ним; подтвердили бы, что с ним все в порядке, он хороший и ни в чем не виноват; пожелали бы ему счастливой жизни и порадовались бы его успехам. Конечно, реальная встреча далеко не всегда бывает возможна, а иногда и нецелесообразна. Бывает так, что о кровной семье ничего не известно, и нет никаких данных. Тогда важно терпеливо обсуждать с ребенком все, что его волнует, помогать заново понимать и принимать свою историю, сочувствуя, что большего сделать невозможно. Если же про кровную семью есть информация и есть контактные данные, то для начала важно с ребенком всю имеющуюся информацию обсудить. Ведь кровная семья может по-прежнему жить не слишком благополучно, не решив своих проблем. Уже это честное обсуждение актуальной информации, которую важно преподнести ребенку с сочувствием (ведь он может искренне хотеть, чтобы в кровной семье наладилась жизнь), может оказаться достаточным для ребенка. Наличие фотографий кровной семьи также может облегчить ребенку ситуацию, так как это уже ответы на часть его вопросов.

С другой стороны, у ребенка может все равно оставаться сильное стремление увидеть своих кровных родителей — несмотря на всю имеющуюся информацию, фотографии, документы и работу с историей жизни. В этой ситуации, принимая решение, что делать, приемные родители могут действовать сами, или обращаться к помощи специалистов. Задачей специалиста будет помочь семье найти решение, подходящее именно этому ребенку: с учетом его возраста, его личной биографии и его ожиданий. Маленький ребенок может быть не в состоянии предвидеть разные варианты развития событий, и мечтать только о некоем фантастическом идеальном варианте встречи — тогда его может ждать сильнейшее разочарование при столкновении с действительностью.

Также надо понимать, что вторая сторона (кровная семья) далеко не всегда будет сама готова к данному контакту. И на это может быть множество причин: глубокое чувство вины за случившееся, и желание все это как бы «забыть», поэтому любые напоминания о ребенке могут вызывать боль и желание защититься. У людей может быть новый этап жизни, когда их ближайшее окружение вообще не в курсе, что у них раньше был ребенок, попавший в учреждение. Семья может быть банально стыдно и неловко за тот образ жизни, который они ведут. Кровные родители могут бояться вопросов со стороны ребенка, на которые им сложно будет ответить и т.п. Поэтому любому плану встречи с кровными родственниками должен предшествовать не только анализ ситуации в приемной семье и состояния

приемного ребенка, но и сбор актуальной информации о второй стороне, чтобы больше понимать, какой реакции можно будет ожидать, и чтобы готовить ребенка к разным вариантам развития событий, не все из которых приятные. Получив подробную актуальную информацию о жизни кровной семьи, ребенок может не захотеть ни с кем встречаться, или же увидиться разово, просто чтобы иметь некий живой образ конкретных людей вместо бесконечных мучительных фантазий.

Безусловно, приемного родителя может пугать вся эта тема, так как она требует сил и ресурсов взрослых, бросает вызов их личному отношению к прошлому ребенка и людям из этого прошлого... Но как бы труден ни казался этот путь, у него есть важнейший смысл: проживая с приемным ребенком всю собранную информацию о его истории жизни и о судьбах его родни, разделяя с ним его переживания и поддерживая его, приемный родитель создает по-настоящему близкие отношения со своим ребенком, так как не боится идти с ним в самые сложные темы, которые одному ребенку не под силу. Это не отдаляет, а сближает.

— Что делать, если ребенку, пока он жил в учреждении, кровные родственники обещали его забрать? Переехав в приемную семью, ребенок явно «сидит на чемоданах», продолжая ждать, что его заберут...



Это характерная ситуация, когда сотрудники детского дома никак не поработали с тем, чтобы донести до ребенка, что в свою кровную семью он не вернется жить, и именно поэтому для него нашли приемную семью. Тогда ребенок, помня обещания родственников, хранит им верность, ожидая, что за ним придут. Вплоть до того, что он может не позволять себе строить отношения в новой семье, не позволять себе привязываться, а делать все, чтобы его вернули в учреждение —

чтобы там преданно ожидать кровных родственников. В противном случае ребенок начинает ощущать себя предателем и даже брать на себя вину: «если бы я остался в детском доме, меня бы забрала моя семья...». Все это сильно усложняет адаптацию.

В такой ситуации лучше, если приемные родители найдут некое третье лицо для донесения до ребенка важной информации. Этим человеком может быть грамотный сотрудник опеки, с которым у приемных родителей есть контакт и взаимопонимание; это может быть сотрудник учреждения, из которого забрали ребенка — опять же, если с ним есть контакт, и можно ожидать, что он поймет, какой помощи в интересах ребенка от него хочет семья; или же это может быть сотрудник службы сопровождения. Приемные родители организуют встречу с этим человеком, предварительно обсудив с ним цель встречи без ребенка. На встрече с семьей данный человек, как официальное лицо, проговаривает ребенку важную информацию: простыми и понятными словами (с учетом возраста и развития ребенка!) и с уважением к чувствам ребенка он говорит о тех проблемах, которые помешали кровным родственникам растить ребенка. Поясняет, что те взрослые, к сожалению, так и не решили своих проблем, не смогли перестроить свою жизнь так, чтобы забрать ребенка из детского дома и растить его. Им давали на это время, специальные люди следили за ситуацией, и только когда ничего не изменилось, стали искать для ребенка приемную семью, которая хочет и может о нем позаботиться... Текст заранее можно согласовать и продумать, зная жизненную ситуацию приемного ребенка. Далее хорошо, если это же «официальное лицо», выразив ребенку свое сочувствие, спросит ребенка о том, есть ли у него какие-то вопросы, и постарается ответить, если они есть.

Почему важно, чтобы не сами приемные родители сообщали всю эту информацию? Приемные родители в глазах ребенка могут быть «конкурентами» за место родителей в его жизни, им лучше оставаться максимально нейтральными в отношении кровной семьи. Информации, исходящей от них, ребенок с большей вероятностью может не поверить. К тому же события, связанные с кровной семьей, произошли в жизни ребенка до появления приемной семьи. Приемным родителям лучше быть в роли тех, кто пришел на разговор с ребенком в качестве его опоры и поддержки, и они будут сочувствовать ребенку после сообщения такой непростой информации: ведь именно с этого момента ребенку придется начать расставаться с надеждой, что кровная семья сможет его растить. Начнется проживание потери...

В редких случаях, когда привязанность ребенка к конкретному кровному родственнику была очень сильной, и от родственника исходило обещание забрать, никакая информация извне не может пошатнуть веру ребенка в то, что надо ждать и стремиться обратно к кровной семье. Это те редкие случаи, когда ребенку от самого кровного родственника надо услышать, что он (она) действительно не сможет заботиться о ребенке, и что ребенок имеет право счастливо жить и расти в приемной семье. С такой трудной ситуацией приемной семье лучше разбираться

не в одиночку, а с помощью грамотных специалистов. Способ дальнейших действий будет зависеть от конкретной ситуации — что это за родственник, насколько он в доступе и можно ли пытаться выйти на контакт с ним и т. д. — но в целом пути два: либо путь организации реальной встречи с таким кровным родственником, чтобы он(она) смог(а) сказать нужные для ребенка слова; либо путь получения такого сообщения в формате записанного аудио- или видеобращения родственника к ребенку, опять же, с понятным для ребенка текстом. Эти пути непростые, и разрабатывать и реализовывать план лучше с помощью специалиста.

— Что делать, если во время жизни ребенка в приемной семье объявились его кровные родственники, которые хотят общаться с ребенком? Или ребенок общался с кровными родственниками в учреждении, и сам продолжает активно ими интересоваться?

Тема выстраивания контактов с кровными родственниками зачастую пугает приемную семью по разным причинам, и это понятно. Есть страхи о том, что такое общение помешает ребенку строить отношения с приемной семьей, что это общение плохо скажется на самом ребенке и пр. Опять же, важно начать с того, что приемной семье не стоит в одиночку пытаться разобраться с этим вопросом, а лучше заручиться поддержкой специалистов.

Роль специалиста в такой ситуации заключается в следующем: во-первых, оценить безопасность данных контактов для ребенка; прояснить, не было ли причинения очевидного вреда со стороны данного родственника ребенку. Во-вторых, если с безопасностью все в целом хорошо, то именно нейтральная третья сторона должна помогать выстраивать контакты ребенка с кровными родственниками, уважая одновременно и интересы самого ребенка, и его приемной семьи. Нюансов здесь, конечно, много. Начиная от того, когда такие встречи начинать проводить, ведь после переезда ребенка к приемным родителям ему надо хоть как-то сначала осознать произошедшие перемены и хоть немного адаптироваться на новом месте. Опять же, важно, чтобы ребенку была донесена информация о том, что кровная семья не сможет его растить. Далее именно сотрудник помогает и с подготовкой всех сторон к началу встреч; и занимается фактической организацией встреч ребенка с кровным родственником на нейтральной территории; через сотрудника происходит согласование всех правил и условий, частоты таких встреч и т. д. С приемными родителями все проговаривается и обсуждается до начала таких встреч. Формат их и частота могут быть разными. Важно, чтобы это был выстроенный и понятный для ребенка опыт.

Почему этот вопрос заслуживает внимания, почему вообще важно организовывать такие встречи с определенной периодичностью (не слишком часто!) с кровными родственниками, которые заинтересованы в ребенке? Для самого ребенка это крайне важный факт, подтверждающий небезразличие его кровной

семьи к нему. Это прямо свидетельствует о том, что он значим для своей кровной родни. Тогда он может по-настоящему начинать верить, что проблема и правда не в нем самом, что его не смогли растить не потому, что он «плохой». Также именно от родственников бывает возможно получить важную информацию об истории кровной семьи, и не только об истории проблем в этой семье, но и про благополучные зоны. Все это — существенный вклад в самооценку и выстраивание идентичности ребенка. Еще раз хочется подчеркнуть, что нюансов в такой непростой теме множество, конкретные решения зависят от конкретной ситуации ребенка и фактов его биографии.

Такую важную и эмоционально заряженную тему — отношение к прошлому приемного ребенка и его кровным родственникам — невозможно подробно раскрыть в кратком формате. Здесь только слегка затронуты основные волнующие приемных родителей вопросы и сомнения. Для дальнейшего ознакомления с темой рекомендуется обращаться к литературе и к специалистам, имеющим опыт работы с приемными детьми. С ними родители смогут обсудить много важных конкретных нюансов: с какого возраста работать над темой прошлого со своим приемным ребенком; какие лучше подбирать слова в зависимости от фактов его биографии, а также от его уровня развития и возраста; как собирать дополнительную информацию о детстве ребенка до приемной семьи и многое-многое другое.

Литература для приемных родителей и специалистов

1. Брюс Липтон (проф.медицины, молекулярный биолог) «Биология веры. Как сила убеждений может изменить ваше тело и разум».
Эту книгу стоит читать тем, кто интересуется современной генетикой/эпигенетикой. Кроме данного автора рекомендуем ознакомиться с книгами и лекциями Роберта Сапольски (американский нейроэндокринолог, профессор биологии, неврологии и нейрохирургии в Стэнфордском университете, исследователь и автор книг). Лекции переведены на русский, доступны в интернете и рассчитаны на широкую аудиторию.
2. Жуйкова Е.Б. «Новая семья. Рисуем, чтобы понять».
Это рабочая тетрадь для проработки истории жизни ребенка, проживающего в приемной семье.
3. Жуйкова Е.Б. Воспитание приемного ребенка: от мотивации и ожиданий — к становлению отношений в семье // Новые психологические исследования. 2021. № 3. С. 48–78. DOI: 10.51217/npsyresearch_2021_01_03_03
Статья доступна в интернете: <http://newpsyresearches.ru/zhujkova-e-b-vozpitanie-priemnogo-rebenka-ot-motivaczii-i-ozhidanij-k-stanovleniyu-otnoshenij-v-seme/>
4. Губина Т.В. «Принять ребенка из детского дома: информация для принимающих родителей».
Книга доступна в интернете: <https://pro-mama.ru/wp-content/uploads/2014/03/Prinyat-rebenka-iz-detskogo-doma-final.pdf>
5. Бетси Кифер, Джейн И. Скулер «Как рассказать правду усыновленному или приемному ребенку. Как помочь ребенку осознать свое прошлое».
Книгу можно найти в электронном виде: http://faqconf.narod.ru/Kak_rasskazat_pравду_usinovlennomu_ili_prijemnomu_.pdf
6. Ковалева И.С. «Недолюбленные дети. Записки психолога».
Книга предназначена для специалистов и приемных родителей. Она о том, как помочь детям, оставшимся без поддержки близких, не потерять себя, принять реальность, найти внутреннюю опору и силы, чтобы строить собственное будущее.
7. Пэтти Коген «Как растить усыновленных детей: с первых дней до подросткового возраста».
Книга ориентирована на приемных родителей, в ней много действенных идей для практического применения. Доступна для скачивания в интернете: <https://otkazniki.ru/library/metodicheskie-materialy/knigi-perevedennyye-blagotvoritelnyh-fondom-nastoyashchee-budushchee/>
8. Лапина О.В. «Лиза путешественница. Путешествие Лики. Записки попутчика».
Сказка от лица приемного ребенка с комментариями работавшего с ней психолога. Затрагивается тема проработки тяжелого прошлого и опыта многократных возвратов. Книга может быть интересна и для родителей, и для специалистов.

9. Чарльз А Нельсон, Натан А. Фокс, Чарльз Г. Зина «Брошенные дети. Депривация, развитие мозга и борьба за восстановление».
Книгу можно скачать в электронном виде: <https://nakedheart.online/books/broshennye-deti-deprivatsiya-razvitiie-mozga-i-borba-za-vosstanovle>
10. Кэрин Б. Первис, Дэвид Р. Кросс, Венди Лайонс «Привязанный ребенок».
В книге много полезных практических идей для принимающих родителей.
11. Брюс Перри, Майя Салавиц «Мальчик, которого растили, как собаку. И другие истории из блокнота детского психиатра».
Американский психотерапевт, рассказывая реальные истории детей, переживших экстремальный психологический опыт, раскрывает стратегии и меры, учитывающие удивительные возможности детской психики и мозга, для полного преодоления последствий этих переживаний.
12. Петрановская Л.В. «К Вам в класс пришел приемный ребенок».
Книга предназначена для педагогов и приемных родителей. Она поможет разобраться с причинами трудностей приемного ребенка в школе.
13. Печникова Л.С., Жуйкова Е.Б. «Приемные семьи в пространстве детско-родительских отношений» [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2008. N 2(2).
Статья доступна в интернете: <http://psystudy.ru/index.php/num/2008n2-2/108-pechnikova2.html>
14. Пичугина (Капилина) М.В., Панюшева Т.Д. «Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка».
В книге вся информация актуальна, за исключением раздела о привязанности. Он будет изменен и обновлен в соответствии с современными данными к следующему изданию книги.
15. Пичугина (Капилина) М.В., Панюшева Т.Д. «Создание «книги жизни» приемного ребенка (или ребенка-сироты)».
Это отдельное пособие по созданию «Книги жизни» с приемным ребенком. Текст практически полностью дублирует раздел из книги тех же авторов. Доступна для скачивания в электронном виде: https://otkazniki.ru/files/bookoflife_end.pdf
16. Диана Хорсанд «Детское воровство. Где мое и где чужое? Маленькие подсказки для родителей».
Книга про возрастные особенности детей в связи с темой «воровства», здесь нет текста про приемных детей.
17. Каролин Эльячефф «Затаенная боль».
Автор рассказывает о своем опыте работы в качестве психоаналитика с детьми, переживающими разрыв со своими кровными семьями. Показано, как дети даже младенческого возраста реагируют на эту травму — она не проходит «незамеченной».
18. Пальмов О.И., Мухамедрахимов Р.Ж., Никифорова Н.В. «Как дома. Модель изменения условий жизни детей в домах ребенка РФ». <https://xn----8kcdmbib9bfite7azs.xn--p1ai/docs/kak-doma-model-izmeneniya-usloviy-zhizni-detey-v-domah-rebenka-rf.pdf>

Литература по сенсорной интеграции

1. Э. Джинн Айрес «Ребенок и сенсорная интеграция».
2. Анита Банди, Шелли Лейн, Элизабет Мюррей «Сенсорная интеграция: теория и практика».
3. Вебинары по теме сенсорной интеграции на youtube-канале «Школа игровой логopedии» (вебинары проводят Мария Шапиро с коллегами). Например:
 - ♦ «Тысяча и один вопрос по сенсорной интеграции»: <https://youtu.be/xfb5wqx7Xgc>
 - ♦ «Летние активности: сенсорная интеграция дома и на даче»: <https://youtu.be/otjEzEqXqGI>

Автобиографии, написанные взрослыми, оставшимися в детстве без кровной семьи

1. Гезалов А. «Соленое детство» (автобиография).
2. Рубен Давид Гонсалес Гальего «Белое на черном» (автобиография).
3. Рубен Давид Гонсалес Гальего «Я сижу на берегу» (автобиография).
4. Алан Филпс, Джон Лахуцки «Дай мне шанс. История мальчика из дома ребенка» (автобиография).
5. Аша Миро «Разлученная» (автобиографическая книга удочеренной девушки).
6. Джаннетт Уоллс «Замок из стекла» (автобиография; автор описывает свои детские впечатления от проживания в сложной, неблагополучной кровной семье).

Книги, написанные приемными родителями

1. Кэти Гласс «Будь моей мамой. Искалеченное детство» (опыт приемной мамы).
2. Татьяна Губина «Кузя, Мишка, Верочка и другие ничейные дети» (опыт приемной мамы и специалиста по семейному устройству).
3. Оксана Дмитрива «Щепка в сердце. Дневник приемной мамы».
4. Олеся Лихунова «Хочешь, я буду твоей мамой? Честный дневник о жизни большой семьи».
5. Майя Ракита «Дневник приемной матери» (опыт приемной мамы)
6. Влада Сергеева «Когда я родился, тебя не было, мама!» (опыт приемной мамы).

Полезные ссылки

На сайте фонда «Волонтеры в помощь детям-сиротам», в разделе «Приемным родителям» можно найти много полезной информации, в том числе видео-записи семинаров по актуальным проблемам приемных семей:

<https://otkazniki.ru/foster-parents/>

