

Адаптация ребёнка к новой семье происходит примерно в течение года. Успешное протекание процесса адаптации зависит от того, насколько замещающими родителями будет реализовано одно из главных качеств этого периода — принятие подопечного ребёнка таким, какой он есть: с его достоинствами, недостатками, характером, непростым прошлым и правом быть собой.

1. Сообщите ребёнку о том, что будет происходить в ближайшее время и что планируется в будущем.
2. Постепенно и умеренно вводите требования, запреты и правила (режимные моменты) существующие в вашей семье.
3. Внушайте ребёнку разрешение жить счастливо и убеждение в том, что он не виноват в разрыве с семьёй.
4. Не перегружайте ребёнка эмоциональными впечатлениями. Первое время ограничьте встречи с другими взрослыми и детьми. Гости и родственники вполне могут подождать неделю, пока ребёнок немного адаптируется и почувствует себя в доме увереннее.
5. Если что-то ребёнку особенно нравится в еде или удовольствиях, не старайтесь выдать это всё и в максимальных количествах. Принцип «один раз и до отвала» здесь не срабатывает, но может

привести к серьёзным расстройствам или аллергическим реакциям у ребёнка.

6. Не спешите к увеличению познавательных нагрузок, не торопитесь перегружать новыми впечатлениями. Тем более, что в процессе адаптации у ребёнка дезорганизуется учебная деятельность, снижается успеваемость. Позвольте ему сначала, достаточно ознакомиться с домом. Необходимо, чтобы ребёнок почувствовал себя в доме защищённым. Совершенно не обязательно совершать дальние прогулки или поездки в клубы, музеи и на праздники.

7. Не надейтесь, что ребёнок сразу выкажет положительную эмоциональную привязанность, скорее он будет ярче проявлять беспокойство при вашем отсутствии.

8. Первое время старайтесь быть с ребёнком как можно чаще вместе, разговаривайте с ним, обращаясь «глаза в глаза».

9. Говорите с ним о том, что ему интересно, внимательно слушайте всё, что он рассказывает, но старайтесь резко не реагировать на страшные рассказы и нецензурные слова. Не останавливайте его, если он рассказывает ужасы своей прежней жизни, играет в игры, где представляет себя жертвой. Накопившийся негатив требует

выхода и не может быть забыт за один день. Проявите терпение.

10. За обеденным столом у ребёнка должно быть свое место — это делает его полноправным членом семьи. Очень важно, чтобы он сидел на одном уровне с остальными.

11. Выясните предпочтения в еде, чем он питался, не настаивайте, если ребёнок будет отказываться от каких-то ценнейших на ваш взгляд продуктов, например рыбы, фруктов, зелени. Не беспокойтесь, со временем он всё это будет есть сам.

12. Признайте прошлый опыт ребёнка, навыки и страхи, оставшиеся с ним, его тревоги и печали о людях, оставленных позади, и неуверенность по поводу будущего.

13. Сохраните его имя и фамилию, любимые вещи, допустимые привычки.

14. Восстановите жизненную историю самого ребёнка и создавайте альбом о его жизнедеятельности: обеспечьте ребёнка информацией о прошлом: каждый ребёнок в соответствии с обстоятельствами и возрастом должен представлять, кто он, каково его происхождение, где и когда он родился, где прежде жил, кто его биологические родители, где они сейчас и так далее.

15. Сохраняйте у ребенка уважение к биологическим родителям. Сохраните, насколько это возможно, контакты с кровной семьей и прежними знакомыми.

16. Акцентируйте внимание на успехах ребенка, положительных событиях его жизнедеятельности. Обозначайте негативные события, но сдержанно.

17. Найдите ресурсы и сильные стороны в прошлом и настоящем ребенка.

19. Сохраняйте допустимые привычки, памятные вещи и т.д.

20. Помогите ребенку пережить двойную жизненную травму: с одной стороны, это плохое обращение в родной семье и негативный жизненный опыт, с другой – сам факт разрыва с семьей.

21. Помогите ребенку в построении моделей будущей самореализации, включая возможность последующего воссоединения с кровной семьей.

22. Определяйте и удовлетворяйте потребности ребенка, соответственно его возрасту.

23. Не забывайте основные принципы поведения – терпение, понимание и выдержка.

24. Помните, что у каждого неадекватного на первый взгляд поступка есть своя психологическая подоплека.

25. Помните о возможности обращения за помощью к специалистам.

Всегда нужно помнить о том, что ребенку на самом деле очень мало надо, и если у Вас нет возможности что-то ему купить, не печальтесь. В вашем арсенале всегда должно быть самое главное, что совсем не стоит денег — ваша любовь, ваша готовность ему помочь, ваша доброта и искренность.

Государственное бюджетное  
учреждение социального  
обслуживания

«Хоринский СРЦН»

**E-mail:** horinsk\_srcn@govrb.ru

Телефон/факс (30148)26618

Телефон:

(30148)26666

Государственное бюджетное  
учреждение социального  
обслуживания

«Хоринский СРЦН»

**Как помочь ребенку  
освоиться в новой  
семье?**