

Рекомендации психолога замещающим родителям

Попадая в новую семью, ребенок находится в тревожной для себя ситуации. Замещающие родители должны помочь ему ответить на вопросы, которые его волнуют:

- Кто эти люди, с которыми я теперь буду жить?
- Смогу ли я встретиться с теми, с кем жил раньше?
- Кто будет принимать решения о моем будущем?
- Чего я могу ожидать от этих людей?



1. Приведу несколько рекомендаций:

- Позвольте ребенку задавать вопросы, будьте готовы ответить на них;
- Постарайтесь помочь ребенку узнать, как можно больше о новом месте, о членах семьи, по возможности покажите фотографии, расскажите о родственниках, о традициях своей семьи;
- Позвольте ему принять участие в выборе мебели и (или) каких-то еще вещей для его комнаты и нового места жительства в целом.

2. Восстановление доверия, важные моменты в поведении взрослых, которые помогают формированию положительных взаимодействий между взрослым и ребенком:

- Говорить с ребенком спокойно, дружелюбно, с нежными интонациями;
- Говорить ребенку в глаза, а если он отворачивается, попробовать придержать его так, чтобы взгляд был направлен на вас;
- Откликаться на нужды ребенка, а если удовлетворение этих нужд невозможно, спокойно объяснить, почему;
- Всегда подходить к ребенку, когда он огорчен, расстроен, плачет, чтобы выяснить причину и успокоить его.





3. Советы о воспитании ребенка в семье:

- Постоянно давайте ребенку понять, что он часть семьи. Чаще употребляйте слова, как «наш сынок» (дочка), «наша семья», «мы – твои родители» такие и т.п.
- Празднуйте не только дни рождения, но и день усыновления.
- Покупая что-то ребенку, купите такую же вещь, как у мамы, папы или у ребят, которые уже есть в семье.
- Проявляйте заботу, покажите привязанность в отношениях между членами семьи.
- В восстановлении доверия большую роль играет телесный контакт между взрослым и ребенком (даже для достаточно больших детей), например: поглаживайте ребенка по головке, спинке, играйте в щекотки, догонялки, прятки, в свободные минуты садитесь или ложитесь в обнимку, читая или смотря телевизор и т.д.
- Обучайте распознаванию, проговариванию и адекватному выражению своих чувств (например: «Ты можешь рассказать маме о том, что тебя беспокоит»; «Если ты злишься, можно побить подушку или порвать на мелкие кусочки лист бумаги»; «Можно плакать, если грустно» и т.д.)
- Если хотите, чтобы общение с вами было приятно ребенку, а сами вы для него интересны, ведите разговор с ним в русле его интересов, а не своих собственных. Выясни, чем он увлекается, что ему дорого и начинайте разговор с этого, незаметно переводя разговор на нужный вам предмет.
- Умейте слушать ребенка, не торопитесь высказать свое мнение по каждому поводу.
- Не торопите, не подстерегайте детей, особенно когда они едят, думают или что-то делают.
- Не суетитесь сами, дети не любят суетливость. Суетливые взрослые не вызывают у них ни уважения, ни доверия.
- Если ребенок в чем-то терпит неудачи и теряет уверенность в себе, не стыдите, не упрекайте, не заставляйте. Расскажите, как сами когда-то чего-то боялись или не умели, а потом научились преодолевать неудачи.
- Не разрушайте положительный опыт ребенка, его хорошее представление о себе самом, не внушайте ему отрицательного представления о нем, иначе он станет ориентироваться не на положительный образ самого себя, а тот, который вы ему внушаете.

- Критикуя поступок ребенка, не переходите на личность. Осуждайте поведение, а не ребенка. Не «ты плохой», а «ты поступил плохо».

- Помните, что «хороший» ребенок и «удобный» для вас ребенок – это не одно и то же. Удобный, тихий, во всем с вами согласный и во всем вам подчиняющийся – это или больной ребенок, или будущий приспособленец.

- Воспитывать раба легче, чем личность. Перестраивайте систему взаимоотношений и себя в ней.

- Если вы раздражены, огорчены, устали не вступайте с ребенком, в это время в какой-либо воспитательный контакт. Переждите, остыньте, перестройтесь. Злость и раздражение – плохие советчики и плохие помощники.

- Обсуждайте возникшую проблему спокойно, без крика и раздражения, тогда ваш ребенок ничего не будет от вас скрывать.

- Если есть необходимость в «проработке» ребенка, связанной с нападением и упреками, помните, что они действительны только в течение 2-3 минут. Если нападения продолжаются дальше, чувство вины у ребенка сменяется раздражением, появляется противодействие. Эффективность такого воздействия не только сводится к нулю, а также дает отрицательный эффект.

- Не стремитесь любой ценой получить от ребенка признание им ошибок и общения «больше так не делать». Это всегда или фальшь или унижение, которого ребенок чаще всего не прощает, особенно если это унижение вы заставили его пережить публично.

- Как можно больше времени проводите вместе со всей семьей, обсуждая прожитый день, делясь проблемами, советуйтесь друг с другом.

- Не бойтесь просить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.

- Умейте вовремя закончить разговор.

**Все семьи разные и уникальные, но у них есть одна
общая черта – любовь!!!**

