**Профилактика кризисных состояний**

**воспитанников замещающих семей**

*Кризис* характеризует состояние, порождаемое вставшей перед индивидом проблемой, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в короткое время и привычным способом, т.е. резкая смена привычной ситуации, условий, состояния в котором пребывал человек.

Замещающая семья, столкнувшись с трудностями, пытается решить их самостоятельно, тщательно скрывая от окружающих, так как, к сожалению, наше общество не всегда готово понять семьи, решившие взять на воспитание приемного ребенка. Очень часто можно услышать отрицательные высказывания, которые отнюдь не способствуют решению проблемы, а только еще больше усугубляют ее. Погруженность в проблемы с ребенком не оставляет времени и сил на понимание нужд близких людей, что приводит к дисгармонии во взаимоотношениях. Этот острый период в жизни замещающей семьи психологи называют **кризисом адаптации.**

Спусковым моментом развития кризисной ситуации в приемной семье часто являются внешние поступки и проявления приемных детей: отсутствие общения, непослушание, грубость, вызывающее поведение, неуважение, вредные привычки, нарушение правил, агрессивное или рисковое поведение. Но, как в любой ситуации, здесь важнее понимание внутренних причин развития противоречий или конфликтов.

**Традиционно выделяют 4 типичные кризиса в жизни приемной семьи**

*1. Кризис адаптации приемного ребенка в семье.*

Ребенок, попадая в новую семейную обстановку, начинает знакомиться с новыми правилами и нормами, семейным укладом и отношениями, и тратит достаточно много усилий, чтобы изменить свои привычки, способы общения и адаптироваться к нормативной системе приемной семьи. В этот период происходит достаточно напряженная внутренняя работа родителей и детей, которая влияет на эмоциональный фон, настроение, детские переживания своего места в новой семье, а также может приводить к срывам, негативным переживаниям и конфликтам. Важно!!! В период адаптации необходимо обращать внимание на реальные достоинства ребенка, при этом разрешить себе испытывать все чувства и позетивные и негативные, потому что это нормально. Также необходимо рассказывать ребенку про себя, про свою жизнь, про детство, про семью, чтобы у него формировалось представление о приемных родителях, как о реальных людях.     Период адаптации может длиться довольно долго, полтора-два года.

Вторая стадия кризиса адаптации - стадия установочных конфликтов Образы «идеального ребенка» и «идеальных родителей» начинают  рушиться. У ребенка и родителей появляется ощущение, что их обманули, недосказали, не предупредили о том, что все может быть совсем не так, как мечталось, и мама, добрая и красивая, может быть строгой и уставшей, а ребенок, веселый и общительный, откажется убирать свою комнату. Длительность   этого периода, она зависит  от особенностей семьи и ребенка.

В нашей семье, в данный момент, детки находятся более двух лет, кризис адаптации успешно пройден как родными (трое деток), так и приемными (5 человек) детьми. За этот период, при помощи индивидуальных и групповых бесед, опросов, выработаны такие правила и нормы поведения в семье, которые устраивают всех, и с которыми согласны все члены семьи. Нами как родителями занято место авторитетных и значимых взрослых. Благодаря эмоциональной привязанности и доверительности, основанной на уважении и безусловном восприятии друг друга домочадцев адаптационный кризис, прошёл незаметно.

2. *Кризис принятия семейной роли ребенка в приемной семье.*

Кризис возникает в период освоения ребенком своего места в приемной семье. Это кризис последнего шага, который приводит к внутреннему согласию считать себя членом новой семьи и соглашаться с ценностями, семейными устоями, правилами, принимать ответственность за свои решения и соответствовать новой роли сына или дочери. Перед этим шагом у ребенка возникают большие сомнения, и возможны проверки приемных родителей со стороны ребенка. Таким образом приемный ребенок пытается убедиться в том, что его безусловно любят, принимают его положительные и отрицательные черты характера, будут заботиться и не оставят его одного ни при каких условиях.

С целью предупреждения этого кризиса в нашей семье применяется справедливое, равнозначное распределение родительского внимания, участия в жизни каждого и финансово-вещественного ресурса, учет мнения и предпочтений каждого. При распределении вещественного ресурса применяется метод вытягивания из мешочка, и выбора по числу или правой и левой рук со спины, а также любимому цвету (покупая расчески, я выбираю одинаковые, но любимые по цвету). Для убеждения в безусловном восприятии, регулирования поведения применяется больше возможности для поощрения, нежели наказания. Празднуются детские дни рождения, другие традиционные семейные праздники, преподносятся подарки, любые инициативы или индивидуальные потребности и желания, пожелания вносятся на рассмотрение и реализуются. Поощряем и содействуем детским интересам и увлечениям, находим средства и место для этого в домашней обстановке или в детской комнате. Инициаторами создания были сами дети. За два года в домашней инфраструктуре появились уголки:

« Балкон мягких игрушек» более 50 игрушек разных фактур, цветов и размера.

«Модница»( коробка косметики, бижутерии, духов, шарфов, резинок и заколок)

«Созерцание»(размещено четыре аквариума в зоне сочетания живых искусственных цветов, расположенные в мягких уголках).

«Живой уголок» две клетки с хомяками, три кошки.

«Спортивный» (турник, боксерская груша, гантели, настольный теннис, баскетбольное кольцо, коврик для йоги, хоккей на столе)

Всячески мотивируем развитие интеллектуальных способностей. Для этого созданы уголки:

«Книжный» более 100 штук

«Журналы по интересам» выписываем ежемесячно журнал для каждого ребенка «Стрекоза», «Незнайка», «Маленькие художники», «Маленькие академики», «Мишутка», «Пропеллер», «Разумейка», «Мамино солнышко», «Сканвордики», «Развивайка», «Непоседа», «Мишуткины прописи».

«Магнитная доска школьных подсказок» Ламинированные правила по учебным предметам

«Комодик повтори!» индивидуальные карточки для закрепления школьных тем.

«Лего»

«Национальный»

«Игровой»

«Мелкая моторика» более 25 лотков с различным игровым материалом

«Пазлы»

«ИЗО» два мольберта, домик-раскраска, индивидуальные многоразовые книжки для рисования, мобильные доски для рисования мелом.

«Танцевально-театральный» Оснащен микрофонами и музыкальными плеерами, гитарой, дискотечными огнями и лампочками.

Созданная разнообразная предметно-развивающая среда, также традиционные семейные ритуалы объятий (при уходе и приходе домой, засыпании и пробуждении, эмоциональном расстройстве, поощрение успехов, в момент неудач, болезни) способствует профилактике и отклонения от возможного неблагоприятного поведения у детей в кризисные моменты. Теплые объятия, поддержка и доброжелательная линия поведения залог здоровых семейных отношений и преодоления любых кризисов.

3. *Кризис подросткового возраста (кризис идентичности).*

**Подростковый возраст** — достаточно кризисный для приемного ребенка как в личностном плане, так и в семейных отношениях. И часто подростковый возраст приносит желание и страсть отделиться от взрослых, найти себя в компании ребят схожего возраста, найти в себе уникальные черты и одновременно не выделяться среди своих сверстников. На эти поиски своей новой идентичности накладываются проблемы, возникшие в результате травмы разрыва отношений с кровной семьей или травмы, полученной от пренебрежения жизненно важными потребностями приемного ребенка. В данный момент в нашей семье отсутствуют дети данной возрастной категории. Мы с мужем только готовимся к этому периоду пополняя свои знания, читая соответствующую литературу. Однако уже сейчас, подготавливаем детей к периоду взросления соответствующим формированием, отстаиванием личных границ, вовлекаем в разнообразные способы и возможности проявления себя как личности. Дети посещают разнообразные кружки, где формируется их дальнейшее самоопределение. Занимаются спортом двое деток, приносят награды победителей и так повышают степень своей самооценки. Посещают воскресную школу на базе, которой пробуют себя в качестве волонтеров и вовлечены в разнообразные способы помощи другим и реализации себя. Стараемся, чтобы дети проявляли свое мнение и предпочтения в одежде, питании и обстановке, всегда советуемся принимая важные решения, касающиеся всех. В домашней обстановке сделаны уголки «Уединения», по интересам, можно побыть одному. Используем все имеющиеся в арсенале возможности для проявления креативности и дальнейшего развития личности. Имеем на вооружении, следующее упражнение, способствующее пониманию этого периода.

**Упражнение «Почувствуй себя подростком!»**

Поставить рядом 2 стула: большой и маленький. Попросить участников одновременно усидеть на них. Один – это детство, другой – взрослая жизнь.

Говорят, что подросток – это человек, сидящий на 2 стульях. А теперь представьте, каково одновременно сидеть на 2 стульях: на большом и на маленьком детском стульчике. Не очень удобно получается! И на лицо – или неожиданно взрослое поведение с соответствующими запросами и потребностями, или возврат в легкомысленное и беззаботное детство?!

*4. Кризис начала независимой жизни.*

Этот кризис возникает в тот момент, когда ребенок должен покинуть приемную семью и начать самостоятельную жизнь. При этом часто приемные дети, с одной стороны, понимают самостоятельную жизнь как абсолютную свободу, а с другой стороны, боятся остаться один на один с необходимостью решения актуальных жизненных задач. В этой ситуации от приемного родителя требуется большая гибкость, дипломатичность для того, чтобы дать ребенку возможность получить собственный опыт и одновременно сохранить доверительные отношения, поддерживая ребенка в момент преодоления жизненных трудностей. Детей впускного возраста у нас нет, но мы всячески готовим их к самостоятельной жизни и навыкам самообслуживания в быту. Дети оказывают помощь в уборке, приготовлении пищи, проведении праздников и досугов в соответствии с возрастом и навыками. При решении детьми, актуальных жизненных ситуаций, стараемся не давать готовый ответ, а учим детей рассудительности и объективному пониманию, учёте всех сторон проблемы. С целью повышения финансовой грамотности, все дети школьного возраста посещают кружок с этой тематикой. Участвуя при распределении на различные нужды денежных средств, покупая самостоятельно необходимые вещи и продукты, закрепляют полученные на кружке знания.

**Возможное поведение детей в момент кризиса:**

* **Капризы**.
* **Непослушание.**
* **Драчливос**ть.
* **Упрямство**.
* **Нежелание учиться**.
* **Бранные слова**
* **Воровство.**
* **Агрессивность.**
* **Эмоциональная неуравновешенность**.
* **Истерики**.
* **Гиперактивность.**
* Л**ожь.**
* **Настойчивое отрицание имевших место «преступлений» ("Я этого не делал!")**

**Признаки кризиса у детей.**

* повышенная утомляемость, раздражительность,
* вспышки гнева, замкнутость,
* плохая успеваемость,
* агрессивность или, наоборот, излишняя застенчивость,
* повышенная тревожность (ребенок играет роль шута среди сверстников, выбирает в друзья старших детей, заискивает перед воспитателями, учителями, старается им угодить, чрезмерно вежлив),
* низкая самооценка.

**Возможные неблагоприятные последствия кризиса:**

-нежелание учиться, посещать школу;

-низкая успеваемость;

-проблемы в общении со сверстниками;

-закрепленная высокая тревожность в сочетании с неадекватной самооценкой;

-может развиться невроз, который необходимо лечить с помощью психолога, психиатра.

**Что нужно делать родителю, чтобы преодолеть трудности и достичь взаимопонимания с ребенком?**

* В первую очередь, должен любить детей и очень хотеть, чтобы в его семье появился ребенок.
* Хорошо, если родитель - общительный человек и ему легко устанавливать контакт с новыми людьми.
* Прекрасно, если родитель терпелив, уверен в себе, открыт новому опыту, способен учиться, способен просить о помощи и оказывать ее, умеет и желает принимать ребенка таким, какой он есть.

**Подготовила: родитель-воспитатель**

**ДДСТ Ленинскго района г. Гродно**

**Чабан Марина Сергеевна**