

Администрация Тамбовской области
Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение
Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и
детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего»

**«Ресурсы и факторы риска
дезадаптации семьи»**

Тамбов 2022 г.

Рецензенты:

М.В. Быкова, заместитель начальника управления образования и науки области;

Е.М. Барсукова, директор ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего»

Рекомендации для специалистов служб по устройству детей в семью «Ресурсы и факторы риска дезадаптации семьи» / авт. - сост. Л.А. Мареева, Е.В. Сорокина, ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего». – Тамбов, 2022. – 20 с.

Это пособие адресовано специалистам служб по устройству детей в семью. Тема, предложенная к обсуждению, касается поддержания ресурсности замещающих семей.

© ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего», 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1. Риски замещающей семьи	5
2.Ресурсы замещающей семьи	11
3.Как повысить ресурсность ребенка	14
4.Алгоритм работы по поиску родительских ресурсов	18
Список использованных источников	20

ВВЕДЕНИЕ

Семья является живой системой, которая может периодически терять свою функциональность при возникновении каких-либо внешних или внутренних кризисных обстоятельств.

В ситуации, когда семья с ребенком испытывает сильный стресс, приводящий к дезорганизации ее функций, особенно велика роль служб, которые могут помочь семье пережить сложную жизненную ситуацию.

Специалисты часто говорят, что замещающая семья должна быть «ресурсной». Что это значит? Какими именно ресурсами и компетенциями нужно обладать будущим родителям? Как их оценить? С этим помогут разобраться настоящие методические рекомендации.

1. РИСКИ ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬИ

Родителям не хватает компетенций

«Нехватка родительских воспитательных компетенций», проще говоря – непонимание, почему ребенок себя так ведет и как на это реагировать. Например, в семье появляется очень активный ребенок (синдром дефицита внимания и гиперактивности) и пока он маленький, родители думают, что справляются с ним, но как только он попадает в школу, учителя начинают упрекать приемных родителей, что плохо воспитывают ребенка. Наказания не работают, только помощь ребенку и родителям. Правда, помощь специалиста будет эффективной только в том случае, если родитель будет получать знания, что нужно делать.

Возрастные кризисы приемного ребенка

По периодизации возрастные кризисы у приемного и кровного ребенка одинаковые:

1 год - переход от младенчества к раннему детству;

3 года - переход к младшему дошкольному возрасту;

6 - 7 лет - время открытий и переход в статус дошкольника;

13 лет - подростковый период;

17 лет - начало юности.

«Течение» кризиса у приемного ребенка отличается тем, что ему требуется время для адаптации

в новой семье и реабилитации после утраты кровных родителей. Если помещение ребенка в приемную семью совпадает с возрастным кризисом, то адаптация может проходить более «остро» и потребуются своевременная помощь специалистов.

Подростковый кризис ребенка особенно тяжело переживается родителями. Это обусловлено тем, что подросток в этот период «сепарируется» от родителей, отстаивает свое пространство и индивидуальность, часто демонстрирует протестное поведение. Родители оказываются неготовыми к таким проявлениям взросления ребенка и очень важно разъяснить родителям, чем интенсивнее протекает кризис, тем быстрее он закончится. В этот период важно не разрушить сложившиеся отношения, так как восстановить их очень сложно

Кровные родственники как фактор риска

Дети, проживающие в государственном учреждении или в приёмной семье, имеют право на общение с кровными родителями, братьями и сестрами, дедушками и бабушками, при условии безопасности для жизни, здоровья и психологического комфорта ребёнка.

В период прохождения подготовки все кандидаты говорят о том, что готовы принять прошлое ребенка, но на практике это получается с трудом и далеко не у всех. Будущие родители должны отбросить иллюзии и понимать, что какие бы замечательные условия не были

созданы для ребенка, он всегда хочет вернуться в свою семью.

В подростковом возрасте особенно актуальным для ребёнка становится восстановление связи с родственниками. Если приёмный родитель не препятствует попыткам подростка, это положительно сказывается на их взаимоотношениях. Ребенок получает информацию о себе, снижается риск неприятия приемной семьи, меняются отношения с окружающими.

После выпуска из замещающей семьи многие из ребят возвращаются по месту закрепления жилья и это является риском (может повторить стиль жизни кровных родителей). При продолжении общения с приемными родителями и их поддержке этот риск минимизируется.

Меняется структура семьи

В случае появления в семье приемного ребенка структура семьи меняется и необходимо пережить перестройку внутрисемейной системы, чтобы адаптироваться.

Рождение в семье кровного ребенка, может привести к тому, что все внимание переключится на родного ребенка и могут начаться дисфункциональные отношения с приемным ребенком, ранее принятым.

В случае развода приемных родителей или смерти одного из членов семьи перестраивается вся система взаимоотношений и возникает риск отказа от приемного ребенка. В таких случаях необходимо незамедлительно

составлять Программу индивидуальной комплексной реабилитации замещающей семьи.

Неоправданные ожидания и роли

Если желание принять ребенка в семью возникает у граждан в период горевания после потери кровного ребенка – это рискованная ситуация. На приемного ребенка в таких случаях возлагают некие надежды, проводят аналогии с кровным ребенком и это может привести к риску возврата в случае несоответствия ожидаемым результатам.

Бывают случаи «партнерского замещения», когда ребенка принимают как друга: например, молодая женщина берет девочку-подростка и хочет стать ей подругой. Однако дружба означает равенство и ответственность двух сторон, а в семье должна соблюдаться иерархия, где всегда есть взрослый, ответственный за благополучное функционирование семьи. Если ребенок уже в семье, необходимо сопровождать такую семью, проводить и анализировать Мониторинг развития ребенка и детско-родительских взаимоотношений в замещающей семье

В случае несовпадения способов проявления чувств, необходимо помогать в первую очередь родителям. Приемный ребенок может быть в состоянии тревоги или у него не сформирован навык выражения чувств. Это компенсируется со временем в условиях замещающей заботы, если родители говорят с ребенком о чувствах, эмоциях. Например: мама взяла двухлетнюю

девочку (сейчас ей уже 14) и все годы говорила: «Она меня не любит, она холодная, она не дает мне тепла». При этом у ребенка сформировалась привязанность к маме. На открытку на английском языке с текстом «Я люблю свою маму» мама реагировала: «Сразу видно, что у тебя двойка по английскому». Ребенок не знал, как проявить тепло, и в этом случае специалисты должны были помогать маме, а не ребенку.

«В нашей семье такого быть не может»

Родители относятся к поступкам и словам ребенка (нецензурная лексика, воровство, ложь) как к разрушающим ценности семьи. Дело в том, что ребенок воспитывался в других социальных условиях и подобное поведение в кровной семье было нормой, не вызывая такой острой реакции. Жизнь ребенка начинается не с того момента, когда он пришел в приемную семью. У него есть своя история, которая была создана кровными родственниками.

В период подготовки кандидатов необходимо проговаривать возможные варианты поведения ребенка и как на это необходимо реагировать. В сложных случаях необходима помощь.

Родители, пережившие в детстве психологическую травму

К замещающему родительству часто обращаются люди, пережившие в детстве одну из психологических травм или их совокупность: отвержение/депривация;

разрыв отношений с родителями; утрата близких людей; плохое здоровье; насилие.

В структурированном интервью с кандидатом можно выявить только «поверхность» проблемы. Далее в процессе подготовки можно предложить кандидату индивидуальное консультирование. Если травма глубокая, потребуется работа возможно с клиническим психологом или с психотерапевтом. Это важно, так как травмированный человек не может оказать помощь ребенку, пережившему разрыв отношений или травму утраты. Если случилось так, что специалисты вовремя не распознали родительскую травму и возникла угроза возврата, необходимо выстраивать поддерживающую помощь родителям.

Для снижения рисков отказа от воспитания детей, семье необходимо обладать определёнными ресурсами.

2. РЕСУРСЫ ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬИ

Материальная база семьи

Родителям перед приёмом ребёнка необходимо заранее оценить свои ресурсы и спланировать многие моменты (оборудование рабочего места для ребенка, игрового пространства, спальное место). Но есть моменты, которые будут понятны только после приема ребёнка в семью: когда он сможет пойти в детский сад или школу, есть ли проблемы со здоровьем и насколько они серьёзны, можно ли будет работать или придется находиться дома с ребенком.

Индивидуальные ресурсы

При подготовке необходимо обращаться к оценке кандидатами своих внутренних сил и возможностей. Ориентируйте их на необходимость заботы о здоровье (посетить профильных специалистов, взять под контроль хронические заболевания если они есть, отдохнуть). Научите будущих родителей снимать напряжение различными способами (посещение бассейна, хобби, танцетерапия, массаж, арт-терапия, медитация, йога, дыхательные практики и т.д.). Снятие напряжения позволит родителям сохранять силы и бодрость духа, которые потребуются при воспитании ребенка.

Прохождение специальной подготовки

Обучение по специальной программе является первым шагом на пути создания замещающей семьи. Главная цель школы приемных родителей – формирование у потенциальных замещающих родителей психологической готовности принять ребенка в семью.

За время обучения кандидаты осваивают основную программу, включающую в себя юридические, психологические, педагогические и социальные вопросы. Обучение проходит в форме мини лекций, тренингов, домашних заданий и так далее. Это дает возможность оценить риски, с которыми может столкнуться семья и отработать приемы поведения в той или иной ситуации. Кроме того, школа является стартовой площадкой, для погружения в родительство, начала общения в едином пространстве с замещающими семьями, приобретения новых знаний и навыков.

Сложнее всего бывает посчитать такой важный ресурс, как время. На подготовке специалист может наблюдать, как кандидат решает вопрос посещения занятий, как планирует свое время. Если у кандидата постоянно возникают препятствия для посещения занятий, необходимо задуматься о том, как гражданин, став родителем, распределит время для занятий с ребенком, посещения кружков, посещения докторов и так далее. В процессе обучения можно провести занятие, на котором кандидаты попытаются по-новому распределить домашние обязанности между членами

семьи, выделить «личное время», выделить время для общения с приемным ребенком. Во время подготовки необходимо актуализировать все умения и знания кандидата, которые потребуются в процессе воспитания приёмного ребёнка.

Сетевые контакты семьи

Работая с кандидатами необходимо выстроить социокарту для оценки ресурсности семьи. Сетевые контакты семьи могут быть ресурсом. Важно, если в круг знакомых и родственников входят люди, компетентные в вопросах воспитания детей (успешный опыт воспитания), люди, способные оказать эффективную поддержку родителям при возникновении трудностей - это сильный ресурс.

В период подготовки к работе с социокартой необходимо обращаться неоднократно, чтобы на выходе в карте появились специалисты сферы семейного устройства, психолог, логопед, дефектолог, профильные врачи и др.

3. КАК ПОВЫСИТЬ РЕСУРСНОСТЬ РЕБЕНКА

Очень важно обучать детей приемам, благодаря которым они смогут взглянуть на проблему по-новому, найти в себе сильные стороны, на которые можно будет опереться:

- психологической устойчивости к стрессовым ситуациям;
- самоуважение, самоодстаточность, самооценка и уверенность в собственной значимости;
- умение налаживать отношения и выходить из конфликтных ситуаций;
- позитивное отношение к жизни;
- рациональность;
- крепкое здоровье и физическая активность (ЗОЖ).

Родители должны знать, что для восстановления внутреннего ресурса необходимо удовлетворить базовые физиологические потребности (еда, комфортная температура, сон, безопасность), так как они являются основой. Если ребенку не хватает сил, он не справляется с задачей или не может запомнить стихотворение, возможно он:

- голоден (необходимо покормить);
- не выспался (необходимо уложить спать пораньше);
- устал (можно немного отдохнуть);

- болен (выяснить причину плохого самочувствия);

- замерз/перегрелся (устранить дискомфорт).

Также прекрасно наполняют ресурсом объятия (ребенок может испытывать чувство одиночества, потребность в безопасности и пр.), позитивное и доверительное общение, похвала и поддержка. Все это придает уверенности, сил, улучшает настроение, помогает расслабиться.

Черпать ресурсы можно из внешних и внутренних источников.

К внутренним источникам относятся:

- общее состояние человека (спокойствие, уверенность в себе);

- личные качества (настойчивость, решительность);

- внутренние убеждения («У меня есть право на ошибку», «Я достоин того, к чему стремлюсь»);

- способности (коммуникативные, интеллектуальные, творческие);

- знания, навыки, опыт.

Внешние источники: спорт; музыка; искусство; общение; поддержка близких; хобби; природа.

Понять ресурсное состояние ребенка можно с помощью следующих упражнений:

Упражнение «Ладонка»

Попросите ребенка обвести на бумаге свою ладонь. Предложите ребенку вспомнить такие качества,

которые помогали ему в учебе. Конечно, дети не всегда могут найти подходящие слова, поэтому помогайте наводящими вопросами. Например: «Помнишь, ты смог решить сложную задачку? Почему у тебя получилось? Ты хорошо слушал, как объясняет учитель? Наверное, ты был внимательным?» Пусть он выберет пальчик на картинке, на котором вы запишете это качество. Таким же образом нужно заполнить каждый пальчик и ладошку. Хорошо, если в процессе перечисления сильных сторон ребенка вы будете беседовать о них, поможете ему проанализировать, вспомнить случаи, когда они лучше всего помогали и ощущались. После заполнения всех пальчиков предложите ребенку украсить рисунок. Расскажите ему, что все его сильные стороны хранятся в настоящей ладошке, как в этом рисунке. Предложите думать об этом каждый раз перед выполнением сложного задания или размещать перед собой этот рисунок, как оберег, чтобы эти сильные стороны всегда приходили на помощь в нужный момент.

Упражнение «Я — солнышко»

Предложите ребенку нарисовать солнце, внутри него написать свое имя. Вдоль каждого лучика нужно написать какое-то хорошее качество ребенка. Чем больше лучиков, тем лучше. Так ребенок вспоминает все свои лучшие стороны и отвечает сам себе на вопрос «Почему я достоин уважения?».

Упражнение «Ресурсные образы»

Научить ребенка черпать силы из образов и воспоминаний, извлекаемых из памяти или воображаемых. Для этого предложите представить, вспомнить или придумать такое место, в котором ему было бы наиболее комфортно, спокойно и безопасно. Это может быть лужайка, лес, море, собственная комната. Важно представить себя именно там, воспроизводить самые мелкие детали вплоть до запахов. Пусть ребенок закроет глаза и окунется в свои фантазии. Он может даже протянуть руки и потрогать то, что вокруг него. Если ребенок мал и испытывает трудности с упражнением, попробуйте перед сном рассказать ему сказку, описывая такое место своими словами. Придумайте его вместе. В моменты сильного волнения напоминайте ребенку об этом волшебном секретном месте и предлагайте мысленно в нем оказаться.

Научите детей быть источником света, энергии и любви для самих себя. Помогите им искать и сохранять ресурсное состояние, в том числе и на собственном примере.

Быть в ресурсе - значит заботиться о себе.

4. АЛГОРИТМ РАБОТЫ ПО ПОИСКУ РОДИТЕЛЬСКИХ РЕСУРСОВ

При поиске ресурсов важным является:

- выявление ресурсов личности (родительских ресурсов) и желательно найти несколько;
- осознание человеком наличия данных ресурсов;
- формирование умения использовать ресурсы;
- сохранение ресурсов;
- формирование умения восстанавливать ресурсы;
- формирование умения распределять ресурсы.

Те родители, которые постоянно переживают за своего ребенка, стремятся дать ему как можно больше, исчерпывают эмоциональные ресурсы быстрее.

Те родители, которые дают внимание и заботу и ждут от ребенка благодарности, но не получают ее, могут испытать стресс или вступить в конфликт с ребенком. Если «отдающий» родитель счастлив от самого процесса «отдачи» получает одобрение супруга, близких, умеет радоваться каждому успешному дню, то риски срывов минимальны.

Родителям (чаще мамы) которые не в силах справиться с отрицательными чувствами, необходима помощь специалистов служб.

Что влияет на увеличение ресурсов? Количество и качество напрямую зависят от моральной обстановки в семье, удовлетворенности родительством, материального и духовного благополучия, ответственности. Если связь между членами семьи сильная, то можно преодолеть любые трудности и найти возможности для восстановления сил.

Список использованных источников

1. Пичугина (Капилина) М.В. Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка/ М.В. Пичугина (Капилина). - М.; Русская Православная Церковь, 2014 г.

2. Дети со знаком «плюс»: Книга для настоящих и будущих родителей (информационное пособие для родителей и опекунов детей, затронутых эпидемией ВИЧ-инфекции)» / под ред. А.И. Загайновой. - М.; 2010 г.

3. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса // Психологический журнал; 2006 г.

4. Психология здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. - СПб.: Питер; 2006.

5. Портал о саморазвитии, личностном росте и позитивном отношении к жизни. – Режим доступа: <https://lifemotivation.online/razvitielichnosti/samorazvitie/resursy-cheloveka>. (Дата обращения: 18.03.2022).