

# АДАПТАЦИЯ В ПРИЕМНОЙ СЕМЬЕ: СТРЕСС-ФАКТОРЫ И СЕМЕЙНЫЕ СПОСОБЫ РЕАГИРОВАНИЯ

Адаптация ребенка в замещающей семье – это процесс включения ребенка в семейную систему, принятие им предписанной роли, норм и правил, формирование привязанности к родителям и налаживание эффективных форм общения и сотрудничества.

## 1

**«Знакомство» или «Медовый месяц».**

### Характерные признаки:

- опережающая привязанность родителей и детей друг к другу;
- ребенок с удовольствием выполняет все, что предлагают взрослые;
- сразу же начинают называть взрослых папой и мамой;
- ребенок находится в лихорадочно-возбужденном состоянии (суетлив, непоседлив)



## 2

**«Возврат в прошлое» или «Регрессия».**

### Характерные признаки:

- происходит очень болезненная ломка сложившегося стереотипа поведения;
- на этой стадии у детей могут отмечаться: фиксация на чистоте, опрятности или, грязи и неопрятности; чувство беспомощности или чувство зависимости; чрезмерная озабоченность своим здоровьем, преувеличенные жалобы, повышенная чувствительность; отказ от всего нового; необъяснимые припадки злобы, плача.



## 3

**«Привыкание» или «Медленное восстановление».**

### Характерные признаки первого варианта:

- дети и родители постепенно начинают жить жизнью обычной нормальной семьи;
- становление адекватного поведения у ребенка;
- выбирает компании, близкие ему по возрасту;
- исчезает напряжение, он начинает шутить и обсуждать свои проблемы и трудности со взрослыми;
- ребенок привыкает к правилам поведения в семье и в детском учреждении.

- ребенок принимает активное участие во всех делах семьи;
- волосы из тусклых становятся блестящими, исчезают аллергические реакции и невротические явления, прекращается энурез, меньше ест, меньше раскачивается, сосет пальцы, угол подушки, одеяла.

### Характерные признаки второго варианта:

- родители не могут установить доверительные отношения с ребёнком;
- у ребенка усугубляются прежние недостатки личности (агрессивность, замкнутость);
- нездоровые привычки (воровство, курение, стремление к бродяжничеству);
- у ребенка наблюдаются негативные реакции по отношению к своим приемным родителям.



**ВАЖНО!!** Переход от одной стадии к другой, так же, как и протекание этих стадий не всегда явно выражено, это **НОРМАЛЬНО** и **ИНДИВИДУАЛЬНО** для каждой семьи

## В период адаптации семья может столкнуться с кризисом

### Ухудшение поведения ребёнка:

повышенная капризность, своеволие, негативизм, упрямство, строптивость, склонность к бунтарству, иногда деспотизм и ревность, демонстративное неподчинение требованиям взрослых.

### Появляются неврозоподобные и невротические расстройства:

неврозы навязчивых состояний и движений (тики, покашливание, нарушение ритма дыхания, обкусывание ногтей), нарушения темпа речи, энурез, нарушения сна, аппетита. Развиваются астенические состояния (низкая работоспособность, повышенная утомляемость), снижение иммунитета

## СТРЕСС-ФАКТОР

## СПОСОБЫ ПОДДЕРЖКИ

### Смена привычного круга общения

Родителям необходимо ограничить контакты ребёнка, в том числе с родственниками  
Избегать вопросов о прошлом и излишнего любопытства посторонних  
Вовлечь ребёнка в совместные занятия, прогулки  
Проявить интерес к его увлечениям и продумать мероприятия, которые им соответствуют

### Изменение привычной обстановки

Познакомить ребенка с домом (провести по всем комнатам и показать, что в них находиться)  
Создание собственного пространства ребёнка (перестановка в комнате, так как хочет ребёнок)  
Если есть такая возможность и желание ребёнка взять вещи из учреждения, где прибывал ребёнок  
Особое внимание уделить «своему месту» ребенка. В понятие «своё место» входит и место за столом, и место для его вещей, и собственная кружка, т.е. всё, что позволяет ребёнку ощутить собственное место в семье  
Не ругать за то, что обстановка в комнате не такая, к которой вы привыкли

### Конфликтные ситуации в семье

Не пытаться стать ребёнку другом (стать с ним на равных), ему нужен сильный взрослый рядом, который несёт за него ответственность  
Родители должны договориться друг с другом об одном стиле воспитания "Мама разрешила, а папа нет"  
Проявлять уважение друг к другу  
Интересоваться что чувствует ребёнок, что его беспокоит?  
Ребёнок ждёт от вас безусловной любви вне зависимости от того, хорошим или плохим он выглядит в ваших глазах

### Изменение распорядка дня и правил пребывания в доме

Постепенно прививайте ребёнку правила и распорядок дня, без требований выполнить их немедленно  
Сделать это «за сладким столом» (сладкое снижает уровень напряжения)  
Если ребёнок маленький, то желательно продемонстрировать правила в игре, где в качестве членов семьи «выступают» игрушки  
Учитывайте сформированные привычки ребёнка  
С подростком необходимо обсудить разумность правил, договориться о возможной совместной коррекции требований к нему, заключить контракт об их выполнении.  
Личный пример соблюдения устанавливаемых правил и режима дня

**Главное правило адаптации, которое должно быть вырублено на камне – никогда ни при каких обстоятельствах не говорить ребенку, что его вернут в детский дом. НИКОГДА.**