**Адаптация ребенка в замещающей семье**

Адаптация ребенка к новой семье происходит примерно в течение года и условно делится на три стадии:

Первую этап можно было бы назвать «Идеализированные ожидания», —   как у ребенка, так и у замещающей семьи. Каждая из сторон полна надежд и старается понравиться другой.

Помните, что новые переживания могут негативно отразиться на ребенке. Ребенок может испытывать тревогу, плохо спать. Будьте максимально внимательны к нему. Для этого периода будет лучше, если кто-то из членов семьи возьмет отпуск, чтобы помочь ребенку, даже большому, освоиться в новом месте. Покажите ему, как работает бытовая техника, как включается телевизор. Не забывайте, что ребенок может не уметь совершать простейшие действия, не знать, как чистить картошку и иное.

Здесь отмечается опережающая привязанность друг к другу. Родителям хочется обогреть ребенка, отдать ему всю накопившуюся потребность в любви. Ребенок испытывает удовольствие от своего нового положения, он готов к жизни в семье. Он с удовольствием выполняет все, что предлагают взрослые. Многие дети сразу же начинают называть взрослых папой и мамой. Но ребенок испытывает и радость, и тревогу одновременно.

В этот период вы должны понимать, что достаточно часто в первые дни после размещения дети требуют, чтобы их отвезли обратно в детский социальный приют. Подобное желание может быть продиктовано смесью разных чувств. Это и боязнь полной зависимости от малознакомых людей, и стремление сохранить контроль над ситуацией («я решаю, где мне быть» — потребность в безопасности), и проверка отношений («действительно ли я вам так нужен, что вы сможете меня удержать»), наконец, ребенок просто может соскучиться по людям, которые заботились о нем. В таких случаях можно уточнить у ребенка, хочет ли он съездить в гости или «насовсем», потом предложить подумать до утра, а утром сказать ему, что «теперь твой дом — здесь, и мы хотим, чтоб ты жил с нами, но удерживать тебя насильно не станем». Если ребенок маленький, достаточно просто сказать: «Ты теперь живешь с нами, и мы тебя никуда не отдадим, а в приют мы съездим в гости через несколько дней, чтобы навестить твоих друзей и показать им твои новые фотографии».

Примерно через месяц трудности реальных отношений разрушают образ «сбывшейся мечты», наступает первый кризис: привязанность ребенка к старой семье еще сохраняется, а к новой пока не сформировалась, привыкание к смене требований и правил — трудно для него и вызывает протест. В результате возникают «установочные конфликты» — которые являются естественной частью приспособления семьи и ребенка друг к другу.

Вам может показаться, что послушного и милого ребенка вдруг словно подменили. Вы, в свою очередь, можете задуматься, а правильно ли вы сделали, взяв этого ребенка в семью? Не совершили ли вы ошибку? На самом деле, то, что сейчас с вами происходит — это закономерный процесс, причем в большинстве случаев он свидетельствует о том, что отношения в семье развиваются правильно.

Дело в том, что ребенок очень сильно старался понравиться взрослым в течение всего предыдущего периода. Он старался сдерживать в своем поведении те проявления, которые, как предполагал, могут не понравиться окружающим, боялся, что «не подойдет» новым родителям.

Однако очень долго себя сдерживать невозможно. То, что сжато, разожмется при первом удобном случае. Ровное, дружелюбное и заботливое отношение в семье — разрешение для ребенка «отпустить» эмоциональное напряженность, дать ей волю, начать реагировать на стрессовые ситуации обычным для себя образом, сформированным в «прошлой» жизни. Фактически ребенок с этого момента доверяет семье свои истинные, не совсем приглядные стороны, что и есть признак близости в отношениях.

Первые впечатления схлынули, эйфория прошла, установился определенный порядок, начинается кропотливый и длительный процесс притирания, привыкания членов семьи друг к другу — взаимная адаптация. Ребенок понимает, что это — другие люди, в семье — другие правила. Он не сразу может приспособиться к новым отношениям. Он почти беспрекословно подчинялся правилам, пока это было в новинку. Но вот новизна исчезла, и он пробует себя вести как прежде, присматриваясь, что нравится, а что не нравится окружающим. Происходит очень болезненная ломка сложившегося стереотипа поведения.

В этой стадии у детей могут отмечаться такие симптомы, как:

* фиксация на чистоте, опрятности или, наоборот, грязи и неопрятности;
* чувство беспомощности или чувство зависимости;
* чрезмерная озабоченность своим здоровьем, преувеличенные жалобы, повышенная чувствительность, отказ от нового, необъяснимые припадки злобы, плача, усталости или тревоги, признаки депрессии и т. п.

В эти месяцы часто обнаруживаются психологические барьеры: несовместимость темпераментов, черт характера, ваших привычек и привычек ребенка.

Наступает стадия **«Вживания»**, или собственно адаптации. Происходит пристраивание границ допустимого, привыкание к взаимным потребностям и особенностям, привычкам и правилам поведения. Кроме того, на этой стадии фактически формируется привязанность к новой семье. Вспышки негативного поведения в это время могут иметь следующие причины:

* Дети, пережившие утрату семьи, боятся повторения этого и в новой, приемной семье. Иногда они провоцируют воспитателей на разрыв, демонстрируя своим поведением двойственность — привязанность и отвержение одновременно, поскольку это именно то, что они пережили в своем опыте.
* Они колеблются между надеждой и страхом быть обманутыми снова, пытаются контролировать возникающие у них теплые чувства, поскольку знают, как взрослые могут злоупотреблять своей властью.
* Вспышки негативного поведения могут быть частью процесса отреагирования утраты кровной семьи, ребенок может тосковать и злиться.
* Дети таким образом могут демонстрировать, чему они научились в родной семье, их представления о том, как надо себя вести.
* Проверяют, до каких пределов они могут дойти в своем плохом поведении, сохраняя принятие со стороны взрослых.
* У таких детей очень много оснований для того, чтобы вести себя «плохо», и это становится дополнительной нагрузкой для воспитателя, осложняющей появление у него привязанности к ребенку.

**Поэтому очень важно:**

* Не ждать быстрых «результатов»;
* Сосредоточиться на изменениях к лучшему, замечать и ценить их;
* Обращаться за помощью к социальным работникам и специалистам, не боясь, что вас сочтут «некомпетентными».
* Необходимо сказать, что, в отличие от начальной стадии, в это время заботящиеся взрослые уже больше знают ребенка, начинают лучше понимать его, и чувствуют себя более уверенными. Ребенок, в свою очередь, начинает дорожить семьей (или семейной группой), уже не думает всерьез об уходе, и больше доверяет воспитателям. Ощущение контакта с ребенком, взаимное понимание и теплые чувства — все это появляется по мере решения проблем.
* Главное достижение этой стадии, длящейся чуть более полугода — взаимное доверие и субъективное ощущение постоянства отношений, появляющееся у обеих сторон, которые начинают воспринимать себя как целостность.

Наступает некое **«Равновесие»**, которое представляет собой **третью стадию адаптации** в семье, принявшей ребенка. В этот период семья становится достаточно самостоятельной, реже обращается за помощью к специалистам. Дети обычно начинают активно интересоваться своим прошлым, много вспоминают и даже сочиняют, беря за основу настоящее — «А мы с мамой тоже в цирк ходили, каждый месяц!», «А у нас тоже машина была», и т. п. Желаемое и действительное, помноженное на особенности детского восприятия, смешиваются в этих рассказах, суть которых сводится к следующему: ребенок нуждается в создании приемлемого варианта своего прошлого. В обычных семьях этой цели служат устные «предания», воспоминания родственников, фотоальбомы и т. п. Новая семья может помочь ребенку, воссоздавая «линию жизни» в специальном альбоме воспоминаний. Обычно дети с большим интересом и благодарностью воспринимают составление такой «Книги жизни», и это укрепляет их положительные отношения с воспитателями.

Приемные родители, родители-воспитатели могут заметить, что ребенок как-то неожиданно повзрослел. Исчезает напряжение, дети начинают шутить и обсуждать свои проблемы и трудности со взрослыми. Ребенок привыкает к правилам поведения в семье. Он начинает вести себя также естественно, как ведет себя родной ребенок в кровной семье.

Ребенок принимает активное участие во всех делах семьи. Без напряжения вспоминает о своей прошлой жизни. Поведение соответствует особенностям характера и полностью адекватно ситуациям. Он чувствует себя свободно, становится более независимым и самостоятельным. У многих детей меняется даже внешность, становится более выразительным взгляд. Они становятся эмоциональнее; расторможенные — более сдержанными, а зажатые — более открытыми. Это и есть форма проявления благодарности родителям, принявшим его в свою семью.