

**АДАПТАЦИЯ В  
ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬЕ:**

**СПОСОБЫ СЕМЕЙНОГО  
РЕАГИРОВАНИЯ**

**ТОГБЦ Центр «Ради будущего»**

**2024 год**

## Адаптация ребенка в замещающей семье –

*это процесс включения ребенка в семейную систему, принятие им предписанной роли, формирование норм и правил, новой привязанности, налаживание эффективных форм общения и сотрудничества. Адаптация проходит в несколько этапов и может занять от нескольких месяцев до нескольких лет. Важно понимать, что кризис неизбежен, но пройдя через него, семья достигает стабильности и ресурсности.*

1

ЗНАКОМСТВО  
или  
«МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ»

2

ВОЗВРАТ В  
ПРОШЛОЕ  
или  
«РЕГРЕССИЯ»

3

ПРИВЫКАНИЕ  
или  
«МЕДЛЕННОЕ  
ВОССТАНОВЛЕНИЕ»

## 1

## ЗНАКОМСТВО или «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ»

Характерные признаки	Когда наступает	Причины	Что делать родителям
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ опережающая привязанность родителей и детей друг к другу;</li> <li>➤ ребёнок с удовольствием выполняет все то, что предлагают взрослые;</li> <li>➤ сразу же начинают называть взрослых мамой и папой;</li> <li>➤ ребёнок находится в лихорадочно-возбужденном состоянии (суетлив, непоседлив).</li> </ul>	<p>Сразу после появления в семье ребёнка.</p>	<p>Ребёнок испытывает множество новых переживаний и старается полюбить родителей.</p>	<p>На данном этапе приёмному ребёнку не до конца ясна его роль и положение в приёмной семье, что вызывает повышенное чувство тревоги.</p> <p>В этой ситуации взрослому нужно пробовать говорить о будущем (о прошлом, если ему это требуется), укреплять контакты с ребёнком, не требуя благодарности.</p>

Характерные признаки	Когда наступает	Причины	Что делать родителям
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ фиксация на чистоте, опрятности или неопрятности;</li> <li>➤ чувство беспомощности или зависимости;</li> <li>➤ чрезмерная озабоченность своим здоровьем;</li> <li>➤ преувеличенные жалобы, повышенная чувствительность;</li> <li>➤ отказ от нового;</li> <li>➤ необъяснимые припадки злости, плача, усталость или тревога, признаки депрессии и т.д.</li> </ul>	Индивидуально	<p>Неготовность ребёнка к появившимся требованиям и ожиданиям.</p> <p>Нарастание детской тревоги в связи с неотчётливым пониманием своего места и своей роли в приёмной семье.</p> <p>Ребенок испытывает приёмную семью на прочность.</p> <p>Эмоциональные трудности в связи с возможными встречами ребёнка с биологическими родителями и родственниками.</p>	<p>Родители должны принять переживания ребёнка, оказать ему необходимую поддержку. Очень важно быть на связи со специалистами службы сопровождения семьи, искать поддержку у опытных замещающих родителей.</p>

Характерные признаки	Когда наступает	Причины	Что делать родителям
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ дети и родители постепенно начинают жить жизнью обычной семьи;</li> <li>➤ становление адекватного поведения у ребёнка;</li> <li>➤ исчезает напряжение, он начинает шутить и обсуждать свои проблемы и трудности со взрослыми;</li> <li>➤ ребёнок привыкает к правилам поведения в семье;</li> <li>➤ ребёнок принимает активное участие во всех делах семьи;</li> <li>➤ волосы из тусклых становятся блестящими, снижается количество невротических проявлений; меньше раскачивается, сосет палец, уголок подушки, одеяла.</li> </ul>	<p>В среднем через год после появления ребёнка.</p>	<p>Ребёнок спокоен за свое будущее. В отношениях появляется душевная близость, формируется привязанность, восстанавливается баланс в отношениях.</p>	<p>Следить за эмоциональным состоянием ребёнка – у него могут оставаться поводы для переживаний (например, судьба биологических родителей).</p>

Стресс - фактор	Способы поддержки
<p><b>Смена привычного круга общения</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ родителям необходимо ограничить контакты ребёнка, в том числе с родственниками;</li> <li>➤ избегать вопросов о прошлом и излишнего любопытства посторонних;</li> <li>➤ вовлечь ребенка в совместные занятия, прогулки;</li> <li>➤ проявить интерес к его увлечениям и придумать мероприятия, которые соответствуют возрасту.</li> </ul>
<p><b>Изменение привычной обстановки</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ познакомить ребёнка с домом (провести по всем комнатам и показать, что в них находится);</li> <li>➤ создание собственного пространства ребёнка (перестановка в комнате, так как хочет ребенок);</li> <li>➤ особое внимание уделить «месту» ребёнка. В понятие «свое место» входит место за столом, место для его вещей, собственная кружка, т.е. всё, что позволяет ребенку ощутить свое место в семье;</li> <li>➤ не ругать за то, что обстановка в комнате не такая, к которой вы привыкли.</li> </ul>
<p><b>Конфликтные ситуации в семье</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ не пытаться стать ребёнку другом (стать с ним на равных), ему нужен взрослый, который несет за него ответственность;</li> <li>➤ родители должны договориться друг с другом об одном стиле воспитания «Мама разрешила, а папа нет»;</li> <li>➤ проявлять уважение друг к другу;</li> <li>➤ интересоваться, что чувствует ребенок, что его беспокоит?</li> <li>➤ ребёнок ждет от вас безусловной любви вне зависимости от того, хорошим или плохим выглядит в глазах.</li> </ul>
<p><b>Изменение распорядка дня и правил пребывания в доме</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ постепенно прививайте ребёнку правила и распорядок дня, без требования выполнить их немедленно;</li> <li>➤ если ребёнок маленький, то желательно продемонстрировать правила в игре, где в качестве членов семьи «выступают» игрушки;</li> <li>➤ с подростком необходимо обсудить разумность правил, договориться о возможной совместной коррекции требований, заключить контракт об их выполнении;</li> <li>➤ личный пример соблюдения устанавливаемых правил и режима дня.</li> </ul>