

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ «СЕМЬЯ» городского округа город Уфа Республики Башкортостан



МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

*Я могу — я справлюсь*

УДК 159.99  
ББК 88.5  
М54

Данное методическое пособие разработано и издано по результатам реализации проекта «5 чувств – целый мир» в рамках Благотворительной программы «С любовью к детям» при поддержке Благотворительного фонда компании «Амвэй» «В ответе за будущее» и Фонда поддержки и развития филантропии «КАФ».

Издаётся по решению методического совета Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Семья» городского округа город Уфа Республики Башкортостан.

Авторы-составители:

*Ахметова Э.Ф., Каюмова Ю.И., Загретдинова А.Р., Сабитова А.А.,  
Вайднер В.В., Лобода Л.А., Салихова И.Р., Салимова З.Ю.*

**М54      Методическое пособие для родителей: «Я могу – я справлюсь»** / Авт.-сост. Ахметова Э.Ф., Каюмова Ю.И., Загретдинова А.Р., Сабитова А.А., Вайднер В.В., Лобода Л.А., Салихова И.Р., Салимова З.Ю. — Уфа : Инеш, 2017. — 116 с.

Данное методическое пособие предназначено для замещающих родителей, а также будет полезно родителям, чьи дети имеют сенсорные нарушения развития.

Материалы, представленные на страницах издания, позволяют узнать об особенностях развития детей, оставшихся без попечения родителей, раскроют причины их поведения и помогут наиболее безболезненно пережить период адаптации при приёме в семью ребёнка. В нём рассказывается о проблемах, с которыми сталкиваются замещающие родители в своей новой жизни, о формировании привязанности, стадиях переживания горя, о том, как работать с историей жизни ребёнка, даются рекомендации и советы. В пособии освещены темы, касающиеся сенсорного развития ребёнка: нарушения, сенсорная интеграция, сенсорные диеты.

УДК 159.99  
ББК 88.5

© МБОУДО ЦППМСП «Семья» г. Уфы, 2017

## Методическое пособие для родителей: «Я могу – я справлюсь»

### Содержание

Введение.....	2
1. Депривационный опыт ребенка.....	4
2. Адаптация ребенка в замещающей семье: шаги на пути к доверию и любви.....	8
2.1. Сенсорная интеграция в помощь приемным родителям.....	15
2.1.1. Диагностический опросник сенсорных нарушений.....	19
2.1.2. Что такое сенсорная диета?.....	29
2.2. Формирование привязанности.....	34
2.3. Чувство потери. Чем могут помочь родители?.....	40
2.4. История жизни. Приемный ребенок: без прошлого – нет будущего. Депривация идентичности.....	45
Список литературы.....	51

## Введение

Вы держите в руках пособие, предназначенное специально для вас, людей, обладающих мужеством и чутким сердцем, людей, которые приняли в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей.

На первый взгляд может показаться, что воспитание приемных детей ничем не отличается от воспитания родных. Однако, эти дети – особенные. Чаще всего обстоятельства их жизни связаны с ситуациями сильнейшего стресса, последствия которого – нарушения здоровья и полноценного развития. Поэтому на пути созидания близких отношений с приемным ребенком наряду с моментами радости и счастья вас ожидают и вполне закономерные трудности. Изюб дня в день этот маленький человек, уже успевший за свою короткую жизнь испытать немало неприятностей и разочарований, будет проверять на прочность (сам того не осознавая) ваши нервы и стойкость вашего намерения ему помочь.

Здесь вы найдете информацию об адаптации ребенка в замещающей семье, о формировании привязанности, стадиях переживания горя, о том, как работать с историей жизни ребенка, о видах депривации, о том, как она влияет на развитие ребенка.

Материалы, представленные на страницах пособия, позволят вам больше узнать об особенностях развития детей, лишившихся родителей, раскроют причины их поведения, и помогут наиболее безболезненно пережить период адаптации. В нем рассказывается о проблемах, с которыми сталкиваются замещающие родители в своей новой жизни, о некоторых аспектах воспитания приемных детей, даются рекомендации и советы.

Любая замещающая семья проходит через период адаптации. Под адаптацией обычно понимают процесс привыкания, приспособления людей друг к другу, к изменившимся условиям, обстоятельствам. Испытывать, что такое адаптация, каждому человеку приходилось в жизни не раз: при вступлении в брак, при перемене места жительства, смене места учебы или работы.

Адаптация в новой семье процесс двусторонний, так как привыкать друг к другу приходится и ребенку, и взрослым. Психологическая адаптация ребенка к новой семье заключается во включении ребенка в семейную систему, принятии им новых норм и правил, формировании привязанности к родителям и налаживании отношений с остальными членами семьи. Психологическая адаптация родителей предполагает принятие и освоение новых функциональных ролей, формирование адекватного образа ребенка, становление продуктивной родительской позиции.

Опыт показывает, что адаптация ребенка к новой семье происходит в течение нескольких лет, в это время семье нужно решить множество вопросов. Как же сделать так, чтобы, перешагнув порог вашего дома, ребенок захотел в нем остаться? Здесь очень важно помнить о том, что ребенок, который придет в вашу семью, имеет депривационный опыт (депривация – психическое состояние, возникающее в результате длительного ограничения возможностей человека для удовлетворения в достаточной мере его основных психических потребностей; характеризуется выраженными отклонениями в эмоциональном и интеллектуальном развитии, нарушением социальных контактов). Нарушения развития у ребенка, воспитывающегося в депривационных условиях, происходят на 4-х уровнях: сенсорном (уровне ощущений: тело, обоняние, слух, зрение, вкус); когнитивном (уровне формирования моделей внешнего мира); эмоциональном (уровне установления удовлетворяющих интимных эмоциональных отношений к кому-либо); социальном (уровне отождествления себя с одобряемыми в обществе социальными ролями).

Более подробно на страницах пособия вы узнаете о сенсорном развитии ребенка, нарушениях и сенсорной интеграции ребенка, сенсорных диетах. Все дети-сироты имеют изначально какие-либо нарушения сенсорной стимуляции (из-за неблагоприятных факторов, влияющих на внутриутробное развитие, повреждения в родах чувствительных

органов, ствола мозга, мозжечка, нервных путей и т. д.), поэтому процесс сенсорной стимуляции оказывается неэффективным или недостаточно эффективным. У таких детей развиваются различные нарушения, что приводит к дисфункции сенсорной интеграции. То, как ребенок перерабатывает окружающую и внутреннюю информацию, сказывается на развитии его чувств, мыслей и действий. Легчайшие нарушения в процессах деятельности мозга могут влиять на то, как ребенок овладевает бытовыми навыками, обучается и общается. С возрастом проблемы множатся и возникают трудности с развитием, обучением в школе и поведением.

Анализируя многолетний опыт работы, мы пришли к следующему выводу: в своей деятельности специалисты акцентировали внимание на когнитивном, эмоциональном, социальном уровнях, но работа не давала нужного эффекта. Поэтому встал вопрос о сенсорной интеграции. Сенсорная интеграция – это процесс, во время которого нервная система человека получает информацию от рецепторов всех чувств (осязание, вестибулярный аппарат, ощущение тела или проприоцепция, обоняние, зрение, слух, вкус), затем организует их и интерпретирует так, чтобы они могли быть использованы в целенаправленной деятельности. Нарушения сенсорной интеграции могут выражаться в поведенческих проблемах. Больше внимания следует уделять именно сенсорному развитию ребенка.

В 2016-2017 гг. на базе МБОУДО ЦППМСП «Семья» г. Уфы был реализован проект «5 чувств – целый мир». Цель проекта – оказание помощи приемным семьям, воспитывающим детей с ограниченными возможностями здоровья и сенсорными нарушениями, профилактика возврата приемных детей, имеющих ограниченные возможности здоровья, в интернатные учреждения.

Задачи проекта:

- коррекция асинхронного развития детей;
- формирование навыков исследования предметов с использованием всех органов чувств;
- развитие и совершенствование у детей всех видов восприятия, обогащение сенсорного опыта детей;
- оказание помощи родителям в преодолении проблем развития ребенка;
- создание условий для овладения родителями знаниями по распознаванию проблемных зон в поведении и развитии приемного ребенка, повышение родительской компетентности в сенсорном воспитании.

В результате реализации проекта было разработано данное методическое пособие в помощь замещающим родителям, в нем собраны рекомендации о том, как помочь ребенку с первых минут жизни в замещающей семье.

## Депривационный опыт ребенка

### Что такое депривация?

Психологи и психиатры встречаются с ребенком и его родителями, его семьей, чаще всего, когда неблагополучие ребенка сообщает о себе каким-либо из выраженных болезненных проявлений: страхи, навязчивости, невротические реакции, негативизм, агрессивность, нарушение сна, нарушение пищевого поведения, энурез, энкопрез, целый спектр психосоматических заболеваний, проблемы с общением, с учебой, проблемы половой, ролевой идентификации, девиантное поведение (побеги из дома, воровство). И, несмотря на то, что каждый отдельный такой случай, каждая отдельная семья будет иметь свою особенную историю, общими для них становятся выявляемые в анамнезе опыт перенесения деприваций и некомпенсированность их последствий.

Что это такое? Сам термин «депривация» стал широко известным в 40-50 гг. XX века – в период массового сиротства. Исследования тех лет показали, что дети, лишённые материнской заботы и любви в раннем детстве, испытывают задержку и отклонения в эмоциональном, физическом и интеллектуальном развитии.

В современной научной литературе термин «депривация» (от лат. *deprivatio* – потеря, лишение чего-либо) активно используется и означает «психическое состояние, которое возникает в результате жизненных ситуаций, где человеку не предоставляется возможности для удовлетворения его важнейших потребностей в достаточной мере и в течение достаточно длительного времени». То есть депривация – это лишение человека чего-то сущностно ему необходимого, обязательно влекущее за собой некое искажение (разрушение, опустошение) жизни данного человека.

Круг явлений, попадающих под понятие депривации, достаточно широк. Так, психология традиционно рассматривает разные виды деприваций. Существует двигательная, сенсорная, социальная, эмоциональная и многие другие виды.

### Трудный багаж.

В жизни, безусловно, разные виды деприваций сложно переплетаются. Детство – особый, наиболее тонкий и хрупкий период, когда формируется в некотором смысле «ткань» всей последующей жизни человека. И поэтому бесконечно значимым становится все, что происходит и как происходит с ребенком в детстве.

Мы никогда не знаем, с каким запасом сил приходит в жизнь ребенок, но должны знать, что любая депривация наносит ему ущерб, вызывает трату жизненных сил, витальной энергии. Мы должны хорошо понимать, что вся последующая взрослая жизнь ребенка будет нести на себе следы детских переживаний.

Претерпевая депривацию, ребенок испытывает состояние, которое можно сравнить с тем, что испытывает человек, стоящий на краю отвесной скалы, когда его внезапно что-то толкает... И он летит... В абсолютном одиночестве... Что там внизу? Подхватят ли, поймут ли? Быть может, все обойдется благополучно. Но мгновений такого полета достаточно, чтобы претерпеть нечто ужасное. И именно такого рода опыт переживания в полном одиночестве получает ребенок с особенной силой в ситуациях материнской депривации, которую иначе можно было бы назвать депривацией любви.

В каких жизненных обстоятельствах происходит материнская депривация? Безусловно, во всех случаях явной потери матери – ситуации, когда мать бросает ребенка (в роддоме или позже), в ситуации ее смерти. **Материнская депривация** – дефицит или лишение материнской заботы о ребенке. Привязанность к матери – нормативное явление в развитии любого ребенка, которое возникает примерно в один и тот же период жизни. Когда маленький ребенок имеет нормальные возможности для социального развития и привязан к матери, ситуативное или насильственное отделение его от матери приводит к страданию. Материнская депривация возникает из-за недополучения любви и является причиной неврозов в будущем.

Материнскую заботу можно условно разделить на ряд составляющих: кормление, уход, прижимание к себе, улыбка, теплота и т. п. Если по одной или ряду составляющих ребенок депривуется, то при переходе им определенного порога страдания депривация приводит к замедленному психическому развитию либо к образованию защитного поведения. Нормально развивающийся здоровый ребенок, играя, живо реагирует на слова и жесты окружающих его людей. В случае отсутствия одного постоянного человека, дарящего ребенку тепло и окружающего его заботой, эмоциональные контакты с другими людьми оказываются не только недостаточными, но могут быть даже заторможены.

Когда в новый период жизни невозможно удовлетворить потребность в эмоциональном контакте, дети, до того времени не испытывавшие в этом затруднения, ощущают чувство отверженности. Если не принимать эту потребность во внимание, часто возникают эмоциональные расстройства.

Последствия материнской депривации проявляются в кризисы трехлетнего и подросткового возраста, когда ребенок сопротивляется требованиям взрослого, считая их неприемлемыми для себя, непереносимыми. В раннем детском возрасте депривация приводит к характерным нарушениям раннего развития (отставание в общем и речевом развитии, недостаточное развитие тонкой моторики и мимики); в дальнейшем проявляются и эмоциональные нарушения в виде общей сглаженности проявления чувств при нередкой склонности к страхам и тревоге, поведенческие отклонения (частые реакции активного и пассивного протеста и отказа, недостаток чувства дистанции в общении или, наоборот, затруднения при контакте). Материнская депривация становится причиной эмоциональной холодности, агрессивности и в то же время повышенной уязвимости.

Для нормального развития формирования личности и психики ребенка, перенесшего материнскую депривацию, а также для его успешной социализации необходимо понимать причины, побуждающие его к отклоняющемуся поведению и уметь правильно на него реагировать. Доверие к миру у детей, переживших материнскую депривацию, может возникнуть только через эмоциональную теплоту материнской заботы, а также через постоянство и повторяемость эмоционально теплой заботы о ребенке. Любовь и тепло необходимы каждому ребенку независимо от возраста.

**Сенсорная депривация** заключается в невозможности удовлетворить потребности во впечатлениях: зрительных, слуховых, осязательных, обонятельных, вкусовых.

Ребенок в доме ребенка, интернате или в другом учреждении закрытого типа, в неблагополучной семье, часто оказывается в обедненной стимулами среде. Такая среда, вызывая сенсорный голод, вредна для человека в любом возрасте, а для ребенка она губительна.

Таким образом, необходимым условием для нормального созревания мозга в младенческом и раннем возрасте является достаточное количество внешних впечатлений, так как именно в процессе поступления в мозг и переработки разнообразной информации из внешнего мира происходит упражнение органов чувств и соответствующих структур мозга. Наиболее благоприятной для оптимального интеллектуального роста служит умеренно обогащенная среда, в которой дети играют со стимулирующими их развитие предметами незадолго до того срока, когда они обычно начинают ими пользоваться.

Стимулирующую развитие ребенка среду создают заботящиеся о нем взрослые. Особенности межличностных отношений между детьми и теми, кто их воспитывает, оказывают решающее влияние на психическое развитие детей. Во время кормления, пеленания, купания и одевания детей родители и другие заботящиеся о них люди служат постоянным источником стимуляции. Разговаривая и играя с детьми, они наглядно показывают им не только отношения между предметами, но и взаимоотношения между людьми, поощряют их достижения в овладении языком. Даже самые простые действия, основанные на подражании, включены в контекст сложного социального взаимодействия между ребенком и заботящимся о нем взрослым.

Те участки мозга ребенка, которые не упражняются, перестают нормально развиваться и начинают атрофироваться. Мозг постоянно нуждается в раздражителях, стимулирующих его деятельность и обеспечивающих развитие. Отсутствие впечатлений даже у вполне здорового, сытого, хорошо ухоженного ребенка вызывает крик, который прекращается лишь с появлением новых впечатлений. А когда дети начинают плакать под влиянием боли или голода не слишком большой интенсивности, плач можно затормозить, показывая ребенку яркие, привлекающие его внимание игрушки.

Если ребенок находится в условиях сенсорной изоляции, наблюдаемой в домах ребенка, происходят резкое отставание и замедление всех сторон развития, своевременно не развиваются движения, не возникает речь, отмечается торможение умственного развития.

**Двигательная депривация.** Этот вид депривации связан с ограничением пространства и характерен для домов ребенка, где возможности движения ребенка длительное время ограничены рамками манежа. Уже в первые месяцы жизни при ограничении движений младенцы проявляют сильное беспокойство. Нахождение ребенка в условиях хронической гиподинамии (пониженная подвижность) приводит к развитию эмоциональной вялости. Симптомом двигательной депривации является также и компенсаторная двигательная активность: раскачивание тела вперед-назад, резкие беспокойные движения головы из стороны в сторону на подушке перед засыпанием, стереотипные движения руками. Эти движения достаточно быстро закрепляются и препятствуют нормальному развитию всей двигательной сферы. Таким образом, у детей, воспитывающихся в учреждениях закрытого типа, в силу ограниченности возможности реализовать свою активность часто наблюдается выраженная моторная отсталость. У них должна быть возможность через двигательную активность преобразовывать действительность, влиять на окружающую среду. Если они не получают непосредственного поощрения в форме последовательной и сопряженной обратной связи за появление таких двигательных, речевых и социальных достижений, как манипулирование игрушкой, улыбка, крик и вокализация (произнесение звуков, слогов, лепетание), то на собственном опыте убеждаются в том, что их попытки влиять на окружение ни к чему не приводят, и не пытаются делать это в дальнейшем. Поэтому такие дети часто проявляют пассивность или агрессию в ответ на неспособность изменить окружающую среду.

При полном отсутствии стимулирования извне наблюдается запаздывание не только в моторном развитии, но и в развитии речи, социальных навыков и эмоциональной экспрессии.

Способы преодоления последствий двигательной депривации, равно как и способы ее профилактики, очевидны – необходимо создавать условия, всемерно способствующие развитию двигательной активности ребенка. Ребенку необходимо предоставлять свободу действий, поощряя его двигательную активность, чтобы давать ему повод как можно чаще и полнее напрягать и упражнять мышцы. Это позволит ребенку постоянно помнить о живой в нем и таящейся силе, о внутренней крохотной, но необъятной мощи, об энергии всего организма, и ощущать все это.

Ограничения детей в стремлении двигаться (бегать, лазать, ползать, прыгать) приводят к возникновению тревожности, раздражительности, агрессивному поведению.

**Депривация идентичности (социальная)** – ограниченная возможность для усвоения самостоятельной социальной роли. В результате возникает так называемое расстройство привязанности (выраженное нарушение общения с окружающими), которое проявляется в двух формах:

1) устойчивое нежелание вступать в контакт или поддерживать общение с окружающими, апатия, снижение или отсутствие спонтанности; в более старшем возрасте отсутствие или недостаточность любопытства или общительности;

2) неразборчивая общительность, например, чрезмерная фамильярность с почти незнакомыми людьми, постоянные просьбы о чем-то и требования повышенного внимания.

Причинами этого служат значительные недостатки в заботе о ребенке:

- постоянное пренебрежение основными эмоциональными потребностями ребенка в комфорте, стимуляции и внимании;
- постоянное игнорирование основных физических потребностей ребенка, включая питание, уборку и защиту от физической опасности и нападения (включая сексуальные оскорбления);
- смена лиц, осуществляющих уход за ребенком так, что устойчивая привязанность невозможна (частая смена персонала, «отцов» и пр.).

Единого депривационного синдрома, по мнению многих исследователей, не существует, так как последствия психической депривации могут охватывать всю шкалу психических отклонений, начиная от легких особенностей психического реагирования и до очень грубых нарушений развития интеллекта и всего психического склада личности. Вместе с тем, отмечены и довольно характерные общие симптомы, включающие:

- задержку и искажение интеллектуального развития, обеднение когнитивной (познавательной) сферы;
- эмоциональные расстройства в виде различного рода депрессивных состояний, обедненности эмоционального реагирования, неспособности к сопереживанию;
- волевые нарушения в виде пассивности, слабости и истощаемости побуждений и мотивов, а также коммуникативных нарушений.
- аутостимулирующие действия, призванные заместить недостаточность внешней стимуляции, например, раскачивание, биение головой, сосание пальца, сосание языка, мастурбация.
- нарушения аппетита, сна.

Глубина и тяжесть депривационных нарушений зависят от срока наступления депривационного воздействия, его длительности и интенсивности. Депривационные условия различно воздействуют на детей разного возраста. С возрастом меняются потребности ребенка, а так же восприимчивость к их недостаточному удовлетворению.

У любого ребенка, находящегося в условиях лишения удовлетворения потребностей, формируется депривация. Именно такой ребенок и приходит в вашу семью. Последствия психической депривации, оказывающие отрицательное влияние на психическое и речевое развитие личности и поведение детей, воспитывающихся вне семьи, требует долгой работы для их преодоления. Поэтому с первых дней появления ребенка в семье очень важно уделять этому внимание. В следующей главе мы рассмотрим процесс адаптации ребенка в семью, расскажем как преодолевать последствия депривации.

## **Адаптация ребенка в замещающей семье: шаги на пути к доверию и любви**

Адаптация в новой семье процесс двусторонний, так как привыкать друг к другу приходится и ребенку, и взрослым. Психологическая адаптация ребенка к новой семье заключается во включении ребенка в семейную систему, принятии им новых норм и правил, формировании привязанности к родителям и налаживании отношений с остальными членами семьи. Психологическая адаптация родителей предполагает принятие и освоение новых функциональных ролей, формирование адекватного образа ребенка, становление продуктивной родительской позиции.

Опыт показывает, что адаптация ребенка к новой семье происходит в течение нескольких лет. Длительность и динамика этого процесса зависят от индивидуальных психологических характеристик ребенка, особенностей его нервной системы, причины сиротства, возраста ребенка на момент помещения в интернатное учреждение и возраста на момент передачи в замещающую семью, психологической готовности родителей и самого ребенка к созданию новой семьи, наличия психологического сопровождения новой семейной системы.

Адаптация условно делится на этапы:

1. Ознакомительный или этап «Идеализированных отношений».
2. Приспособительный этап, который называют «Вживание», «Привыкание».
3. «Стабилизация отношений».

### **Первый этап**

Первый этап – «Знакомство» или «Идеализированные ожидания». Этот этап начинается еще до окончательного прихода ребенка в семью: во время его первых визитов в гости. Здесь отмечается опережающая привязанность друг к другу. На данном этапе все обычно идет просто замечательно: родители стараются, чтобы ребенку было хорошо, подбадривают его, дарят подарки, а ребенок, в свою очередь, изо всех сил пытается понравиться. 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 это совсем не значит, что они уже полюбили – они только хотят полюбить новых родителей.

На данном этапе замещающие родители должны относиться бережно к чувствам ребенка: не стоит называть его сыном или дочерью, претендовать на родительство, стараться побыстрее сблизиться. Также не надо загружать ребенка новыми впечатлениями – его психика может не справиться с большим объемом свежей информации.

Бывает, что новые переживания негативно отражаются на ребенке. В результате он начинает испытывать тревогу, плохо спать, подвергаться перепадам настроения. В такой ситуации надо быть максимально внимательным к нему.

Вы заметите, что ребенок испытывает и радость, и тревогу одновременно. Это приводит многих детей в лихорадочно-возбужденное состояние. Они суетливы, непоседливы, не могут долго сосредоточиться на чем-то, за многое хватаются. Учтите: перед ребенком в этот период появляется много новых людей, которых он не в состоянии запомнить. Не удивляйтесь, что он иногда может забывать, где папа-мама, не сразу скажет, как их зовут, путает имена, родственные отношения, спрашивает «как тебя зовут», «а что это» помногу раз. И это не потому, что у него плохая память или он недостаточно умен. Такое происходит либо потому, что его мозг пока не в силах запомнить и усвоить ту массу новых впечатлений, которая обрушилась на него, либо потому, что ему очень нужно лишний раз пообщаться, подтвердить, что это действительно его новые родители. И в то же время, довольно часто, совершенно неожиданно и, казалось бы, в неподходящее время, дети вспоминают биологических родителей, эпизоды, факты из прежней жизни, начинают спонтанно делиться впечатлениями. А вот если специально спрашивать о

бывшей жизни, некоторые дети отказываются отвечать или говорят неохотно. Это не свидетельствует о плохой памяти, а объясняется обилием впечатлений, которые ребенок не в состоянии усвоить.

Взрослым очень хочется, чтобы процесс привыкания проходил как можно более гладко. В действительности же, в каждой новой семье случаются периоды сомнений, подъемов и спадов, тревог и волнений. Приходится в той или иной степени менять первоначальные планы. Никто заранее не может предугадать, какие неожиданности могут возникнуть.

**Как же сделать так, чтобы, перешагнув порог вашего дома, ребенок захотел в нем остаться?**

Для каждого человека дом – понятие, наполненное своим смыслом. Для одних – убежище, где спрячутся от чужих, для других – пристанище, где собираются близкие.

Что значит дом для ребенка, у которого никогда его не было и который так хочет его обрести? Как сделать, чтобы там ему было хорошо?

Готовясь к приходу ребенка, проанализируйте: Какой он Ваш дом? Что Вам в нем дорого? Чем хочется поделиться в первую очередь?

Дети, в отличие от взрослых, не привязаны к материальному и быстро привыкают к любым условиям. Для них дом – прежде всего, комфортное место, где их понимают, поэтому главное дать ему понять, что здесь безопасно. Поэтому вы должны рассказать ему все о вещах, которые «живут» в доме, и подробно ответить на все его явные и неявные вопросы.

Прежде всего, нужно сделать так, чтобы ребенка ничего не испугало, не вызвало отрицательных эмоций или не насторожило. Это может быть и непривычный запах в квартире, и домашнее животное, к которому вы привыкли, а ребенок никогда его не видел. Ребенок может испугаться лифта и отказаться подняться на нем и т. п.

Вероятнее всего и реакция на членов семьи у ребенка будет разная. Кто-то не будет никому отдавать предпочтения и станет одинаково относиться как к папе, так и к маме. Чаще всего ребенок сначала отдает предпочтение кому-то одному. Одни предпочтут папу и будут мало уделять внимания маме, а другие, наоборот, по привычке будут лнуть к женщине, а кто-то потянется к бабушке. Почему это происходит, взрослому бывает трудно понять, а дети не могут объяснить свои чувства. Возможно, ему понравились внешние признаки (улыбка, глаза, прическа, одежда), или женщина своим обликом напомнила нянечку из детского дома. Внимание любопытных остановится на мужчине потому, что ему в доме ребенка не хватало мужской заботы, и таким предпочтением он восполняет образовавшийся дефицит. А кому-то за время пребывания в учреждении женщины стали привычнее и ближе, а мужчины пугают.

Семья представляет собой динамичную систему, в которой происходят постоянные изменения. Появление в структуре любого дополнительного элемента, в данном случае – приемного ребенка, вносит в ее функционирование существенные изменения. Эти изменения, как показывает опыт, касаются как обычного распорядка жизни взрослых членов семьи, необходимости освоения ими новых социальных ролей, решения новых сложных задач, так и изменения в акцентах во взаимоотношениях супругов, что чревато последствиями. Чтобы данная ситуация еще более не усугублялась неудачами в воспитании ребенка, желательно выполнять следующие правила.

Во-первых, разумно организовать жизненное пространство приемного ребенка, продумать целесообразный возрасту режим дня, позволяющий своевременно переключать внимание ребенка с одного вида занятий на другой, чередовать их.

Во-вторых, рационально выстраивать отношения приемного ребенка вначале в замещающей семье с родителями, а затем с родственниками, соседями, другими детьми, не перегружая общением и не изолируя ребенка.

В-третьих, подкреплять первые впечатления ребенка от проживания в замещающей семье педагогически целесообразным сочетанием ситуаций успеха с положительными и отрицательными эмоциями.

В-четвертых, помогать адаптации ребенка за счет семейного обучения и стимулирования самообучения элементарным жизненным умениям и навыкам.

У ребенка был жесткий режим в детском доме, поэтому старайтесь его не сразу и не сильно менять. Выясните, какой был режим для ребенка в учреждении. Какие реакции проявлял он при изменении режима, или какие тенденции в нарушении его проявлял. Например, если ему нравилось засыпать позже остальных, то пусть у вас дома режим сместится в эту сторону, но не сильно.

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

Не стоит вываливать на него горы новых игрушек, не обязательно они вызовут у него бурю восторга, совсем маленького ребенка непривычные игрушки могут и напугать. Если возможно, попросите в учреждении игрушку, к которой он больше всего привык. Постарайтесь воссоздать в доме какие-то элементы, знакомые ему по учреждению, и создающие у него ощущение знакомого и приятного.

Не перегружайте ребенка эмоциональными впечатлениями. Первое время ограничьте встречи с другими взрослыми и детьми. Гости и родственники вполне могут подождать неделю, пока ребенок немного адаптируется и почувствует себя в доме увереннее.

Устраните новые для ребенка резкие и громкие звуки, сильные запахи. Вынесите из его комнаты сильно пахнущие растения, косметические средства.

Если у вас есть домашние животные, будьте особенно аккуратны и постарайтесь, чтобы знакомство произошло плавно и в доброжелательном ключе, при хорошем настроении всех участников процесса.

Если что-то ребенку особенно нравится в еде или удовольствиях, не старайтесь выдать это все и в максимальных количествах. Принцип «один раз и до отвала» здесь не срабатывает, но может привести к серьезным расстройствам или аллергическим реакциям у ребенка. Умеренность и постепенность в это время для ребенка гораздо важнее мер по компенсации обделенности его в чем-либо.

Не спешите к увеличению познавательных нагрузок. Старайтесь не перегружать ребенка на самом первом этапе. Необходимо, чтобы ребенок почувствовал себя в доме защищенным, а главное здесь – стабильность и отсутствие избыточной новизны, и так ее будет предостаточно. Даже более старших детей, как бы вам не хотелось дать им возможно больше и скорее, не торопитесь перегружать новыми впечатлениями. Совершенно не обязательно совершать дальние прогулки или поездки в клубы, музеи и на праздники. Позвольте им сначала достаточно ознакомиться с домом.

Первое время старайтесь быть с ребенком как можно чаще вместе, разговаривайте с ним, обращаясь «глаза в глаза». Говорите с ним о том, что ему интересно, внимательно слушайте все, что он рассказывает, но старайтесь резко не реагировать на страшные рассказы, 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. Лечит время, внимание и любовь.

Не надейтесь, что ребенок сразу выразит положительную эмоциональную привязанность, скорее он будет ярче проявлять беспокойство при вашем отсутствии.

**Замещающим родителям на этом этапе необходимо:**

- собрать всю доступную информацию о том, как ребенок жил до того, как пришел в вашу семью;
- изучить распорядок дня, традиции, привычки ребенка;

- уважительно относиться к тому, что довелось пережить ребенку;
- не перегружать ребенка чрезмерными требованиями;
- постараться создать для ребенка максимально комфортную атмосферу;
- не отвергать позитивный опыт, накопленный ребенком в общении с биологическими родителями и воспитателями детского дома;
- помочь ребенку понять требования к нему со стороны семьи и правила поведения в ней;
- помнить, что прежде чем что-то изменится, должно пройти время;
- стараться вовлечь в процесс приспособления ребенка к семейному укладу всех членов семьи;
- спокойно воспринимать перемены;
- помочь ребенку адаптироваться к переменам;
- не избегать обсуждения неудобных вопросов, касающихся сексуальности, насилия или плохого поведения;
- активно изыскивать возможности получения необходимой информации и помощи для детей в вопросах их образования, охраны физического и психического здоровья.

**Что должен знать ребенок (в соответствии с возрастом и уровнем понимания):**

- как называть приемных родителей;
- почему он находится здесь и на какой период времени;
- где он будет спать, есть, играть, делать уроки и т. п.;
- правила семьи и распорядок жизни семьи;
- кто является членами семьи;
- какие существуют семейные традиции;
- кто будет принимать решения (вместо него, для него, совместно с ним);
- кого и о чем можно просить;
- взаимоотношения с биологической семьей (если она есть).

**Второй этап**

Второй этап – «Вживание», «Привыкание». На втором этапе примерно через месяц, семья сталкивается с трудностями не похожими на те, которые они предполагали увидеть, начинает ощущать свою беспомощность, огорчение по поводу того, что у них в семье появился совсем не такой ребенок, какого они себе представляли. С точки зрения ребенка (если он уже достаточно большой), он теряет свою кровную семью не в тот момент, когда попадает на «нейтральную территорию» – в приют, а тогда, когда приходит в приемную семью. Ребенок чувствует себя предателем – «это я во всем виноват» – и нуждается в поддержке. Взрослому необходимо быть с ним, не требуя ответных чувств благодарности. Ребенку не ясна его роль и положение в приемной семье. Это обстоятельство тревожит маленького человека. Ребенку требуются разъяснения со стороны взрослых о его будущем.

На этом этапе появляются сложности взаимоотношений в приемной семье. Ребенок, освоившись в новых условиях, начинает искать новую линию поведения, которая устроила бы родителей и была бы удобна ему самому. Поиск не всегда удачен. Ребенка как подменили. Ухудшается или кардинально меняется поведение.

Причины данных изменений связаны с тем, что:

1. Ребенок очень сильно старался понравиться взрослым в течение первого – ознакомительного этапа. Он старался сдерживать проявления, которые, могут не понравиться окружающим («могут прогнать»). Очень долго сдерживать себя невозможно. То, что сжато, разожмется при первом же удобном случае. Дружелюбное, сочувственное, принимающее и заботливое отношение в семье со стороны всех членов семьи становится разрешением для ребенка «отпустить» эмоциональную напряженность, отреагировать привычным для себя образом, сформированным в «прошлой» жизни. С этого момента ребенок доверяет семье свои неприглядные стороны, что и есть признак близости в

отношениях. Ребенок чувствует, что «уже не прогонят». Проявляются упрямство, агрессивность, повышенная обидчивость, своеволие и т. д. Уважительно относитесь к желанию ребенка «отстоять себя» и не раствориться в «пейзаже», старайтесь понять потребности ребенка и способствуйте смягчению преувеличенных черт характера. В расслабленном состоянии ребенку легче адаптироваться и в приемной семье, и в детском учреждении. Появление доверия по отношению к родителю – очень важный момент в жизни приемной семьи, с которым она может себя поздравить.

2. Неготовность ребенка к появившимся требованиям и ожиданиям.

Здесь возможны следующие ошибки взрослых.

- Ожидание благодарности от ребенка. Нужно пояснить, что дети благодарны взрослым, но не умеют пока это выразить. Умение благодарить – один из предметов обучения в приемной семье.

- Приписывание ребенку больших знаний и умений, чем у него есть. Ребенок не саботирует требования взрослого, он просто не привык это делать. Его надо научить – так же, как мы учим более младших детей.

- Ожидание успешности обучения в школе. Родителям нужно помнить о трудностях ребенка, связанных с эмоциональными (например, повышенная тревожность, возбудимость и т. д.) и интеллектуальными (например, социально-педагогическая запущенность, трудность сосредоточения внимания, несформированность коммуникативных навыков и т. д.) проблемами.

3. Нарастание детской тревоги в связи с непониманием своего места и своей роли в приемной семье. Происходит испытание ребенком приемной семьи на прочность. «Проверка» информирует семью о том, что благополучие во взаимоотношениях либо есть, либо нет. Если взрослым будет неверно выбрана тактика реагирования, ребенок постепенно начнет делать «назло». Все члены семьи должны понимать: трудности в этом периоде – норма. Нужно поддержать, понять и принять переживания ребенка, при этом контролируя его поведение и обеспечить соблюдение дисциплины.

4. Эмоциональные трудности в связи с возможными встречами ребенка с биологическими родителями или другими родственниками. Дети испытывают амбивалентные чувства к родителям из-за наличия травматического опыта, с одной стороны, и потребности в определении своей идентичности (которую дает кровная семья), с другой.

5. Нарушения поведения ребенка предыдущим травмирующим жизненным опытом. Ребенок показывает свои внутрисемейные отношения из «прежней» жизни (приемная семья в данном случае имеет реабилитационное значение для ребенка). Возможность ребенком эмоционально и поведенчески «отреагировать» свой прошлый опыт создает условия для нормального развития. Нарушения поведения детей в кризисном периоде накладывают на родителей большую воспитательную нагрузку. Важно поощрять и обучать.

#### **Почему кризис необходим замещающей семье?**

- Кризис помогает родителям обнаружить проблемы ребенка.

- Невозможно перейти на следующий этап адаптации в замещающей семье, минуя кризисный период. Нерешенные эмоциональные проблемы будут вновь и вновь напоминать о себе и тянуть семью назад.

- Пройдя через кризис, замещающие родители приобретают необходимую уверенность, становятся воспитателями более высокой квалификации, что, несомненно, помогает им добиться больших успехов в укреплении семьи.

- Ребенок тоже начинает чувствовать себя в семье более уверенно: он точно знает, что его не прогонят, даже если он сделает что-нибудь неправильно.

- При успешном прохождении кризиса у ребенка снижается уровень тревожности и повышается самооценка, что позволяет ему строить более гармоничные отношения с членами семьи.

- В конце концов, ничто не сплачивает семью лучше, чем совместное преодоление трудностей.

Об успешности преодоления трудностей этого периода свидетельствует изменение внешнего облика ребенка: изменяется выражение лица (становится осмысленным, чаще появляется улыбка и смех). Ребенок становится оживленным, отзывчивым, «расцветает». Исчезают многие аллергические явления, прекращается энурез, очевидна прибавка в росте и в весе.

Ни в коем случае приемным родителям не стоит забывать про себя и свои чувства. Ведь адаптация в новой семье происходит с двух сторон – ребенок привыкает к новой обстановке, но ведь и вы должны к ней привыкнуть. Поэтому надо обязательно помнить о том, что вы тоже испытываете стресс, вам тоже нужна помощь – со стороны супруга или супруги, других членов семьи, социальных работников, психологов. Не стесняйтесь обращаться за помощью, этим вы убережете себя от эмоциональных срывов и психосоматических болезней.

Итак, что следует помнить приемному родителю во время адаптации. Вполне возможно, что у вас были слишком радужные ожидания о том, как сложатся ваши отношения с ребенком. Не стоит впадать в отчаяние, если что-то идет не так, как вам представлялось. Всему свое время, вам еще обязательно удастся выстроить гармоничные, доверительные отношения. Помните, что как бы то ни было, быть приемным родителем – это работа, которая требует определенных затрат: эмоциональных, временных и других. И, как любая другая работа, она требует отдыха. Конечно, вы не имеете официальных выходных и отпуска, однако, это не значит, что надо забыть про себя и полностью погрузиться в проблемы ребенка. Вокруг наверняка есть люди, которые могут вам помочь, например, погулять с ребенком, пока вы немного отдохнете. Как бы вы ни были внимательны к ребенку, никогда не забывайте прислушиваться к себе. Если вы испытываете тревогу по поводу своего нового статуса или вас что-то беспокоит, обязательно найдите возможность проконсультироваться с психологом или получить поддержку у других приемных родителей. Не стоит забывать и про собственное здоровье, всегда вовремя консультируйтесь с врачами. Поддерживайте общение с другими приемными родителями. Возможно, у вас и раньше были друзья, взявшие в свою семью ребенка, или вы успели подружиться с кем-то в Интернет-форумах или на занятиях Школы приемных родителей. В любом случае общение с людьми, которые имеют схожие с вашими проблемы, будет для вас полезно и интересно. Быть может, вы и сами сможете помочь кому-то, кто испытывает трудности, с которыми вы уже справились.

### **Третий этап**

Третий этап – «Стабилизация отношений». Этот этап завершает процесс адаптации ребенка в новой семье. Ребенок и родители постепенно начинают жить жизнью обычной нормальной семьи, если замещающая семья успешно преодолела предыдущий этап, если родители готовы адекватно воспринимать происходящие в ребенке возрастные изменения.

Семья начинает осознавать свою целостность. Это означает переход на качественно новый уровень развития. Все члены семьи становятся необыкновенно похожими друг на друга – как внешне, так и по своим реакциям. Можно говорить и о сформировавшейся привязанности к семье у приемного ребенка. Он чувствует свою идентичность с замещающей семьей, но в то же время способен «принять» и кровную (если есть), т. е. происходит концентрация на настоящем, а не на прошлом, как было на начальных этапах адаптации.

Происходит становление адекватного поведения у ребенка:

- ребенок как-то неожиданно повзрослел; если раньше его привлекали малыши, то теперь он покидает их игры, выбирает компании, близкие ему по возрасту;
- у ребенка исчезает напряжение, он начинает шутить, обсуждать свои проблемы и трудности со взрослыми;
- ребенок привыкает к правилам поведения в семье;

- ребенок принимает активное участие во всех делах семьи;
- ребенок без напряжения вспоминает о своей прошлой жизни;
- поведение ребенка соответствует особенностям характера и полностью адекватно ситуациям;
- ребенок чувствует себя свободно, становится более независимым и самостоятельным;
- ребенок становится эмоциональнее; расторможенный – более сдержанным, а зажатый – более открытым.

Если ребенок чувствует хорошее отношение к себе, возникает привязанность к родителям и ответные чувства. Он без труда выполняет правила и правильно реагирует на просьбы. Проявляет внимание и интерес ко всем делам семьи, активно участвуя в них. Он сам отмечает происходящие с ним изменения, не без иронии вспоминает свое плохое поведение (если оно было), сочувствует и сопереживает родителям. Это и есть форма проявления благодарности родителям, принявшим его в свою семью. Если и появляются проблемы, то они, как правило, отражают кризисные этапы возрастного развития, через которые проходит каждый ребенок.

Дальнейшее движение семейной системы по стадиям жизненного цикла аналогично обычной семье с растущими детьми, с присущими им возрастными кризисами.

В процессе адаптации очень важно уделять внимание развитию ребенка, а в частности сенсорному развитию. На этом мы более подробно остановимся в следующем разделе и расскажем, что такое сенсорная интеграция.

## Сенсорная интеграция в помощь приемным родителям

Термин «сенсорная интеграция» впервые предложен американским психологом Джинной Айрес в 1963 году для описания того, как нарушения процессов сенсорной обработки могут выражаться в различных поведенческих проблемах.

Для более глубокого понимания проблем, связанных с вопросами «сенсорной интеграции», рассмотрим следующие темы:

- что такое сенсорная интеграция, сенсорно-интегративная среда, и почему они важны для развития навыков психоэмоционального, поведенческого развития ребенка;
- как определить родителям, есть ли нарушения сенсорной интеграции у их ребенка, виды нарушений;
- как происходит коррекция и терапия? Подбор развивающей сенсорно-интегративной среды для ребенка того или иного возраста с учетом его особенностей. Сенсорный ввод и сенсорная диета.

### Подробнее о сенсорной интеграции

Ощущения – это способ нашей нервной системы получать информацию о том, что происходит с нашим телом и окружающей средой. Затем мозг организует и обрабатывает эту информацию для того, чтобы мы могли должным образом реагировать на нее. Этот процесс называется сенсорной интеграцией. Мы нуждаемся в отлаженном процессе сенсорной интеграции для развития, обучения, ежедневной деятельности и коммуникации с другими людьми. Сам процесс не осознается нами и в большинстве случаев протекает без сбоев, поэтому узнаем мы о нем только в случае нарушений. Нарушение сенсорной интеграции связано с трудностями в обработке информации любой из сенсорных систем: тактильной, вестибулярной, проприорецептивной, зрительной и слуховой. Никакая часть центральной нервной системы не работает сама по себе: информация передается от одной ее части к другой. Прикосновения помогают видеть, зрение – удерживать равновесие, равновесие – ощущать положение тела в пространстве и двигаться, движение помогает обучению. Мозгу необходима стимуляция ощущениями от собственного тела и окружающей среды, она возбуждает мозг и создает в нем функциональную активность. Таким образом, становятся возможными дыхание, поглощение пищи, ходьба, речь, чтение и т. д. Достаточная стимуляция ведет к увеличению числа связей между мозговыми клетками.

С самого рождения дети развиваются только при условии постоянной стимуляции ощущениями от собственного тела и окружающей среды. Огромное количество информации от органов чувств идет в наш мозг ежесекундно. Мозг должен организовать ее, выбрать наиболее важные, необходимые и отбраковать ненужные из многочисленных поступающих сенсорных сигналов. Поток нервных импульсов от органов чувств и внутренних органов определяет развитие нервной системы ребенка. Если ребенок родился здоровым и его сенсорная стимуляция нормальна, то у него нет проблем с развитием двигательных навыков, речи и поведения.

Для детей же, имевших в начале жизни какие-либо нарушения сенсорной стимуляции (из-за повреждения в родах чувствительных органов, ствола мозга, мозжечка, нервных путей, опыта депривации (сокращение либо полное лишение возможности удовлетворять основные потребности – психофизиологические либо социальные) и т. д., процесс сенсорной стимуляции оказывается неэффективным или недостаточно эффективным. У таких детей развиваются различные нарушения, что приводит к дисфункции сенсорной интеграции. То, как ребенок перерабатывает окружающую и внутреннюю информацию, сказывается на развитии его чувств, мыслей и действий. Легчайшие нарушения в процессах деятельности мозга могут влиять на то, как ребенок овладевает бытовыми навыками, обучается и общается.

С возрастом проблемы множатся и возникают трудности с развитием, обучением в школе и поведением.

Всем хорошо известны основные сенсорные системы: зрительная, слуховая, вкусовая и обонятельная. Эти «**внешние**» чувства отвечают на стимулы окружающей среды. Однако, есть в нашем теле и «**внутренние**» чувства: **интроцептивные, тактильные, проприоцептивные и вестибулярные**. Эти системы чувств, ориентированные на тело, действуют вне сознательных мыслей, и мы не можем контролировать их работу. Опишем вкратце каждую из них.

**Интроцептивная система:** ощущения, поступающие от внутренних органов (например, частота сердечных сокращений, частота дыхания, голод, возбуждение, смена настроений и т. д.).

**Тактильная система:** ощущения от прикосновений, давления и т. п. Дети, имеющие тактильную дисфункцию, часто испытывают затруднения с приемом пищи, мимикой, артикуляцией, поскольку они не имеют соответствующей информации от рецепторов, расположенных в области лица и рта.

**Проприоцептивная система:** ощущение положения тела в пространстве, получаемое от мышц, связок и суставов. Некоторые часто встречающиеся признаки проприоцептивной дисфункции – это неуклюжесть, невозможность адекватно оценить положение тела в пространстве, трудности в обучении новым моторным навыкам. Моторные же навыки глубоко связаны с речевой деятельностью.

**Вестибулярная система:** ощущения движения, силы тяжести и равновесия.

Мозг отбирает, сортирует и упорядочивает чувства, подобно регулировщику, направляющему движения автомобилей. Основным элементом нервной системы – нервная клетка (нейрон).

Нервная клетка состоит из тела, дендритов, аксона и терминалей. Миллионы нейронов человеческого тела связаны в нервную систему. Дендриты нервных клеток получают нервные импульсы от других клеток или рецепторов, глаз, ушей, языка и т. п. Импульсы проходят через ядро к аксону, который проводит их через терминали к дендритам других нервных клеток или к исполнительному органу (например, к мышцам).

Процесс развития ребенка связан с ростом дендритов, аксонов и терминалей. Рост начинается в стволе мозга и распространяется на «верхние этажи» нервной системы. Сенсорная стимуляция и накапливаемый опыт способствуют этому процессу. Швейцарский детский психолог Жан Пиаже говорил, что основа детского интеллекта в сенсомоторной деятельности. Годовалый ребенок хватается за любые предметы, ему надо потрогать буквально все. Мало того, он все тащит в рот. Это «великий исследователь», еще ничего не знающий об окружающем мире, но активно и страстно желающий его покорить. Пиаже исследовал движения рук у совсем маленьких детей на стадии хватания предметов, поскольку придавал им большое значение в развитии интеллекта. Ребенок учится не только хватать, он оттачивает точность движения рук, пальцев, учится согласовывать эти движения со зрением, формирует представление о пространстве не теоретически, а практически – чтобы взять ложку или чашку, попить сока или съесть яблоко.

Сотни тысяч раз ребенок повторяет эти движения день за днем, неделю за неделей, пока они не станут автоматическими. В это время в его мозге происходят процессы, облегчающие и автоматизирующие движения, ощущения, чувства. Сенсомоторный интеллект собирается по песчинке и формирует «кирпичики» для постройки «дома» – глубинного невербального интеллекта.

Есть серия книг о развитии интеллекта у маленьких детей, написанная американским ученым Гленом Доманом. Он основывался на теории Жана Пиаже и исследованиях российского физиолога прошлого века Бориса Клосовского (этот ученый доказал, что структуры мозга нормально развиваются только в условиях сенсорной стимуляции).

Если хотите, чтобы интеллект ребенка развивался, не ленитесь заниматься с ним постоянно. Родителям Глен Доман советует тренировать как крупную моторику детей

(ползание, лазание, ходьба и т. д.), так и мелкую (пальцевые движения), а также тренировать вестибулярный аппарат – переворачивать, качать, подбрасывать ребенка. Разумеется, тренировки нужно постепенно усложнять, проводить их постоянно, несколько раз в день хотя бы по 5-10 минут.

Мозг обладает замечательной способностью приспосабливать сенсорную информацию к требованиям окружающей среды и к потребностям человека. Он может включать или выключать нервные цепи, чтобы регулировать собственную активность и, соответственно, уровень общей активности. Если нужно, мозг включает нервные цепи, обслуживающие игру в мяч, и переключает их, когда мы начинаем читать ребенку книгу.

Мозг тормозит сенсорную информацию, которая не нужна для выполнения определенной задачи. Когда ребенок сидит в классе, его мозг тормозит восприятие звука гудящих вентиляторов, чтобы можно было слушать учителя. Если не блокируется ненужная информация, мозг может быть чрезмерно стимулирован. Когда мы привыкаем к определенным сенсорным ощущениям, мозг автоматически игнорирует их. Так, напряжение ремней ранца вначале занимает внимание ребенка, но, в конце концов, он перестает его замечать. Мозг облегчает восприятие приятных ощущений, например, успокаивающее чувство в кресле-качалке, он дает «зеленый свет» переживаниям удовольствия.

К сожалению, у детей нередко нарушается нормальная работа системы, воспринимающей информацию. Ребенок оказывается неспособным правильно реагировать на определенную сенсорную информацию. Когда информации слишком много, мозг перегружен и принуждает ребенка избегать новых впечатлений. Когда информации слишком мало, мозг ищет дополнительные сенсорные стимулы.

У каждого человека время от времени возникают проблемы с восприятием сенсорной информации. Попробуйте, например, вообразить состояние, когда вы долгое время проводите без сна. Длительная бессонница нарушает координацию движений и способность концентрировать внимание.

Попробуем классифицировать симптомы нарушения восприятия информации по сенсорным системам.

**Слух:** ребенок боится неожиданных или громких звуков, закрывает уши руками; не может гулять по шумной улице, выглядит рассеянным в шумном окружении.

**Зрение:** ребенок предпочитает находиться в темноте, ему трудно преодолевать ступеньки, избегает яркого света, напряженно смотрит на людей или предметы, избегает контакта «глаза в глаза».

**Обоняние:** ребенок постоянно нюхает несъедобные предметы, не переносит крепких запахов.

**Положение тела:** ребенок постоянно пробует разные виды двигательной активности, хватается за других людей, мебель, предметы, имеет слабую мускулатуру, легко утомляется, ходит на цыпочках.

**Движения:** ребенок становится неуверенным, тревожным, когда чувствует, что теряет почву под ногами; избегает подъемов, лазания и прыжков; не любит играть на спортплощадке; опасно рискует в игре, не осознавая опасности.

**Прикосновения:** ребенок не переносит прикосновений к себе, боится испачкаться клеем, песком, красками и т. д., чрезмерно чувствителен к определенным тканям (одежде, постельному белью), не любит прикасаться к людям и предметам, избегает ходить босиком, особенно по траве и песку, у него понижена болевая и температурная чувствительность.

**Внимание, поведение и общение:** ребенок быстро меняет одну активность на другую, и это мешает ему играть, плохо концентрирует внимание, чрезмерно эмоционален с другими, кажется тревожным, склонен к инцидентам, ему трудно заводить друзей, выражать эмоции.

Обобщая сказанное, можно выделить следующие основные моменты.

Способность уделять внимание задаче зависит от способности тормозить несущественную сенсорную информацию, окружающий шум или зрительные образы. У многих детей не развиты защищающая, тормозящая способности нервной системы. Это может выражаться в рассеянности, гиперактивности или импульсивности (ребенок без «тормозов»). Ребенок кажется неорганизованным, ему не хватает целеустремленности. Поэтому он не в состоянии исследовать окружающий мир, полноценно играть. Он может казаться неуклюжим и плохо держать равновесие. Ему трудно успокаиваться после физических игр. Негативное поведение имеет скрытую причину. Ребенок может быть вспыльчивым, возбужденным, кричать из-за ерунды, например, из-за того, что испугался незнакомых звуков, увидел нечто непонятное или ему просто мешает складка в одежде.

Общий симптом дисфункции сенсорной стимуляции – неспособность поддерживать необходимое состояние внимания, а также концентрировать внимание на определенной задаче. Это особенно заметно при восприятии речи, несущей огромное количество слуховой информации, которую нервная система не может переработать.

Джейн Айрес в своих наблюдениях пришла к выводу, что основа нормальной работы нервной системы обусловлена состоянием вестибулярной системы. Вестибулярная система является главным организатором ощущений, поступающих из других сенсорных каналов, таким образом, она участвует в овладении речью. Джейн Айрес подчеркивала, что вестибулярная система отвечает за координацию и регуляцию мышечной активности невербального общения – «язык тела» и другие формы невербального общения.

Результатом сниженной активности вестибулярной системы часто являются нарушение артикуляции и задержка речевого развития. Дети просто не определяют сенсорную информацию, которая поступает от артикуляторных органов. В результате возникают трудности с началом и реализацией движений, требующихся для артикуляции.

Таким образом, становится понятным значение состояния систем органов чувств, и особенно вестибулярной системы, для правильного развития ребенка.

#### **Как выглядит нарушение сенсорной интеграции?**

Типичные проявления сенсорной дезинтеграции:

- невозможность сохранять оптимальный уровень бодрствования;
- слишком высокий/низкий уровень активности;
- чрезмерная чувствительность к звукам, прикосновениям, вкусовым ощущениям;
- поиск определенных ощущений, что может проявляться в виде гиперактивности;
- трудности в удержании позы;
- трудности в усвоении новых движений;
- плохое усвоение навыков самообслуживания;
- социальные и эмоциональные трудности;
- задержка в развитии речи;
- трудности в обучении.

Для того, чтобы понять какие сенсорные нарушения есть у вашего ребенка, необходимо заполнить диагностический опросник, который размещен ниже.

## Диагностический опросник сенсорных нарушений

Для более детального изучения сенсорных нарушений можно воспользоваться диагностическим опросником. Вопросник не является абсолютно полным сборником диагностических критериев для установления диагноза «нарушение обработки сенсорных сигналов», «сенсорная дезинтеграция», а является инструментом для тех, кто непосредственно общается с ребенком.

Следует обратить внимание на следующее:

- **какие симптомы демонстрирует ваш ребенок, к какой категории относятся его трудности;**
- **до какой степени эти трудности мешают ему или другим в обычной жизни;**
- **какое влияние они оказывают на соответствие уровня его развития рамкам возрастных норм.**

Может получиться так, что в какой-то из категорий окажется много пунктов, а в какой-то – ничего, либо понемногу во всех категориях. Это поможет направить диагностику и коррекцию. Идентифицировать расстройство и понять его природу – уже огромный шаг.

В своей книге «Ребенок не в синхроне» (русский перевод «Разбалансированный ребенок») Кэрол Сток Карновиц дает 5 предостережений, которые необходимо помнить при использовании вопросника.

1. Ребенок с сенсорной дисфункцией совершенно не обязательно имеет все перечисленные симптомы. Например, у ребенка с вестибулярной дисфункцией может страдать равновесие, но при этом он может иметь хороший музыкальный слух.

2. Иногда ребенок демонстрирует в какой-то день симптомы дисфункции, а на следующий день все нормально. Например, ребенок с проприорецептивными проблемами может споткнуться о каждый бугорок на тротуаре в пятницу, но при этом забить кучу голов при игре в футбол в субботу. Непостоянство является признаком всех неврологических расстройств.

3. Ребенок может демонстрировать симптомы определенной дисфункции, но при этом ее не иметь. Например, ребенок, избегающий прикосновений, может казаться гиперсенситивным к тактильной стимуляции, а может делать это по причинам эмоционального характера.

4. Ребенок может соединять в себе гиперсенситивность к одним стимулам и гипосенситивность к другим. Например, он может быть чрезмерно чувствительным к легкому прикосновению, отскочить, если его кто-то потрепал по плечу, но совершенно спокойно переносить глубокую боль от инъекции.

5. Каждый человек периодически имеет какие-то сенсорные проблемы, потому что никто не может сохранять прекрасную регуляцию на протяжении всего времени. Самые различные стимулы могут помешать нормальной работе мозга, создав либо сенсорную перегрузку, либо, наоборот, депривацию.

**Осязание: входящие сигналы от рецепторов кожи о прикосновении, давлении, температуре, боли.**

**Признаки тактильной (осязательной) дисфункции**

**1. Гиперсенситивность к прикосновению (тактильная защитная реакция)**

- легкое или неожиданное прикосновение вызывает страх, тревогу, агрессию;
- в младенчестве не любил / не любит, чтобы его брали на руки, обнимали, возможно, выгибал спину, отодвигался;
- впадает в расстройство при мокром/грязном подгузнике, а также при перемене подгузника;
- страшится или даже избегает находиться близко к другим людям или ровесникам (особенно в очередях);

- пугается, если кто-то/что-то дотронется сзади или в ситуации, когда дотрагивающегося не видно (например, под одеялом);
- не любит причесываться;
- не любит, чтобы его целовали, вытирает место поцелуя;
- предпочитает обниматься;
- капля дождя, вода из душа или ветер, дующий на шею, может вызвать мучительные ощущения и негативную реакцию / реакцию избегания;
- чрезмерно бурная реакция на маленький порез, царапину или укус насекомого;
- избегает прикосновения к определенным материалам (одеялам, коврикам, чучелам животных);
- отказывается надевать новую или жесткую одежду, одежду из грубых тканей, с высоким воротом, джинсы, шапки, ремни и т. п.;
- избегает игры с участием рук;
- избегает / не любит / терпеть не может «грязные» игры: с песком, с грязью, водой, клеем, скользким материалом, кремом для бритья, пеной и т. д.;
- впадает в сильное расстройство из-за грязных рук и часто стремится их протереть или вымыть;
- слишком чувствителен к щекотке;
- не терпит швов на носках вплоть до отказа их надевать;
- не терпит одежды, натирающей кожу, готов носить шорты и безрукавки круглый год, 2-3-летки могут вообще предпочитать ходить голышом и постоянно стягивают подгузники и одежду;
- или наоборот, предпочитает носить длинные рукава и штанины круглый год, чтобы не подвергать кожу внешним воздействиям;
- впадает в стресс из-за необходимости умываться;
- впадает в стресс из-за необходимости стричь волосы, ногти;
- отказывается чистить зубы и страшно боится дантиста;
- чрезвычайно капризен в еде, осуществляет строгий подбор вкусов и структур еды, смесь частиц разной консистенции не употребляет, отказывается от горячего и холодного, отказывается пробовать новое;
- может отказаться ходить босиком по траве или песку;
- может ходить только на носочках.

## **2. Гипосенситивность к прикосновению (недостаточная реакция)**

- стремится к прикосновению, ему необходимо потрогать все и всех;
- не замечает, что к нему прикоснулись или налетели на него, если только не сделать это с особой силой или интенсивностью;
- не обращает особого внимания на раны (порезы, синяки), не расстраивается из-за уколов, может даже заявить, что ему нравятся уколы;
- может не обратить внимания на то, что руки или лицо грязные, нос течет;
- может проявлять самоагрессию: щипать, кусать себя, бить себя по голове;
- все время что-нибудь тянет в рот;
- часто делает больно другим детям или животным в процессе игры;
- постоянно трогает поверхности или объекты, которые приносят успокоение (например, одеяло);
- ищет поверхности и структуры, дающие интенсивную тактильную стимуляцию;
- очень любит «грязные» игры и ищет их;
- любит вибрацию или другие сильные сенсорные сигналы;
- предпочитает очень острое, сладкое, кислое или соленое.

## **3. Низкая тактильная перцепция и различение объектов наощупь**

- сложности с выполнением мелких моторных функций: застегиванием пуговиц, молнии, застегиванием одежды;
- может не понять, до какой части его тела дотронулись, если не смотрел;

- может бояться темноты;
- неаккуратно одевается: выглядит взъерошенным, не замечает, что штаны перекручены, рубашка заправлена лишь наполовину, шнурки развязаны и т. д.;
- ребенку сложно использовать ножницы, мелки, столовые приборы;
- даже после двухлетнего возраста продолжает пихать в рот предметы, чтобы их исследовать;
- плохо определяет характеристики объектов: форму, размер, текстуру, температуру, вес и т. д.;
- может не суметь определить объекты по прикосновению, использует зрение, чтобы помочь себе, когда, например, что-то нужно достать наощупь из рюкзака или взять со стола.

**Вестибулярное чувство: сигнал от внутреннего уха о состоянии равновесия, изменений гравитации, передвижении и положении тела в пространстве.**

### **Признаки вестибулярной дисфункции**

#### **1. Гиперсенситивность к движению (чрезмерная реакция)**

- избегает / не любит детские площадки: качели, лесенки, горки, карусели;
- предпочитает сидячие занятия, двигается медленно и осторожно, избегает рисков, производит впечатление «слабака»;
- избегает / не любит лифты и эскалаторы, может сесть, когда приходится в них заходить, его может укачать;
- может прижиматься к взрослому человеку, которому он доверяет;
- может сильно испугаться падения, даже если нет реального риска;
- боится высоты, даже подняться на бордюрик или ступеньку;
- боится оторвать ступни от земли;
- боится подниматься и спускаться по лестнице, ходить по неровной поверхности;
- боится быть перевернутым вверх тормашками, вбок, назад; может решительно отказываться мыть голову в положении наклонившись над раковиной;
- замирает, если кто-то другой начинает его двигать, например, пододвигает его стул поближе к столу;
- в младенчестве мог не любить детские качели или прыгунки;
- может бояться кататься на велосипеде, осваивать его с большими сложностями, может бояться прыгать, скакать, балансировать, стоя на одной ноге, особенно с закрытыми глазами;
- не любил лежать на животе в младенчестве;
- легко теряет равновесие и может казаться неуклюжим;
- боится тех видов деятельности, которые требуют хорошего равновесия;
- избегает резких и вращательных движений.

#### **2. Гипосенситивность к движению (недостаточная реакция)**

- находится в постоянном движении, кажется, не может посидеть смирно ни минуты;
- стремится ко всему, что дает ощущение быстрого, интенсивного движения, вращения;
- любит, чтобы его подбрасывали вверх;
- может кружиться часами, не испытывая при этом головокружения;
- в парках аттракционов любит все быстрое, напряженное и/или пугающее;
- постоянно прыгает по мебели, на батуте, крутится на крутящемся стуле, переворачивается вверх тормашками;
- любит кататься на качелях как можно выше и как можно дольше;
- ищет источники возбуждения, приключений, нередко опасных;
- постоянно бежит, подпрыгивает, подскакивает и т. п. вместо простой ходьбы;
- когда сидит, раскачивается всем телом, трясет ногой или головой;

- любит быстрые внезапные движения, например, когда машина или велосипед подскакивают на бугристой дороге.

### **3. Низкий мышечный тонус и/или координация**

- расслабленное, «гибкое» тело;
- часто «сползает», ложится и/или опирает голову на руку, работая за письменным столом;
- часто сидит на полу в W-позиции (когда в сидячем положении на полу ноги создают букву «W»), чтобы стабилизировать тело;
- легко устает;
- компенсирует расслабленность сильной хваткой, когда держит/держится за объект;
- трудно поворачивать ручки (дверные и прочие), открывать и закрывать объекты;
- при падении не может сгруппироваться и удержаться;
- сложности с одеванием, застегиванием пуговиц и прочих застежек;
- не ползал в младенчестве;
- плохо осознает свое тело: натывается на предметы, сбивает их, спотыкается, кажется неуклюжим;
- плохая крупная моторика: плохо прыгает, ловит мяч, влезает по лестнице, не может манипулировать марионеткой;
- плохая мелкая моторика: сложности в пользовании инструментами, карандашом, столовыми приборами, гребешком, ножницами и т. д.;
- может казаться амбидекстром (способным выполнять двигательные действия правой и левой рукой с одинаковой скоростью и эффективностью), часто менять руку при раскрашивании, вырезании, письме; не имеет устоявшейся ведущей руки до 4-5 лет;
- плохо получается лизать мороженое в рожке;
- кажется очень неуверенным в движении, например, если нужно перешагнуть через что-то;
- сложно запоминает движения упражнения или танца.

**Проприорецептивное чувство: сигнал от мышц и суставов о положении тела, весе, давлении, растяжении, движении и изменении положения в пространстве**

### **Признаки проприорецептивной дисфункции**

#### **1. Поиск сенсорных переживаний**

- стремится к возможности попрыгать, понатыкаться на что-то, свалиться/навалиться;
- топает ногами во время ходьбы;
- стучит ногами по полу или по стулу, когда сидит;
- кусает/сосет пальцы и/или часто хрустит суставами пальцев;
- любит плотно завертываться во много одеял или в тяжелое одеяло, особенно при отходе ко сну;
- предпочитает одежду как можно более тесную (а также ремни, капюшоны и шнурки);
- любит ощущение хлюпанья, расплющивания и стремится к нему;
- любит грубоватые объятия;
- чрезмерный стук игрушками и другими объектами;
- любит кучу-малу, борьбу;
- часто намеренно падает на пол;
- готов часами прыгать на батуте;
- скрипит зубами в дневное время;
- любит пихать, тащить, волочить объекты;
- любит прыгать с мебели и с других высоких объектов;
- часто ударяет, толкает других детей, наваливается на них;

- жует ручки, соломинки, рукава рубашки и т. д.

## **2. Сложности с упорядочиванием движения**

- не может оценить, насколько согнуть и растянуть мышцы при выполнении какого-то действия (например, вдеть руку в рукав или залезть куда-то);
- сложности с регулировкой давления при письме/рисовании: может написать так, что почти ничего не видно или, наоборот, тут же сломать грифель карандаша;
- письменная работа очень неаккуратная, а при стирании написанного часто рвет бумагу;
- постоянно ломает игрушки и другие объекты;
- не может правильно определить вес объекта, может слишком надавить на стакан с соком или жаловаться, что объект слишком тяжелый, не приложив достаточной силы;
- может не понимать, что такое «тяжелый» и «легкий», не может сравнить объекты по весу;
- кажется, что во всех действиях применяет слишком большую силу: при ходьбе; сжимает предметы слишком сильно, хлопает дверьми, ставит объекты с силой и грохотом.

## **Признаки аудиальной дисфункции (при исключении проблем со слухом)**

### **1. Гиперсенситивность к звукам (аудиальная защитная реакция)**

- отвлекается на звуки, в норме не замечаемые другими, например, гудение лампы или холодильника, вентилятора, обогревателя, тиканье часов;
- пугается звука слива унитаза (особенно в общественных туалетах), пылесоса, фена, скрипа обуви, лая собаки;
- замирает или отвлекается на неожиданный громкий звук;
- раздражается/отвлекается на фоновые шумы за пределами здания, например, на жужжание газонокосилки в саду, звуки стройки;
- часто просит людей не шуметь, не говорить, не петь;
- при неожиданном громком звуке убегает, вскрикивает, закрывает уши руками;
- может отказаться от посещения кино, парада, катка, музыкального концерта и т. д.;
- человек может нравиться или не нравиться в зависимости от того, нравится ли звучание его голоса.

### **2. Гипосенситивность к звуку (недостаточная регистрация звуков)**

- часто не реагирует на словесное обращение, на обращение по имени;
- кажется, что сам шумит исключительно ради шума как такового;
- любит слушать музыку и телевидение очень громко;
- кажется, что плохо понимает и запоминает на слух;
- кажется, что не понимает направление источника звука;
- нередко вслух и достаточно громко сам направляет себя во время выполнения задания;
- в младенчестве мало или совсем не вокализировал и не гулил;
- нуждается в неоднократном повторении инструкций, иначе часто переспрашивает «Что?»

### **3. Аудиальная дисфункция, дисфункция обработки речевых сигналов**

- не может определить, где источник звука;
- сложности с идентификацией человека по голосу;
- сложно различить похожие по звучанию слова;
- сложно фильтровать посторонние звуковые сигналы при общении с одним человеком;
- раздражают громкие, внезапные, металлические и очень высокие звуки;
- трудно сконцентрировать внимание на читаемом или воспринимаемом на слух тексте, понимать и запоминать его; часто просит повторить указания и может быть способен выполнить лишь инструкцию, содержащую не более двух шагов;

- прежде, чем ответить на вопрос, смотрит на других в надежде на ободрение;
- трудности с формулировкой идей (письменно и устно);
- часто говорит не в очередь и не на тему;
- если его не понимают, испытывает сложности с переформулировкой и впадает во фрустрацию, сердится и отказывается от этой задачи;
- сложности с чтением, особенно вслух (может одновременно страдать дислексией);
- проблемы с артикуляцией и внятностью речи;
- способность к речи часто улучшается после интенсивного движения.

### **Признаки дисфункции орального сигнала**

#### **1. Гиперсенситивность к оральному сигналу (оральная защитная реакция)**

- капризен в еде, часто имеет крайние предпочтения, например, очень ограниченный набор продуктов, отказывается пробовать новую еду, отказывается есть в гостях;
- может есть только мягкую или пюреобразную еду после 2-х лет;
- может давиться едой плотной консистенции;
- сложности с сосанием, жеванием и глотанием; может давиться или испытывать страх подавиться;
- отказывается или чрезвычайно боится идти к дантисту и проделывать любые манипуляции с зубами;
- может есть только горячее или только холодное;
- отказывается лизать конверты, марки, стикеры из-за их вкуса;
- не любит зубную пасту и жидкости для полоскания рта, выражает недовольство при пользовании ими;
- избегает маринованной, острой, сладкой, кислой и соленой пищи; предпочитает пресную.

#### **2. Гипосенситивность к оральному сигналу (низкий уровень регистрации)**

- может лизать, пробовать на вкус, жевать несъедобные объекты;
- предпочитает пищу с интенсивным вкусом и запахом: очень острую, сладкую, соленую;
- избыточное слюноотделение по прошествии возраста прорезания зубов;
- часто жует волосы, рубашку, пальцы;
- постоянно кладет объекты в рот по прошествии малышового возраста;
- реагирует так, как если бы вся еда имела один вкус;
- любит добавлять чрезмерное количество специй и маринадов в пищу;
- любит крутить во рту зубную щетку и даже ходить к дантисту.

### **Признаки нарушения обонятельной функции (чувствительность к запахам)**

#### **1. Гиперсенситивность к запахам (чрезмерная реакция)**

- отрицательно реагирует на запахи, которые не беспокоят большинство или даже не замечаются в норме другими людьми;
- сообщает людям (или говорит об этом с другими), как неприятно или странно они пахнут;
- отказывается есть какие-то продукты из-за их запаха;
- запахи уборной, пота вызывают сильную негативную реакцию или даже тошноту;
- запах духов и одеколона вызывает раздражение, возможно, сильное;
- раздражают бытовые и кухонные запахи;
- может отказаться от игры в чьем-то доме из-за запаха;
- запах является ведущим критерием для определения нравится или не нравится конкретный человек или конкретное место.

## **2. Гипосенситивность к запахам (недостаточная реакция)**

- сложности с различением неприятных запахов;
- может съесть или выпить что-то ядовитое, потому что не чувствует отвратительного запаха;
- не может определить запахи специальных «нюхательных» наклеек;
- не замечает запахи, на которые жалуются окружающие;
- не замечает или игнорирует неприятные запахи;
- тщательно обнюхивает новые предметы, людей, места;
- нюхание предмета – один из способов взаимодействия с ним.

## **Признаки нарушения визуальной функции (при отсутствии снижения остроты зрения)**

### **1. Гиперсенситивность к визуальному сигналу (чрезмерная реакция)**

- чувствителен к яркому свету; щурится, закрывает глаза, плачет, и/или яркий свет вызывает головную боль;
- с трудом фокусирует взгляд на задании/занятии на протяжении соответствующего периода времени;
- легко отвлекается на другие визуальные стимулы в помещении, например, движущиеся предметы, картины на стенах, игрушки, окна, двери и т. д.;
- плохо чувствует себя как в слишком ярко освещенном помещении, так и при приглушенном свете;
- трет глаза; глаза слезятся, после чтения и просмотра телевидения болит голова;
- избегает смотреть в глаза;
- любит играть в темноте.

### **2. Гипосенситивность к визуальному сигналу (недостаточная реакция, сложности со следованием взглядом за предметом, различением или восприятием)**

- имеет сложности с различением букв, похожих по написанию, фигур, как например, квадрат и прямоугольник;
- плохо воспринимает целое, большую картину, концентрируясь на деталях или узорах в картине;
- плохо находит нужный предмет среди других предметов: нужную бумагу на столе, одежду в ящике, игрушку в коробке с другими игрушками, нужную вещь на полке в магазине;
- часто теряет нужное место, когда переписывает текст из книги или с доски;
- сложно управлять движением глаз для слежения за движущимся предметом;
- сложности с различением цветов, форм и размеров;
- часто теряет в книге место чтения или выполнения математического задания;
- пишет или читает слова задом наперед после окончания первого класса;
- жалуется на «двойное очертание»;
- плохо находит отличия в картинках, словах, символах, предметах;
- при письме плохо справляется с равномерностью в размере букв и промежутков между словами и цифрами;
- сложности в составлении пазлов, копировании форм и/или вырезании/обведении готовой формы;
- имеет тенденцию писать строчку с отклонением вверх или вниз по странице;
- путает лево и право;
- легко устает от школьных заданий;
- имеет сложности с пространственными отношениями, натывается на объекты/людей, спотыкается о бордюры, ступеньки.

**Социальная, эмоциональная, игровая дисфункции, дисфункция саморегуляции**

### **Социальная дисфункция**

- сложности в общении с ровесниками;
- предпочитает играть один с предметами или игрушками, а не с людьми;
- не отвечает на попытки установить контакт со стороны взрослых или ровесников; с ним сложно войти в содержательный диалог;
- может совершать обидные, жестокие действия и в отношении себя, и в отношении других;
- окружающим трудно понять его намерения, нужды, эмоции;
- не ищет контакта с членами семьи.

### **Эмоциональная дисфункция**

- трудно принимает изменения рутины;
- легко впадает во фрустрацию;
- часто бывает импульсивен;
- показывает лучшие результаты в маленькой группе или при индивидуальных занятиях;
- переменчивое настроение, склонность к эмоциональным взрывам и истерикам;
- предпочитает играть с краю, чуть в стороне от группы или просто быть наблюдателем;
- избегает смотреть в глаза;
- не умеет адекватно сообщить о своих потребностях.

### **Игровая дисфункция**

- сложности с имитационной игрой (после 10 месяцев);
- бесцельное передвижение в пространстве, не обусловленное ни игрой, ни исследованием окружения (после 15 месяцев);
- для игры нуждается в руководстве взрослого, сложно играть самому (после полутора лет);
- часами может заниматься повтором одной и той же манипуляции: выстраивать друг за другом машинки, кубики, смотреть один и тот же фильм множество раз.

### **Дисфункция саморегуляции**

- чрезмерная раздражительность, суетливость и колики у маленького ребенка;
- не может успокоиться с помощью традиционных способов: соска-пустышка, любимая мягкая игрушка, на руках у мамы (или основного воспитателя);
- пробуждается в расстройстве;
- нуждается в дополнительных стимулах, чтобы уснуть: поглаживание, укачивание, ношение на руках или поездка в машине.

### **Внутренняя регуляция (интроцепция)**

- начинает мерзнуть или страдать от жары быстрее, чем другие в этих же условиях; может казаться, что ему никогда не холодно/жарко; может плохо поддерживать внутреннюю температуру тела;
- плохо себя чувствует при крайних температурах или переходе из одной в другую (например, зимой выход из помещения на улицу и наоборот, летом из прохладного помещения с кондиционером на жару и наоборот);
- дыхание слишком быстрое или слишком медленное, сложно переключить ритм дыхания по требованию организма;
- ритм сердечных сокращений ускоряется или замедляется сильнее, чем этого требует ситуация;
- после физической нагрузки или испуга ритм дыхания и сердечных сокращений замедляется медленнее, чем это предполагается в соответствии с нормой;
- несколько перемен настроения, возможно, очень резких в течение дня (сердитое сменяется счастливым очень быстро, иногда без видимой причины);
- непредсказуемое возбуждение или неспособность контролировать уровень возбуждения (от гипервозбуждения к апатии, быстрые колебания между ними; от

перестимуляции к недостимуляции в течение часов или дней в зависимости от вида деятельности, обстановки и т. д.);

- частые запоры или диарея, или то одно то другое в один и тот же день или в течение нескольких дней;

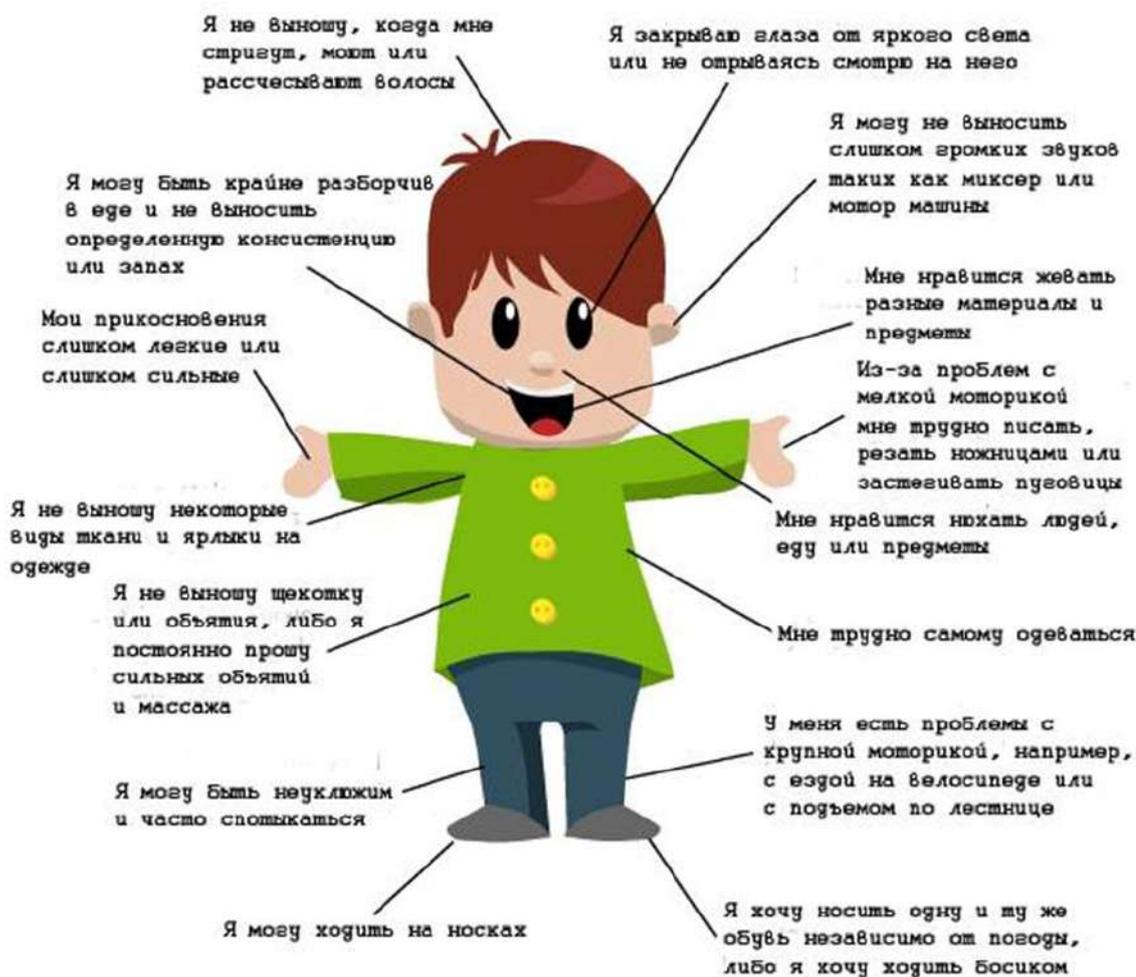
- сложности с освоением горшка; кажется, не отслеживает свою потребность (например, нет соответствующего ощущения, что кишечник или мочевого пузырь наполнен);

- не способен регулировать жажду; всегда хочет пить, никогда не хочет пить, или переходит от одного состояния к другому;

- не способен регулировать голод; все время ест, вообще не ест, не может чувствовать сытость/голод;

- не способен регулировать аппетит; имеет низкий аппетит или вообще не имеет, либо чувствует сильный голод, но испытывает насыщение после «двух укусов», через некоторое время опять голоден (склонен к расстройствам питания и/или плохо растет и развивается физически).

Далее изображен рисунок, который демонстрирует как ребенок, имеющий сенсорные нарушения, воспринимает окружающий мир:



### Как происходит коррекция и терапия?

Специалист на основании наблюдения за ребенком, опроса родителей и тестирования определяет характер трудностей и прописывает стратегию терапевтического воздействия. Терапия, основанная на сенсорной интеграции, – не медикаментозная

терапия, а коррекционная работа, похожая на игру. Однако занятия со специалистом – не единственный инструмент воздействия. Специалист разрабатывает программу, которая затрагивает образ жизни ребенка, потому что процесс сенсорной интеграции происходит постоянно. Поэтому нужна и постоянная поддержка ребенка родителями в этом процессе.

Программы сенсорной интеграции создаются на основе сенсорной диагностики индивидуально для каждого ребенка. В совокупности включаются упражнения на все основные виды восприятия: тактильное (стимуляция кистей рук, стоп, лица, ротовой полости, поверхности тела); зрительное (упражнения в затемненной комнате, стимуляция зрения с помощью ярких предметов); обонятельное (стимуляция резкими и слабыми раздражителями в зависимости от вида нарушения чувствительности: гипо- или гиперчувствительности); вестибулярное (повороты, кувырки, прыжки на пружинящей поверхности); вкусовое (презентация вкусовых раздражителей); проприочувствительность (стимуляция глубокого мышечно-суставного чувства).

Упражнения постепенно усложняют, вводят новые виды раздражителей, а при достижении определенных успехов (возможность привлечения и недлительного удержания зрительного внимания, выполнение простых инструкций) вводят элементы когнитивного тренинга (упражнения на крупную моторику, зрительно-моторную координацию, подражание). В зависимости от тяжести расстройства программа может быть краткосрочной или долгосрочной.

Так же важным элементом сенсорной интеграции является «Сенсорная диета», ответственным за соблюдение которой становится родитель.

## Что такое сенсорная диета?

Точно так же, как должна быть удовлетворена потребность вашего ребенка в получении пищи, в течение дня должна быть удовлетворена его потребность в получении сенсорных ощущений.

«Сенсорная диета» (термин придуман Patricia Wilbarger) является тщательно структурированным индивидуальным планом занятий и процедур, обеспечивающих ввод сенсорных стимулов, которые необходимы человеку, чтобы оставаться сосредоточенным и организованным в течение дня.

Каждый ребенок имеет уникальный набор сенсорных потребностей. Как правило, ребенок, у которого нервная система слишком быстро реагирует и легко перевозбуждается, испытывает потребность в успокаивающих воздействиях, в то время как ребенку, который всегда выглядит вялым и уставшим, больше необходимы возбуждающие воздействия. Педагог-психолог может использовать современные отработанные и отлаженные методики обучения и оценки навыков, чтобы разработать хорошую сенсорную диету для ребенка.

Результаты сенсорной диеты наступают незамедлительно и в совокупности. Воздействия, возбуждающие вашего ребенка или успокаивающие его, эффективны не только на тот момент, они в течение длительного времени фактически помогают перестраивать нервную систему вашего ребенка так, чтобы он мог лучше:

- переносить незнакомые ощущения, быть терпимым в сложных для него ситуациях;
- регулировать настороженность и увеличить объем внимания;
- ограничить сенсорный поиск и уходы в сенсорные поведения (самостимуляции);
- воспринимать любые перемены с меньшим стрессом.

В первую очередь необходимо сделать «сенсорный ввод» – дать возможность ребенку понять и прочувствовать все сенсорные ощущения.

Далее расписаны необходимые упражнения и рекомендации для сенсорного развития ребенка с учетом возраста.

### **Проприоцептивный ввод**

Проприоцептивный ввод (ощущения от суставов, мускулов и соединительных тканей, которые дают представление о границах собственного тела и его положении в пространстве) может быть достигнут при поднимании, толкании или перемещении тяжелых предметов, включая собственный вес. Ребенок может также получить проприоцептивные ощущения, выполняя действия, которые приводят к сжатию суставов, как при толкании чего-то тяжелого, или к растягиванию суставов, как при висении и подтягивании на турниках, брусьях, планках, кольцах, рукоходах и пр.

### **Малыши и дошкольники:**

1. Делать «сэндвич» (бутерброд) или «буррито» (лепешку с начинкой). Крепко прижмите руки, ноги и спину вашего ребенка, поместив его между подушек («сэндвич»), или плотно закатайте его в одеяло («буррито»).

2. Толкать и тащить. Малыш может толкать и тянуть свою собственную коляску, более сильный ребенок может толкать коляску с малышом или тележку, наполненную тяжелыми предметами, например, продуктами в магазине.

3. Носить тяжести. Ваш ребенок может носить рюкзак, заполненный игрушками (не слишком тяжелыми).

### **Школьники:**

1. Прыгать. Дайте ребенку возможность прыгать: на мини-батуте, играть в классики или с предметами, дающими упругую отдачу (мяч для фитнеса и т. п.)

2. Толкать и тащить. Дайте ребенку возможность пылесосить, перемещая пылесос, переносить что-либо (книги) из одной комнаты в другую, мыть и/или протирать

вертикальные поверхности (окна в машине) и горизонтальные поверхности (стол), перекладывать/переносить влажное белье из стиральной машины в сушилку.

### **Вестибулярный ввод**

#### **Малыши и дошкольники:**

1. Качание. Поощряйте желание ребенка использовать на детской площадке все, что качается или делает колебательные движения, старайтесь чередовать типы раскачиваний и направление их движения, например, вперед – назад или из стороны в сторону.

2. Вращение. Дайте ребенку возможность использовать для вращения специальный вращающийся диск или офисное кресло, разрешите бегать по кругу и кататься на карусели. Возьмите крепко вашего ребенка за руку и покружите вокруг себя, приподняв над землей, или поиграйте в самолет, держа его при вращении за руку и за ногу с одной стороны (это можно делать, если у ребенка отсутствует слабый мышечный тонус).

#### **Школьники:**

1. Вверх и вниз головой. Давайте ребенку висеть вниз головой на оборудовании детской площадки, кувыркаться, делать «солнце» на турнике или кататься на американских горках.

2. Качание, колебание и катание «рулоном». Поощряйте ребенка использовать все, что может качаться и колебаться (или трястись) на детской площадке, разрешите скатываться «рулоном» вниз с холма по траве или по снегу (это также дает хорошие проприоцептивные ощущения).

3. Вращение. Поощряйте поездки в луна-парк и на аттракционы, в которых используется вращение, приобретите диск для вращения.

### **Осязательный (тактильный) ввод**

Осязательный (тактильный) ввод – распознавание ощущений от воздействий легкого прикосновения, глубокого давления, текстуры, температуры, вибрации и боли. Область восприятия этих ощущений включает как кожу, покрывающую тело снаружи, так и слизистые оболочки внутри полости рта. Повышенная оральная чувствительность может способствовать избирательности в еде и трудностям с кормлением.

#### **Малыши и дошкольники:**

1. Еда и напитки. Давайте ребенку пить чистую простую воду или газированную минеральную воду, чтобы ощутить пузырьки во рту (вы можете разнообразить ее вкус, добавив немного фруктового сока или сока лимона, лайма и т. п.).

2. «Пачкающие» игры с текстурами. Давайте возможность играть с мыльной пеной или кремом для бритья, добавьте песок для дополнительной текстуры. Купите пальчиковые краски для рисования пальцами, пластилин, глину, блестящие пасты для лепки, месите густое тесто как для печенья и жидкое как для торта и т. д.

Позвольте ребенку играть в песочнице на детской площадке или оборудуйте собственную дома, наполнив лоток сухими бобами и рисом или другими материалами и маленькими игрушками.

Никогда не заставляйте ребенка, если он к этому не расположен, трогать неприятные субстанции. Позвольте ему использовать кисточку, стек, палочку или даже любую небольшую безделицу для осторожного исследования непривычного материала.

3. Переодевания. Наряжайте ребенка в забавные костюмы, чтобы он получил возможность почувствовать ощущения от непривычной одежды.

#### **Школьники:**

1. Еда и напитки. Давайте вашему ребенку замороженные продукты (фруктовое мороженое на палочке, замороженные фрукты и овощи), смешивайте еду разной температуры (горячий напиток с холодным мороженым, горячая лепешка с холодной начинкой и т. д.).

2. Контакт с природой. Поощряйте ребенка ходить босиком по траве, песку или земле. Дайте ему возможность работать в саду и пересаживать комнатные растения.

3. Игры с переодеванием. Поощряйте игры с косметикой (безопасной), разрисовыванием лица и с переодеванием в костюмы для сюжетной игры или для видеосъемки.

### **Слуховой ввод**

Слуховой ввод направлен на то, ЧТО мы слышим и КАК мы слушаем, он физиологически связан с вестибулярным аппаратом. Можно использовать различные типы записанной и живой музыки. В дополнение здесь приведены рекомендации, которые должны помочь детям и взрослым успокоить и упорядочить слуховое восприятие.

1. Выйти из дома и послушать. Идите по пляжу или сидите неподвижно и слушайте шелест листьев, дождь, гром и т. д. Если вы слышите пение птиц, попытайтесь определить, в каком направлении находится поющая птица.

2. Слушать аудиозаписи звуков живой природы. Есть множество аудиозаписей звуков дождя, океанских волн, пения птиц и т. д. Иногда звуки природы бывают записаны в легком инструментальном сопровождении флейты, клавишных и т. д. Некоторые дети и взрослые находят, что они спят (засыпают) лучше, когда проигрывают такую музыку.

3. Играть в прослушивание. Сидите с вашим ребенком очень тихо и пытайтесь идентифицировать звуки, которые вы слышите (шумит транспорт на улице, гудит холодильник, хлопает дверь и т. д.), и определить, откуда они доносятся. Найти музыку, которая действует успокаивающе. Слушайте музыку, специально предназначенную для того, чтобы способствовать расслаблению, сосредоточению, энергетическому подъему или творчеству. Имейте в виду, конечно, что музыкальные предпочтения людей весьма своеобразны, так что потребуются некоторые эксперименты. Музыка, которую вы любите, может быть невыносимой для вашего ребенка, в то время как музыка, которую он считает успокаивающей, может заставить вас биться об стену.

4. Поощрять музицирование. Предоставьте вашему ребенку возможность трогать музыкальные инструменты и поощряйте его играть на них и даже брать уроки. Ребенку с повышенной аудиочувствительностью предсказуемость и контролируемость звуков может очень помочь. Поощряйте его включать пылесос, помогите ему хлопнуть воздушные шарики после дня рождения, предвкушая шум. Попробуйте компакт-диски, чтобы понизить чувствительность ребенка к повседневным звукам, таким как: гром, лай собак, тревожная сигнализация и к другим звукам, которые тревожат и пугают многих детей.

5. Создать приятный звуковой фон (белый шум). В качестве источника белого шума установите настольный фонтанчик в виде скалы с водопадом или аквариум.

### **Визуальный ввод**

Визуальный ввод часто оказывается чрезмерно стимулирующим для детей с сенсорными проблемами. Подумайте, каким образом вы сможете упорядочить визуальную среду чувствительного ребенка дома и в школе с целью достижения успокаивающего, организующего эффекта. Напротив, если ребенок кажется «ушедшим в себя» и с трудом отвечает на зрительную стимуляцию, добавьте предметы ярких цветов, чтобы привлечь его зрительное внимание. Например, ребенка, который с трудом откликается на предложение поиграть, может привлечь ярко раскрашенная упаковочная коробка с игрушками привлекательных цветов. Ребенок, который, кажется, неспособен увидеть катящийся шар, может быть в состоянии это сделать, если шар будет зажигаться или шуметь при движении.

1. Избегать избыточных визуальных стимулов (раздражителей). Спрячьте лишнее в корзины или коробки, или за занавеску, или за закрытую дверцу шкафа – простой однотонный занавес, висящий над книжной полкой мгновенно уменьшает зрительный хаос.

В комнате, где ребенок проводит большую часть своего времени, старайтесь использовать одноцветные покрытия вместо узорных. Одноцветные стены в нейтральных или мягких тонах дают меньше зрительной стимуляции, чем оклеенные узорными обоями или выкрашенные в яркие цвета.

2. Посадить за другую парту. Устройте так, чтобы ваш ребенок сидел в классе в первом ряду, где меньше отвлекающих факторов. Ему может быть необходимо еще сидеть подальше от окна, чтобы избежать уличных соблазнов. Некоторым детям лучше сидеть в последнем ряду, так они могут наблюдать, что делают другие дети, и для этого не надо постоянно поворачиваться.

3. Выбирать цвета. Избегайте игрушек, одежды, полотенец и т. д., окрашенных в цвета, которые вызывают беспокойство у вашего ребенка.

#### **Обонятельный ввод**

Обонятельный ввод (ощущения запаха) – запахи проходят через нос и воздействуют на наиболее примитивную, эмоциональную часть мозга. Так что, если вашего ребенка выводит из себя что-то не так пахнущее, – ничего удивительного. Отдельные запахи могут стимулировать, успокаивать или вызывать сенсорную перегрузку.

1. Пополнять коллекцию запахов. Изучайте с вашим ребенком ароматы и запахи окружающих вещей, чтобы найти те, которые лучше всего удовлетворяют вашей цели (успокоить ребенка или взбодрить его).

2. Использовать запахи, чтобы снять напряжение. Если ваш ребенок переутомился в торговом центре и вы знаете запахи, которые могут ему помочь, дайте ему понюхать его любимый аромат или остановитесь в секции, где продают мыло и свечи.

3. Играть в отгадывание запахов. Поиграйте в ароматную игру с вашим ребенком. Попросите закрыть глаза (или повяжите повязку) и попытаться определить запахи, такие как: цитрусовые, фрукты, цветы, специи, например, корица и т. д.

#### **Вкусовой ввод**

Вкусовые ощущения воспринимаются нашим языком, но то, как мы их интерпретируем или что при этом испытываем, сильно зависит от нашего обоняния. В качестве эксперимента, жуйте жевательную резинку, пока не исчезнет ее аромат, затем поднесите к носу лимон – резинка будет иметь лимонный вкус. Помогите вашему ребенку в расширении вкусов, к которым он относится терпимо или которые любит, и используйте насыщенные вкусы, которыми он наслаждается, чтобы помочь преодолеть вялость и расшевелить его.

1. Давать еду с насыщенным вкусом перед введением новой. Насыщенные вкусы могут стимулировать ротовую полость ребенка с пониженной оральной чувствительностью и делать ее более готовой попробовать новую пищу. Перед введением новой пищи, пусть ребенок, терпимый к кислому и липкому, пожует одну мятную лепешку или другую еду с сильным вкусом.

2. Играть в отгадывание вкусов. Если у вашего ребенка отсутствует негативная реакция на рафинированные сахара (он не становится слишком гиперактивным или сонным), возьмите леденцы или мармелад в ассортименте. Съедайте по одному и просите ребенка угадать, какой у него вкус. Если вы хотите исключить сахар, а также искусственные красители и ароматизаторы, которые присутствуют в большинстве конфет, можно играть в эту игру с кусочками фруктов и другой здоровой едой.

3. Привлекать к приготовлению еды. Дети более склонны попробовать что-либо, когда они помогают это готовить. Пусть ваш ребенок помогает вам выращивать фрукты, овощи, зелень, планировать ужин или покупки. Дайте ему возможность выбирать между курицей или рыбой, стручковой фасолью или зеленым горошком, картофелем или рисом. Пусть ребенок положит мясо в лоток для запекания, измельчит и опустит в воду овощи и т. д. Пусть он поможет вам раскладывать еду по тарелкам, так чтобы это выглядело красиво.

4. Играть с едой. Так называемый привередливый едок может быть более склонен съесть «скалы и деревья», чем фрикадельки и брокколи. Забавные комбинации из нескольких овощных палочек и помидорок черри, уложенных на тарелке в виде смайлика, побуждают ребенка попробовать что-нибудь новое.

## **Далее приведем примерный образец сенсорной диеты:**

### **Утром**

- Массаж ног и спины, чтобы помочь проснуться.
- Слушать CD, рекомендованный для терапевтического прослушивания.
- Использовать виброщетку для чистки зубов и виброрасческу.
- Съесть хрустящие крекеры с фруктами и белками.
- Вращение с использованием диска.
- Прыжки на мини-батуте.

### **После школы**

- Пойти на детскую площадку на 30 мин.
- Толкать тележку с продуктами или коляску.
- Вращение.
- Мини-батут. Добавить варианты: играть в мяч или бросать игрушки в корзину во время прыжков.
  - Массаж ног для расслабления, использовать терапевтическую смазку, сделать «сэндвич», походить, изображая тачку.
  - Упражнения с мячом.
  - Слушать CD, рекомендованный для терапевтического прослушивания.
  - Работа над полостью рта – всасывать жидкости через соломинку, есть хрустящие и долго жующиеся закуски, или жевать резинку перед/во время занятий за столом.

### **Во время обеда**

- Помогать с приготовлением еды, смешивать, измельчать и т. д.
- Помогать накрывать на стол, используя обе руки для переноски и балансировки подноса.
  - Давать хрустящую и долго жующуюся еду.

### **Ночью (вечером)**

- Семейное время: лепка, рисование, прочие занятия.
- Теплая ванна с пузырьками и успокаивающими эфирными маслами.
- Массаж во время чтения на ночь.

Помните! Нами приведен примерный вариант диеты. Для каждого ребенка необходимо составить индивидуальную диету с помощью специалиста.

## Формирование привязанности

В процессе адаптации большую роль играет формирование привязанности. Все без исключения дети нуждаются в формировании благополучной эмоциональной привязанности к своим родителям. Однако, для детей, попавших в семью из детского дома, этот процесс протекает с большими сложностями. Эмоциональные отношения между ребенком и его кровными родителями складываются, в том числе, и благодаря биологической связи. Такой связи между приемными родителями и ребенком нет. Однако, это не значит, что благополучная эмоциональная привязанность между ними не может быть установлена. Напротив, при определенных усилиях и большом терпении это возможно. Чтобы справиться со сложностями в эмоциональном развитии приемного ребенка необходимо, прежде всего, понимать, в чем эти сложности заключаются.

Английский ученый Джон Боулби, родоначальник теории привязанности, а также его последователи проводили многочисленные исследования для того, чтобы понять, как формируются эмоциональные связи ребенка с близкими людьми, в первую очередь, с его мамой или заменяющим ее лицом, по каким законам они развиваются, и как они влияют на умственное, эмоциональное и физическое развитие в целом.

Привязанностью называют прочную эмоциональную связь, устанавливаемую между матерью и младенцем в процессе ее заботы о нем. Такая эмоциональная связь дает чувство безопасности. Малыш стремится к объекту своей привязанности, чтобы чувствовать себя любимым и защищенным. В исследованиях психологов убедительно показано, что если он получает достаточно тепла и заботы родителей, когда нуждается в ней, то:

- а) у него развивается чувство собственной ценности, вера в доброжелательность и отзывчивость окружающих;
- б) формируются благоприятные взаимоотношения с окружающими во взрослой жизни;
- в) он получает положительный опыт для своего родительского поведения в будущем;
- г) интеллектуальное и эмоциональное развитие ребенка будет протекать более гармонично, снижается риск задержки психического развития.



Привязанность – это не событие, а процесс. Ее укрепляет любая деятельность, которая помогает завершить цикл формирования привязанности. Если же в этом цикле есть все, кроме удовлетворения потребности, то цикл не сможет завершиться. То, сколько раз нужно повторить этот цикл, чтобы привязанность стала достаточно стабильной, зависит от нескольких факторов: наследственность ребенка, его прошлое, тяжесть ущерба, причиненного его психике этим прошлым, личные качества членов новой семьи. В любом случае, чтобы привязанность сформировалась, цикл должен повториться много раз.

## **Качество привязанности**

Джон Боулби считал, что способность испытывать эмоциональную привязанность врожденна у человека и животных. Однако выбор объекта привязанности и ее качество зависит от поведения родителей по отношению к своему отпрыску, то есть имеет социальную природу. Большую роль играет внимание взрослого к ребенку, отзывчивость на его сигналы: взгляд, лепет, улыбку или плач. В случае если родители быстро и позитивно реагируют, вступают в общение с ним, то у ребенка формируется чувство доверия к окружающему миру, чувство собственной ценности и тесно связанная с ними надежная (безопасная) привязанность. В случае, если ребенку недостает внимания, теплоты в отношениях, эмоциональной поддержки родителей, то у него развиваются нарушения привязанности. К ним относят формирование ненадежных типов привязанности. Психологами условно выделены следующие типы.

1. **Перемещенная привязанность.** Если рядом с ребенком отсутствует родитель, он ставит на нем крест и привязывается к группе сверстников. Для ребенка с такой привязанностью характерно: противоположное поведение – кричит, если брать на руки; не обращается к взрослым, т. к. они для него не существуют.

Если такой ребенок будет воспитываться в многодетной семье, то процесс привязанности начнет формироваться из наблюдений и повторений за другими детьми. Если семья, взявшая на воспитание ребенка, не имеет других детей, то родителям необходимо создавать детское сообщество, в котором ребенок мог бы видеть и осваивать модель взаимодействия со взрослыми.

2. **Диффузная привязанность** характерна для детей, которые не имели возможности в детстве установить благополучные эмоциональные связи со взрослым, поэтому они ставят крест на привязанности и начинают «иметь с каждого». Это очень обаятельные дети, которые не различают «своих и чужих». Это один из самых тяжелых случаев семейного устройства, потому что такой ребенок говорит то, что хотят от него слышать, врет, манипулирует, пользуется. Часто это дети с многочисленными перемещениями.

Основная задача родителей, взявших на воспитание ребенка с диффузной привязанностью, доказать ему, что они никуда не денутся.

3. **Тревожная привязанность.** Ребенок принимает следующее решение: «У меня этого нет, я подожду, что будет», т. е. ребенок в своем развитии ставит себя как бы на паузу.

Если такие дети остаются в детских учреждениях, то прогноз развития будет отрицательный. Попав в семью, процесс формирования привязанности у детей идет быстро, хотя проблемы, связанные с задержкой развития, еще остаются.

4. **Перевернутая привязанность.** Ребенок принимает решение: если рядом нет взрослого, а жить надо, он сам займет доминантную роль (формируется перевернутая картина мира). Такой ребенок всех строит, контролирует, у него сильный характер, поэтому наказания и запугивания для него бесполезны.

Если такой ребенок остается в детском учреждении, то прогноз отрицательный (развитие психических расстройств, асоциальное поведение). Попав в семью, он будет стараться всех строить, нарушать правила, настаивать на своем. Задача родителей – проявлять властную заботу о нем, чтобы вернуть его в роль ребенка.

5. **Аутистическая привязанность** – это случаи летального исхода (госпитализма, тяжелой психиатрии, глубокая умственная отсталость без органического фона).

В исследованиях показано, что указанные проявления нарушений привязанности могут носить обратимый характер и не сопровождаться значительными интеллектуальными нарушениями.

### **Развитие привязанности в условиях приемной семьи**

Как показывают исследования, практически все дети из детского дома, даже те, кого усыновили в младенческом возрасте, имеют проблемы с формированием

привязанности к приемным родителям. Это происходит оттого, что надежная привязанность формируется в том случае, когда опекающее лицо своевременно различает и отзывается на потребности/нужды ребенка, что создает у него чувство стабильности и безопасности. В том случае, если отношения с этим лицом прерываются, то отношения надежной привязанности разрушаются. В детском доме за ребенком ухаживает, как правило, несколько людей, которые больше внимания уделяют режимным моментам, чем актуальным потребностям. Приемные родители, в свою очередь, являются незнакомцами для приемного ребенка, и установление отношений истинной привязанности происходит между ними не сразу, этот процесс длится месяцы и годы. Но родители могут сделать его более скорым и эффективным.

Среди причин, осложняющих развитие надежной привязанности детей-сирот, исследователи называют следующие:

- Разлука с родителями и помещение в детский дом.
- Ситуация смерти родителя или заботящегося о нем человека, особенно насильственной.
- Нарушение взаимоотношений в кровной семье и развитие ненадежной привязанности. Ребенку с нарушениями привязанности, возникшими в родительской семье, будет сложнее привязаться к новым родителям, так как он не имеет благоприятного опыта построения отношений со взрослым человеком.
- Пренатальное употребление матерью алкоголя и наркотиков.
- Насилие, пережитое детьми (физическое, сексуальное или психологическое). Дети, которые подвергались жестокому обращению в течение раннего возраста, могут ожидать подобного обращения в новой семье и проявлять некоторые из уже привычных стратегий, чтобы справиться с этим.
- Нервно-психические заболевания матери.
- Наркотическая или алкогольная зависимость родителей.
- Госпитализация родителя или ребенка, в результате которого ребенка внезапно разлучили со значимым взрослым.
- Педагогическая запущенность, пренебрежение, игнорирование нужд ребенка.

### **Признаки нарушения привязанности в поведении ребенка**

Риск возникновения нарушений привязанности возрастает в том случае, если перечисленные факторы имеют место в течение первых двух лет жизни ребенка, а также, когда несколько факторов сочетаются между собой.

Проявления нарушения привязанности можно определить по ряду признаков.

1. Сниженный фон настроения, вялость, настороженность, плаксивость.
2. Устойчивое нежелание вступать в контакт с окружающими, выражающееся в том, что ребенок избегает контакта глаз, незаметно наблюдает за взрослым, не включается в предложенную взрослым деятельность, избегает тактильного контакта.
3. Агрессия и аутоагрессия.
4. Стремление обратить на себя внимание плохим поведением, демонстративным нарушением правил, принятых в доме.
5. Провокация взрослого на нехарактерную для него яркую эмоциональную реакцию (гнев, потеря самообладания). Добившись такой реакции взрослого, ребенок может начинать вести себя хорошо. Для родителей в этом случае необходимо научиться чувствовать момент провокации и использовать свои способы совладания с ситуацией (например, посчитать до 10 или сказать ребенку, что не готов сейчас общаться).
6. Отсутствие дистанции в общении со взрослыми. «Прилипчивость» к взрослому. Дети из детского дома часто демонстрируют прилипчивость к любому новому взрослому в своем окружении.
7. Соматические нарушения.

### **Условия формирования надежной привязанности в приемной семье**

В процессе адаптации ребенка в семье он проходит и разные стадии привязанности к родителям. Так, оказавшись в семье, чадо боится потерять новых родителей и чувство стабильности, которое у него возникает, и демонстрирует (а скорее всего, и испытывает) теплые чувства к родителям. Когда эта стадия заканчивается, ребенок начинает вести себя более естественно. И вот тут могут начать проявляться все накопленные ранее проблемы, в том числе и в развитии привязанности. И этих проблем тем больше, чем более неблагополучной была кровная семья ребенка, и чем больше времени он провел в детском доме.

Приемным родителям следует быть готовыми к тому, что малыш, взятый в семью в возрасте 3-х лет и старше, может проявить значительный регресс в поведении (начинает вести себя как маленький, карабкается на руки к взрослому), неосознанно восполняя тот этап в отношениях с матерью, который он упустил. В других случаях (имея опыт физического и сексуального насилия) ребенок может начать избегать любого телесного контакта. Как дошкольник, так и школьник, может испытывать трудности в установлении гармоничных отношений с приемными родителями, используя знакомые деструктивные формы поведения и ожидая привычного отношения взрослых к нему. Формирование новых, конструктивных способов взаимодействия в таком случае потребует достаточно времени и терпения.

Для детей раннего возраста (от рождения до 3 лет) надежная привязанность может быть установлена в том случае, если ребенок чувствует, что его любят и опекают. Благодаря каждодневному позитивному опыту общения с приемными родителями, дети начинают чувствовать себя комфортно и безопасно в новой семье, что позволяет развивать надежную привязанность. Родителям предстоит угадывать и удовлетворять основные потребности ребенка, это поможет ему научиться обращаться к приемным матери и отцу за помощью и будет способствовать установлению позитивных эмоциональных связей.

Существует множество способов, при помощи которых родители/опекуны могут содействовать возникновению чувства привязанности у детей. Тем не менее, самым важным из них является взаимодействие с ребенком посредством физического, зрительного и слухового контакта, поскольку такое взаимодействие происходит на чувственном уровне.

**Привязанность на физическом уровне** увеличивает способность взрослого правильно реагировать на нужды ребенка. Вы можете показать свое отношение к ребенку обнимая его, целуя, прижимая к себе, укачивая перед сном. Даже если речь идет о подростках, прикосновение играет критическую роль в формировании привязанности. Это то, чего в прошлом такие дети либо не получили вообще, либо получили в недостаточном количестве. Многие дети, пережившие жестокое обращение, сознательно избегают прикосновений, но без них они никогда не смогут стать частью новой семьи и включиться в ее жизнь. Вот несколько советов:

- Расчесывайте вашего ребенка, заплетайте ему косички, делайте прически.
- Нанесите себе и ребенку одинаковые одноразовые картинки-татуировки.
- Сделайте ему массаж спины или ног.
- Устройте шутивную борьбу.
- Утром, перед тем как уйти на работу, обнимитесь со всеми членами семьи.
- Предложите ребенку посмотреть телевизор вместе, сидя в обнимку.
- Поиграйте в игры, где надо держаться за руки, например, хоровод.
- Покатайте ребенка на себе как на лошади.
- Перед сном обнимите и поцелуйте ребенка.

#### **Движение вместе с ребенком**

У детей-сирот хорошо получается отталкивать, избегать и обманывать, но они не умеют двигаться синхронно с другим человеком. Вот некоторые советы.

- Нарисуйте вместе какую-нибудь картинку.

- Поиграйте в мяч или покидайте тряпичный мячик.
- Покачайте ребенка на руках независимо от его биологического возраста.
- Научите ребенка танцу, который вы сами любили танцевать в детстве. Потом пусть он научит вас своему танцу.

- Попрыгайте с ребенком через скакалку.
- Сыграйте в бадминтон и др.

### **Зрительный контакт**

Зрительный контакт с ребенком – залог прочной привязанности. Старайтесь, чтобы ребенок все время видел, что вы находитесь рядом. Вот некоторые способы для укрепления зрительного контакта.

- Оденьтесь с ребенком в одинаковые цвета или одежду.
- Оденьтесь одинаково и сделайте фотографию всей семьи в таком виде. Повесьте одну большую фотографию на видное место в комнате, а небольшое фото в комнату ребенка.
- Посадите ребенка на колени и поиграйте в «Ку-ку! Кто там?». Даже некоторые подростки получают удовольствие от этой забавы.
- Покажите ребенку ваши детские фотографии, сравните их с его собственными фотографиями, если они есть.
- Раскрасьте лицо ребенка смываемыми красками. А потом пусть он раскрасит ваше.
- Посмотрите друг на друга и перечислите то, что у вас есть похожего.
- Придумайте игру «сигнал глазами». Ребенок становится в 10 шагах от вас. Он должен смотреть вам в глаза. Если вы моргнете один раз, ребенок должен сделать шаг вперед, если 2 раза – шаг назад. Ребенок выигрывает, когда подходит к вам вплотную.

### **Слуховое взаимодействие**

Голос мамы особенно успокаивает ребенка. Когда мама нежно держит своего ребенка на руках, у нее появляется возможность стимулировать его развитие, причем не только прикасаясь к ребенку, но и глядя ему в глаза, разговаривая с ним или просто произнося какие-либо звуки. Это можно назвать «эмоциональная подпитка» для мозга (Хеллер, 1997). Вот несколько советов, как можно общаться с ребенком в удовольствие, с пользой для его речевого развития и укрепляя его привязанность к вам.

- Послушайте и выучите вместе с ребенком одну из его любимых песенок. А потом научите его своей любимой песенке.
- Сядьте с ребенком и выберите вместе книгу, главы из которой будете вместе читать день за днем.
- Напишите ребенку письмо. В день, когда оно должно прийти, попросите его проверить почтовый ящик и прочесть ваше письмо вслух.
- Прочтите ребенку сказку.
- Обсудите с ребенком, куда бы вы отправились, если бы могли летать.
- Сходите вместе в библиотеку и поищите ответ на какой-нибудь вопрос.
- Вместе с ребенком выберите подписку на журнал.
- Составьте альбом истории вашей семьи, где теперь воспитывается ребенок. Пусть ребенок расспросит ваших родственников, какой вы сами были в детстве.
- Вместе с ребенком начните изучать иностранный язык.
- Расскажите ребенку историю его появления в вашей семье и др.

Таким образом, чем больше времени вы проводите с ребенком, разговариваете с ним, побуждаете его к взаимодействию, а также создаете необходимые условия для спокойного отдыха и сна, тем лучше такой ребенок развивается.

Для формирования привязанности, восстановления базового доверия к миру, утраченного детьми из детских домов, большое значение имеют последовательность и единство подходов в воспитании обоих родителей. Если сегодня ребенка, разбившего

коленку, пожалели, а завтра поругали за то же самое, то у него возникнет еще большее недоверие к миру и людям.

Поддержание режима дня, ритуалов и обычаев, выработка правил поведения в новой семье также способствуют чувству стабильности и защищенности.

Психологи выделяют следующие правила выстраивания взаимоотношений с ребенком, которые могут быть полезны родителям.

#### **Последовательность**

Дети, с которыми неправильно обращались, очень чувствительны к малейшим изменениям в распорядке дня и различного рода перемещениям. Суэта и неразбериха могут оказать на них очень сильное воздействие. Помните об этом при посещении различных массовых мероприятий, таких как семейные праздники или совместный отдых. Необходимо с осторожностью вводить в их жизнь все новое, давая ребенку время и возможность постепенно приспособиться к ситуации. Попробуйте обеспечить ребенку благоприятные условия: подержите его на руках, нежно поговорите с ним, объясняя при этом то новое, что вскоре должно появиться в его жизни. Не позволяйте, чтобы слишком многие незнакомые люди держали ребенка на руках.

#### **Будьте внимательны**

Найдите время для того, чтобы сесть и поиграть с ребенком. Позвольте ему лепетать что-то на его собственном языке, так сказать «разговаривать» с вами. Отвечайте ему с улыбкой, поощряйте ребенка, показывая, что вам действительно интересно, что вы слушаете и все понимаете. Когда вы общаетесь с ребенком спокойно, взаимодействуете с ним, вы почувствуете, что он начинает вести себя более раскованно и проявляет свою неповторимую индивидуальность. Дети чувствуют, когда вы на самом деле относитесь к ним внимательно, а не делаете несколько дел одновременно.

#### **Прогресс**

Иногда при работе и осуществлении ухода за такими детьми улучшения могут сразу не проявляться. Это может очень сильно расстроить родителей или опекунов и даже привести к тому, что они будут чувствовать себя беспомощными и бесполезными в данной ситуации. Однако, надо всегда помнить, что дети, которые окружены любовью и заботой изначально, непременно будут чувствовать себя более уверенно и комфортно в дальнейшем.

#### **Самопомощь**

Уделяя все свое внимание нуждам ребенка, который перенес какую-либо травму, любящие и знающие родители и опекуны могут в тоже время полностью забывать о себе. Тем не менее, следует помнить, что родители и опекуны не могут обеспечить последовательный, продуманный, правильный уход, направленный на воспитание ребенка, если они сами измотаны. Поэтому надо всегда помнить, что отдых необходим любому человеку, также как и помощь близких и друзей, за которой они должны обращаться.

Следует помнить о том, что каждый ребенок устанавливает эмоциональные связи с членами своей новой семьи по-разному и нет одинаковых рецептов для каждой семьи. Важно то, что большинство проблем, связанных с формированием привязанности у ребенка, взятого в семью – преодолимы, и преодоление их зависит в первую очередь от родителей. Также стоит обращаться за консультацией к профессиональному психологу, он поможет сделать процесс адаптации приемного ребенка и его новой семьи друг к другу более успешным и безболезненным.

## Чувство потери. Чем могут помочь родители?

Каждый ребенок, который нуждается в новой семье, испытал или испытывает чувство горя, утраты. Поэтому будущим замещающим родителям необходимо знать о тех стадиях, которые проходит человек, переживающий горе. Знание особенностей каждого периода поможет людям, находящимся рядом с ребенком, смягчить его боль, создать условия для преодоления кризисной ситуации, для лучшей адаптации его в новых условиях.

Горе – это реакция на потерю близкого, любимого человека после невозвратимой разлуки с ним или его смерти. Горе также является и процессом, в течение которого, человек учится сохранять память об ушедшем и в то же время жить в настоящем. Процесс переживания горя можно условно разделить на несколько стадий, которые считаются общими для перенесших утрату, хотя реакции людей индивидуальны, и каждый переживает горе по-своему. Реакции детей на утрату отличаются от реакций взрослых. Но в своих переживаниях ребенок проходит те же стадии, что и взрослый человек. Процессу переживания свойствен циклический характер, то есть он состоит из множественных возвращений на ранние стадии. Несмотря на это, знание признаков, характерных для той или иной стадии переживания горя, и понимание их психологического смысла позволяют оказывать помощь страдающему человеку.

Самое тяжелое событие, которое может произойти в жизни ребенка – это утрата родителей. Когда родители умирают или их лишают родительских прав, ребенок оказывается на попечении государства, и в его судьбе принимают участие взрослые, задача которых – насколько возможно, смягчить и восполнить утрату.

Дети, чьи родители лишены родительских прав, переживают двойную жизненную травму: с одной стороны, это плохое обращение в родной семье и негативный жизненный опыт, с другой, сам факт разрыва с семьей. Такую вынужденную разлуку ребенок воспринимает почти как смерть своих родителей. Традиционные представления о том, что дети «ничего не понимают», что «им все равно» и «они быстро все забудут» – ошибочны. Дети точно так же, как и взрослые, чувствуют боль утраты близких отношений, но у них гораздо меньше возможностей защищаться, по сути – только одна: стараться не думать о том, что с ними случилось. Еще одно традиционное заблуждение – считать, что ребенок не может любить родителей, которые так плохо с ним обращаются. Потребность любить и быть любимым естественна для любого человека. Просто эти дети любят своих родителей не такими, какие они есть, а такими, какими они должны были бы быть: додумывая хорошее и не замечая плохое.

Детям трудно адекватно оценить причины изъятия их из семьи, и они могут воспринимать это как насилие, а представителей органов опеки – как агрессоров. Но даже тогда, когда перемещение было ожидаемым, дети испытывают страх и неуверенность, чувствуют себя зависимыми от внешних обстоятельств и незнакомых им людей. В соответствии с особенностями характера и поведения, после изъятия из семьи ребенок может быть подавлен, безучастен к происходящему или агрессивен. Но какой бы ни была его реакция, взрослым нужно помнить: уход из семьи – самое значительное событие из всех, что происходили до сих пор в жизни ребенка.

Все дети из неблагополучных семей хотят, чтобы их родные родители были заботливыми и любящими. Разлука с семьей, по сути, является признанием того, что для данного ребенка быть любимым своими родителями – невозможно. И утрата семьи, даже если она была неблагополучной, – серьезная травма, приносящая ребенку боль, обиду на родителей и на «жизнь вообще», чувство отверженности и гнев.

Дети, пережившие смерть родителей, испытывают острую жизненную травму. Основной задачей взрослых в ходе работы с ребенком, столкнувшимся с утратой, – помочь ему понять, что произошло и почему.

Если горе не преодолено, и утрата внутренне не принята – боль сохраняется во взрослом состоянии.

Очень важно говорить с детьми о тяжелых переменах в их жизни по двум причинам. Во-первых, дети рано или поздно узнают о том, что произошло, и их домыслы и страхи могут оказаться губительнее, чем реальные факты. Во-вторых, дети склонны винить себя в несчастьях и принимать ответственность за события, причина которых вовсе не в них.

Помочь ребенку сформировать реалистичное представление о происшедшем и пережить горе может только взрослый:

1. Сообщить об утрате ребенку должен самый близкий человек из доступных ребенку людей. Часто взрослые избегают разговора с ребенком, боясь собственных чувств.

2. Информация должна быть быстрой и точной, если утрата произошла неожиданно, факты нужно сообщить с максимальной прямотой.

3. Ребенку важно знать, что будет дальше, где, как и с кем он будет жить, потому что растерянность и беспомощность от потери вызывают чувство незащитности и неуверенности по поводу собственной жизни.

4. Очень важно, чтобы ребенок задал вопросы и разрешил сомнения, которые у него есть, а не придумывал ответы сам.

5. В такой момент для ребенка очень важен тактильный контакт, физическое ощущение поддержки. Нужно обязательно обнимать ребенка или держать его за руку.

Чувство горя, связанное с потерей, различно для каждого из нас, и мы выражаем нашу печаль по-своему. На чувство печали оказывают влияние несколько факторов, такие как замкнутость в межличностных отношениях, обстоятельства потери, опыт потери в прошлом, личностные характеристики, темперамент. Несмотря на то, что реакция каждого уникальна, существуют узнаваемые другими и самим собой паттерны (устойчивые формы поведения). Во многих случаях процесс переживания горя принимает форму предсказуемых этапов.

### **Стадии переживания горя и особенности поведения приемного ребенка**

Так случается, когда наша модель мира уничтожена и мы больше не чувствуем себя способными справиться с жизнью. Это может происходить и с ребенком, принятым в новую семью: его мир рухнул, а что его ждет – неизвестно. Для ребенка отчуждение от родной семьи начинается не в момент изъятия, а в момент помещения в приемную семью. Кроме того, дети начинают чувствовать себя отличающимися от обычных детей – тех, которые не лишились семьи. Осознание этого может проявляться по-разному. Этим, по-видимому, объясняется тот факт, что многие вновь принятые в семью дети начинают вести себя заметно хуже в школе и внезапно становятся мрачными и агрессивными.

1. Начальная стадия (отрицание, тревога, оцепенение).

Главная особенность поведения ребенка на этой стадии состоит в том, что он бессознательно не воспринимает потерю. Такой ребенок может быть послушен, даже весел, вызывая удивление у взрослых: «Ему все нипочем». Для вновь принятых в семью детей это может означать то, что они привыкают не выражать болезненные чувства, обращаясь к опыту прошлого. Они живут, изо всех сил стараясь не думать о том, что произошло, плывут по течению. Но такое состояние тянется недолго – либо последует «взрыв», когда переживания нахлынут, либо начнутся соматические и поведенческие проявления вытесняемых переживаний: рассеянность, частое впадение в прострацию, расстройство учебной и любой другой деятельности, требующей сосредоточенности и логики (глобальные расстройства внимания и интеллектуальные нарушения – «аффект тормозит интеллект»), капризы и слезы «без повода», ночные кошмары, расстройства желудочно-кишечного тракта и сердечной деятельности и т. п.

2. Стадия острого горя (гнев и смешение чувств, боль). Эта стадия характеризуется появлением сильных, иногда взаимоисключающих эмоций. Жить ребенку с чувствами,

вызывающими тревогу и беспокойство, сложно и тяжело. Дети в этот период чрезвычайно чувствительны, и они особенно нуждаются в помощи, чтобы эти подавленные чувства не нанесли вреда. Дети испытывают следующие эмоции, причем иногда все сразу.

- Тоска. Это чувство может вызвать у детей стремление увидеться с членами родной семьи и повсюду их разыскивать. Нередко утрата обостряет привязанность – и ребенок начинает идеализировать даже тех родителей, которые обращались с ним жестоко.

- Злость. Это чувство может проявляться против чего-то и кого-то конкретно или переполнять ребенка и изливаться по любому поводу. Дети могут не любить себя, порой даже ненавидеть, потому что они были отвергнуты оставившими их родителями, несчастливой судьбой и т. д. Они могут гневаться на «предавших» их родителей. На «разлучников» – полицию и детский дом, которые «вмешались не в свое дело» и наконец, на замещающих родителей.

- Депрессия. Боль потери может вызвать чувство отчаяния и потерю уважения к себе. Помогая принятому в семью ребенку выразить свою печаль и понять ее причины, замещающие родители помогают ему тем самым преодолеть состояние стресса.

- Вина. Это чувство отражает реальное или предполагаемое отвержение или обиду, причиненную потерянными родителями. Даже у взрослых людей боль может ассоциироваться с наказанием за что-то. «Почему это случилось со мной?», «Я – плохой ребенок, со мной что-то не так», «Я не слушался родителей, плохо помогал им – и меня забрали». Такие и подобные им утверждения высказывают дети, лишившиеся родителей. Суть происходящего в том, что ребенок в попытке осмыслить ситуацию ошибочно принимает ответственность за происшедшее на себя. С другой стороны, он может также чувствовать вину из-за собственных чувств, например, из-за того, что он любит приемных родителей и наслаждается материальным комфортом, в то время как его родители живут в бедности.

- Тревога. В критических случаях она может перерасти в панику. Принятый в семью ребенок может бояться отвержения приемными родителями. Или испытывать иррациональный страх за свое здоровье и жизнь, а также за жизнь замещающих родителей и/или родных родителей. Некоторые дети боятся, что родные родители разыщут их и заберут, – в тех случаях, когда ребенок сталкивался с жестоким обращением в родной семье, а к новой семье искренне привязался, и т. д.

В целом в период адаптации к замещающей семье и свыкания с потерей поведение ребенка характеризуется противоречивостью и неуравновешенностью, присутствием сильных чувств (которые могут подавляться) и расстройством учебной деятельности. На протяжении этого периода замещающие родители могут оказать существенную помощь ребенку, и это послужит «цементом», скрепляющим новые отношения. Однако если какие-либо из перечисленных выше проявлений сохраняются на более долгий срок, имеет смысл обратиться за помощью к специалистам.

3. Завершающая стадия, реорганизация. На этой стадии происходит свыкание с потерей: ребенок способен вновь войти в жизнь, которая принимает в расчет утрату, но не заполнена ею целиком. Происходит осознание того, что наихудшее случилось, и ребенок пережил это и теперь снова готов жить и расти.

Признаки:

- меньше слез,
- возврат физической активности и интереса к жизни,
- восстановление самооценки,
- чувство защищенности,
- сосредоточение на настоящем и будущем, а не на прошлом.

**Что могут сделать замещающие родители**

Определенность: ребенку важно знать, что будет дальше, какие порядки в том месте, куда он попал. Постарайтесь заранее рассказать ребенку о других членах вашей

семьи, показать их фотографии. Покажите ребенку его комнату (либо часть комнаты), его кровать и шкаф, куда он может сложить личные вещи, объясните, что это – его пространство. Спросите, хочет ли он теперь побыть один или вместе с вами. Старайтесь все время кратко, но внятно рассказывать ребенку о том, что будет дальше происходить: «Сейчас мы покушаем и ляжем спать, а завтра еще раз посмотрим квартиру, сходим погулять во двор и в магазин». Придерживаться привычного образа жизни. Дети, с которыми неправильно обращались, очень чувствительны к малейшим изменениям в распорядке дня и различного рода перемещениям. Суета и неразбериха могут оказать на них очень сильное воздействие. Помните об этом при посещении различных массовых мероприятий, таких как семейные праздники или совместный отдых. Необходимо с осторожностью вводить в жизнь все новое, давая ребенку время и возможность постепенно приспособиться к ситуации.

**Утешение:** если ребенок подавлен и проявляет другие признаки горя, постарайтесь мягко обнять его и скажите о том, что вы понимаете, как грустно расстаться с теми, кого любишь, и как бывает тоскливо в новом, незнакомом месте, но так грустно ему будет не всегда. Подумайте вместе, что могло бы ребенку помочь. Важно: если ребенок расплакался – не останавливайте его сразу. Побудьте с ним вместе, и через некоторое время успокойте: если слезы есть внутри, лучше их выплакать.

**Физическая забота:** узнайте, что любит ребенок из еды, обсуждайте с ним меню и по возможности учитывайте его пожелания. Проследите, чтобы ночью в коридоре горел ночник, и если ребенок боится темноты – то и в его комнате тоже. Укладывая спать, посидите с ребенком подольше, поговорите с ним, поддержите за руку или погладьте по голове, если возможно – подождите, пока уснет. Если ночью вам кажется, что ребенок, даже не маленький, плачет, – обязательно зайдите к нему, но не включайте свет, чтобы не смутить. Тихонько посидите рядом, попробуйте поговорить и утешить. Малыша можно просто обнять и даже остаться с ним на ночь (в первое время). Важно: будьте внимательны, если ребенок напрягается от физического контакта, выразите свое сочувствие и заботу просто словами.

**Инициатива:** иницилируйте положительное взаимодействие с ребенком, проявляйте первыми внимание и заинтересованность его делами и чувствами, задавайте вопросы и выражайте тепло и участие, даже если ребенок кажется равнодушным или угрюмым. Важно: не ждите ответного тепла сразу.

**Воспоминания:** ребенок может захотеть поговорить о том, что с ним было, о своей семье. Важно: отложите, если возможно, свои дела на потом или выделите специальное время, чтобы поговорить с ребенком. Если его рассказ вызывает у вас сомнения или смешанные чувства, помните: ребенку важнее быть внимательно выслушанным, чем получить совет. Просто подумайте, что мог переживать ваш ребенок тогда и что он чувствует во время разговора с вами, и посочувствуйте этому.

**Памятные вещи:** фотографии, игрушки, одежда – все это связывает ребенка с прошлым, является материальным воплощением значительной части его жизни. Важно: каждый ребенок, переживший разлуку или утрату, должен иметь что-то на память, и недопустимо выбрасывать это, тем более без его согласия.

**Помощь в организации дел:** дети часто чувствуют себя растерянными в новом месте и при таких серьезных изменениях в своей жизни. Вы можете обсуждать и планировать их дела вместе, давать им конкретные советы по поводу какой-либо деятельности, писать записки-памятки и т. д. Важно: поддерживать ребенка, если он злится на себя за свои промахи: «То, что происходит с тобой – нормальная реакция на ненормальные обстоятельства», «Мы справимся» и т. д.

**Внимательное отношение:** найдите время для того, чтобы сесть и поиграть с ребенком, поговорить. Он непременно почувствует ваше искреннее внимание и заботу. Важно: постоянное словесное выражение любви, удовлетворение его жизненных потребностей, демонстрация, что его желания могут быть выражены и приняты

позитивно, уважение и похвала за успехи (нужно хвалить даже младенцев, когда им удастся перевернуться).

Успокоение: если ребенок поранился или испугался. Говорить и показывать, что о них будут заботиться, защищать и оберегать. Избегание стрессовых ситуаций, в которые может попасть ребенок.

Любое родительство требует силы духа, приемное – вдвойне. Ребенок, потерявший свою семью, ребенок, пострадавший от своей семьи, – это ребенок, раненный в душу. Рана может быть более или менее глубокой, сам ребенок может быть устойчивее или чувствительнее к ней, но она есть всегда. Очень важно, чтобы ребенок был уверен в силе своих приемных родителей, в том, что он будет принят целиком, вместе со своей историей. Вместе со своей болью. Что они не оставят его один на один с ней.

Приемным родителям необходимо помнить, что исправить все сразу, помочь пережить горе быстро невозможно. Потребуется много времени и вашего участия, любви и терпения, чтобы ребенок мог привыкнуть к вам.

## **История жизни. Приемный ребенок: без прошлого – нет будущего. Депривация идентичности**

Когда в семье рождается ребенок, его история неразрывно связана с историей самой семьи – его родителей, бабушек и дедушек, родственников и друзей. Все эти люди знают малыша с самого рождения – и даже еще до его появления на свет, – запоминают события его жизни и смогут рассказать о них, когда малыш подрастет и начнет интересоваться, каким же он был маленьким. Родные могут рассказать ребенку то, чего не помнит он сам, но что для него важно понять.

Когда же в семью приходит приемный ребенок, он приносит с собой свою собственную историю, не связанную с жизнью его новой семьи. Иногда эта история продолжительностью в несколько недель, иногда в несколько лет, но ребенок тоже будет интересоваться ею, и помочь ему разобраться в его прошлом должны теперь уже приемные родители.

Когда-то считалось, что ребенок – чистый лист бумаги, и можно переписать его историю, написать ее заново. Впоследствии стали понимать, что это не так. Ребенок девять месяцев находился в животе у матери, каким-то образом с ней общался, слышал ее голос, чувствовал ее эмоции – был связан с этой женщиной. Даже если мама сразу после рождения отказалась от ребенка, какие-то воспоминания, пусть и неосознанные, остаются.

Есть такое понятие – идентичность. По сути это ответы на вопросы «кто я», «какой я» – осознание себя. Человек, который вырос в кровной семье, с самого начала знает историю своей жизни, понимает и принимает себя во всех проявлениях, как положительных, так и в отрицательных. Приемному ребенку это делать сложно, с ним нужно работать. Эта идентичность предполагает не только ответ на вопрос «кто я», но и «откуда я», и «каким я буду». Дальше возникают вопросы о смысле жизни, для чего я пришел в этот мир. Прошлое не существует само по себе, оно неразрывно связано с настоящим и будущим – это непрерывная линия жизни.

Инструмент, который поможет говорить о прошлом: «Книга жизни».

«Книга жизни» - это...

- биография ребенка, книга, в которой описывается биологическая семья и история его размещения в замещающую семью;
- инструмент, который помогает собрать информацию о том, как рос и развивался ребенок, о его чувствах, идеях, надеждах, мечтах о будущем;
- важный ресурс при оказании помощи ребенку в понимании его прошлого, настоящего и подготовке к будущему;
- рассказ о жизни ребенка;
- дневник, который всегда находится с ребенком;
- рассказ о рождении ребенка, его истории до того, как он попал в замещающую семью;
- инструмент, помогающий детям развить чувство идентичности и повысить самооценку, хранить память о положительных переживаниях их жизни, а имеющиеся истории о болезненных переживаниях позволяют детям понять, что они не виноваты в том, что с ними произошло.

При составлении «Книги жизни» важным является не только сама книга, но и процесс ее создания. Приемные родители могут непринужденно беседовать с ребенком о его переживаниях и воспоминаниях, обсуждать важные события биографии ребенка, помогают ему ответить на трудные вопросы. Сопереживая и принимая чувства ребенка, выслушивая и записывая его истории, приемные родители прокладывают мост между прошлым и настоящим в жизни ребенка, помогают задуматься о будущем и в целом способствуют укреплению взаимной привязанности. Необходимо учитывать, что сама «Книга жизни» принадлежит ребенку и ему решать, показывать ее кому-либо или держать

в секрете. Ребенок должен давать согласие на включение в свою книгу любой информации. Взрослый направляет и поддерживает процесс, планируя и предоставляя материалы, помогая ребенку принимать решения о содержании, при этом ребенок может сам записывать некоторые истории, иллюстрировать их рисунками, подбирать фотографии и т. п. Пусть это будет действительно книга жизни ребенка, а не проект взрослого, красота и «правильность» не должны стать целью процесса.

**«Книга жизни» включает в себя следующую информацию:**

- дата и место рождения ребенка;
- характеристики при рождении и взрослении (вес, рост, первые шаги, первые слова и т. п.);
- сведения о родителях, братьях и сестрах;
- описание причин, по которым ребенок остался без попечения родителей;
- описание этапов развития ребенка;
- информацию о детских болезнях, прививках, травмах, госпитализациях;
- как ребенок проявлял привязанность к взрослым;
- как вел себя, когда был чему-то рад, как проявлял эмоциональный отклик;
- что его пугало;
- любимые друзья, времяпрепровождение, игрушки;
- празднования дней рождения и религиозных или семейных праздников;
- поездки;
- члены расширенной семьи, значимые для ребенка;
- забавные поступки, особенности поведения ребенка;
- прозвища;
- домашние животные;
- визиты к кровным родственникам;
- имена школьных учителей, названия школ;
- табель успеваемости;
- хобби;
- отношение к религии, посещение воскресных школ;
- фотографии всех приемных семей, где жил ребенок, их домов, их домашних животных.

Для сбора информации используются воспоминания самого ребенка, материалы из личного дела, беседы с членами кровной семьи, людьми, знавшими ребенка и его семью раньше.

Дополнением к «Книге жизни» могут быть шкатулки, красивые коробки, сундучки, в которых хранятся сувениры, поделки, игрушки, любимые книжки, открытки, дорогие сердцу вещи.

В «Книге жизни» обязательно должны присутствовать фотографии кровных родителей, если они имеются. Фраза: «У нас нет информации о твоём кровном папе» хотя бы даёт понять, что он реально существует, и что это приемлемо – говорить о нём. С фотографий, присутствующих в единственном экземпляре, необходимо снимать копию до помещения их в Книгу и хранить где-то в надёжном месте. Информация о родителях и сиблингах (братьях/сестрах) должна быть собрана настолько быстро и полно, насколько это возможно. Если имеется генограмма, генеалогическое древо кровной семьи, то копия также должна быть включена в «Книгу жизни».

Текст в книге должен быть простым и честным. Формулировки должны быть краткими и понятными самому ребенку, в то же время без искажения событий, происходивших с ним.

• «Твоя мама, которая тебя родила, не могла заботиться о малыше, поэтому она позволила другим взрослым ухаживать за тобой и заботиться о тебе, пока мы не усыновили тебя».

- «Мне пришлось долго ждать, прежде чем я смогла забрать тебя домой, но я каждый день думала о тебе и смотрела на твою фотографию».

- «Когда мы тебя встретили, мы были так счастливы! Но ты, должно быть, испугался: кто эти незнакомые, новые люди? Сначала ты много плакал, и мы делали все возможное, чтобы ты чувствовал себя хорошо. С каждым днем мы любили тебя все больше, и ты потихоньку начинал нам доверять».

- «Ты всегда будешь с нами. Мы твоя семья навсегда» и т. д.

«Книга жизни» может:

- внести хронологию в жизнь ребенка;
- повысить самооценку и способствовать формированию идентичности;
- помочь ребенку поделиться своей историей с окружающими людьми;
- поддержать в разрешении проблем сепарации;
- установить связи между прошлым, настоящим и будущим;
- поддержать отношения привязанности;
- повысить доверие ко взрослым;
- помочь ребенку распознать и разобраться с сильными эмоциями, связанными с прошлыми событиями жизни;
- отделить реальность от фантазий;
- установить как позитивную, так и негативную информацию, касающуюся его кровной семьи.

Каждая Книга должна включать объяснение, почему и как ребенок остался вне кровной семьи и попал в приемную семью. Взрослые часто скрывают подробности про причины помещения ребенка в учреждение. Это уклонение от сложной, болезненной темы может провоцировать последующие многолетние проблемы. Сам по себе факт колебаний взрослых, надо ли делиться информацией о прошлом ребенка, подразумевает, что для самого ребенка слишком трудно будет совладать с этим. Но ведь что бы ни произошло в прошлом, ребенок уже прожил все это и выжил. Он уже продемонстрировал свою способность к совладанию с трудностями. Факты могут быть представлены ребенку таким образом, чтобы теперь помочь ребенку осознать и принять свое прошлое, благодаря чему возможно повышение самооценки и чувства собственной значимости. С опытом взрослые могут научиться под иным углом зрения смотреть даже на негативные факты прошлого жизненного опыта, видя в них позитивные намерения, которые не удалось осуществить. Информация должна представляться ребенку словами, доступными для его понимания.

### **Как создать «Книгу жизни» с учетом возраста ребенка?**

*«Книга жизни» для детей грудного и младшего возраста.*

Задача сбора информации для «Книги жизни» ребенка грудного или младшего возраста гораздо важнее, чем может показаться на первый взгляд. В этом возрасте дети не помнят биологических родителей, замещающих родителей и других значимых людей, которые занимались их воспитанием. Часто у них нет фотографий, на которых были бы изображены они сами или такие люди. В этой связи составление «Книги жизни» для ребенка грудного возраста, живущего в замещающей семье, совершенно необходимо независимо от того, воссоединяется ли он со своей биологической семьей или идет на усыновление.

<b>Какая информация включается в «Книгу жизни»</b>	<b>Источники информации</b>
Информация о рождении: свидетельство о рождении, рост, вес, время и дата рождения, роддом (фотография, позаимствованная из информационной брошюры о роддоме или сделанная кем-либо из членов семьи), имена врачей,	Органы ЗАГС, социальные работники, медицинские работники, сотрудники роддома, медицинская карта, биологические родители, родственники

специальная медицинская информация или обстоятельства рождения, генограмма, фотографии членов биологической семьи, культурная история	
Информация о размещении: причины изъятия из семьи и соответствующие записи в журнале регистрации; данные о перемещении в другие семьи (хронологический перечень); прощальные письма воспитателей, имена других детей, с которыми ребенок был близок, фотографии их воспитателей, фотографии домов, где они родились и воспитывались, фотографии комнат, в которых жил ребенок, фотографии домашних животных и т. п.	Материалы судебных архивов, сотрудник приемного отделения организации социальной работы, члены биологической семьи, социальный работник, курировавший ребенка, предыдущие воспитатели
Информация о состоянии здоровья: перечень медицинских учреждений, в которых ребенок получал медицинскую помощь, данные о прививках, список перенесенных в детстве заболеваний, травм, аллергий	Социальный работник, местные органы здравоохранения, воспитатели, педиатр, сотрудники детской поликлиники
Информация о развитии: важнейшие вехи развития ребенка	Предыдущие воспитатели, социальный работник, сотрудники медицинских учреждений
Информация о принятии в семью: дата окончательного юридического оформления, фотографии торжественного ужина по случаю создания семьи, сувениры	Приемные родители и социальные педагоги

*«Книга жизни» для детей школьного возраста.*

Дети, изъятые из своих семей в младшем школьном возрасте, иногда помнят значимых для них людей, но эти воспоминания часто бывают смутными и отрывочными. Они могут также ассоциироваться с тяжелыми событиями в жизни детей (эпизоды насилия, пренебрежение, изъятие из семьи). «Книга жизни» призвана заполнить пробелы в памяти таких детей и заменить созданные ими фантазии реальными фактами. В «Книгу жизни» ребенка школьного возраста должна быть включена информация о рождении, развитии и состоянии здоровья, а также следующая информация, изложенная в таблице ниже.

<b>Дополнительная информация, включаемая в «Книгу жизни»</b>	<b>Источники информации</b>
Информация о размещении: причины изъятия из семьи и соответствующие записи в журнале регистрации; данные о перемещении в другие семьи (хронологический перечень); прощальные письма воспитателей, имена других детей, с которыми ребенок был близок; фотографии их воспитателей, фотографии домов, где они родились и воспитывались; фотографии комнат, в которых жил ребенок, фотографии домашних животных и т. п.,	Материалы судебных архивов, сотрудник приемного отделения организации социальной работы, члены биологической семьи, социальный работник, курировавший ребенка, предыдущие воспитатели, школьные учителя, психологи, руководители детских коллективов, тренеры спортивных команд, священнослужители

фотографии религиозных мероприятий, в которых участвовал ребенок, фотографии друзей, членов спортивных команд, творческих коллективов, письма от биологических родителей и друзей, имена и адреса отдельно живущих братьев и сестер, сувениры, сведения об особых событиях в жизни ребенка	
Информация об образовании: список детских и учебных заведений, которые посещал ребенок (названия, даты посещения, фотографии (по мере возможности); фотографии одноклассников, учителей и других значимых взрослых; школьные дневники, тетради, поделки, фотографии и предметы, напоминающие о важных событиях в школьной жизни ребенка, награды, достижения, свидетельства, грамоты	Сотрудники детских и учебных заведений, учителя, школьные альбомы, школьные и местные газеты, тренеры спортивных команд, материалы школьных архивов
Информация о приемной семье: инструменты, которые использовались для подготовки ребенка к передаче в семью (книжки-раскраски), дата окончательного юридического оформления, фотографии, сделанные в первый день жизни в новой семье и т. п.	Приемные родители и социальные педагоги

*«Книга жизни» для подростков.*

Подростки, которые жили в замещающих семьях и начали жить самостоятельной жизнью, часто не располагают важной информацией о своем прошлом. У них редко есть информация об их рождении или детские фотографии. У них нет данных о том, где и с кем они жили, в какие школы ходили, каких успехов добивались. Составление «Книги жизни» для ребенка младшего подросткового возраста может потребовать навыков «сыскной» работы, терпения и настойчивости, но для такого ребенка эта «Книга жизни» может стать единственным связующим звеном между его бессвязным и запутанным прошлым и более стабильным будущим. В «Книгу жизни» подростка необходимо включить всю имеющуюся информацию о его рождении, состоянии здоровья и развитии, а также следующую информацию.

<b>Дополнительная информация, включаемая в «Книгу жизни»</b>	<b>Источники информации</b>
Информация о размещении: перечень всех мест, в которых жил подросток, с указанием дат, имен воспитателей, причин перемещения, фотографии людей и мест, сыгравших важную роль в развитии подростка	Преыдущие воспитатели, социальные работники, материалы дела
Информация об образовании: список школ, которые посещал ребенок (названия, даты посещения, фотографии по мере возможности); фотографии одноклассников, учителей и других	Сотрудники детских и учебных заведений, учителя, школьные альбомы, школьные и местные газеты, тренеры спортивных команд, материалы школьных архивов, руководители детских творческих

значимых взрослых; школьные дневники, тетради, поделки, фотографии и предметы, напоминающие о важных событиях в школьной жизни ребенка, награды, достижения, свидетельства, грамоты	коллективов
Информация о начале самостоятельной жизни: сведения о подростковых группах и программах для подростков, фотографии других подростков, ведущих самостоятельную жизнь, руководителей групп, фотографии, снятые в день завершения занятий в группе и переезда в новую квартиру.	Социальные работники, замещающие родители и сотрудники программ для подростков
Информация о приемной семье: инструменты, которые использовались для подготовки ребенка к передаче в семью (книжки-раскраски), дата окончательного юридического оформления, фотографии, сделанные в первый день жизни в новой семье и т. п.	Приемные родители и социальные педагоги

Представляйте информацию в виде рассказа, повествования. Так как предоставленные в документах о ребенке данные по его развитию изложены обычно сухо, кратко и не доставляют удовольствия при прочтении, читайте между строк, чтобы увидеть, что можно собрать по отрывочным словам. Действуйте творчески и получайте удовольствие независимо от того, одна у вас фотография или сотни.

Помимо «Книги жизни» важную роль может сыграть так называемый архив. Это, как правило, большая коробка, в которой хранятся предметы, по той или иной причине важные для ребенка – его первый зуб, спортивные или музыкальные трофеи, аттестат, записки и наставления учителей, школьные тетради, поделки, фотографии и сувениры, напоминающие о важных событиях, награды, призы, свидетельства. Чем старше становится ребенок, тем важнее для него эти предметы.

Традиционно семья является хранителем знаний о жизни ребенка. У каждого ребенка должна быть своя «Книга жизни». Никогда не рано и никогда не поздно начать ее делать вместе с ребенком.

## Список литературы

1. Айрес Э. Джин. Ребенок и сенсорная интеграция. – М.: Теревинф, 2012.
2. Алексеева И.А., Новосельский И.Г., Жилина Э.В., Луполишина Т.В. Работа с детьми, перенесшими психологические травмы. – СПб.: Речь, 2012. – 156 с.
3. Битова А.Л., Борисовская О.Б. Педагогика, которая лечит. – М.: Теревинф, 2013.
4. Веремчук А.А. Воспитание с пеленок: настольная книга умных родителей. – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 256 с.
5. Войлокова Е.Ф. Сенсорное воспитание дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. – М.: Каро, 2005.
6. Волкова Г.А. Психолого-педагогическая коррекция развития и воспитания детей-сирот. – СПб: Каро, 2007. – 384 с.
7. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2008. – 238 с.
8. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? – М.: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, 2008. – 251 с.
9. Гринберг С.Н., Савельева Е.В., Вараева Н.В., Лобанова М.Ю. Приемная семья: психологическое сопровождение и тренинги. – СПб: Речь, 2007. – 352 с.
10. Грищенко Т.А. Сенсорное развитие детей на занятиях в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях. – М.: Владос, 2014. – 96 с.
11. Ефимов О.Е. Школьные проблемы глазами врача. – М.: Диля, 2007. – 129 с.
12. Иванова Н.П., Заводилкина О.В. Дети в приемной семье: Советы начинающим родителям-воспитателям. – М.: Дом, 1993.
13. Кислинг Улла. Сенсорная интеграция в диалоге: понять ребенка, распознать проблему, помочь обрести равновесие. – М.: Теревинф, 2013. – 240 с.
14. Крановиц К.С. Разбалансированный ребенок. – СПб: Редактор, 2012. – 396 с.
15. Леви В.Л. Как воспитывать родителей, или Новый нестандартный ребенок. – М.: Торофан, 2007.
16. Млодик И.Ю. Книга для неидеальных родителей, или Жизнь на свободную тему. – М.: Генезис, 2010. – 232 с.
17. Мурашова Е.В. Ваш непонятный ребенок. Психологические проблемы детей. – М.: Дрофа, 2005. – 416 с.
18. Настольная книга приемного родителя. – СПб.: Санкт-Петербургская общественная организация «Врачи детям», 2007. – 128 с.
19. Петрановская Л.В. Тайная опора: привязанность в жизни ребенка. – Москва: Аст, 2015. – 288 с.
20. Петрановская Л.Н. Если с ребенком трудно. – Москва: АСТ, 2014. – 142 с.
21. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психология сиротства. – СПб.: Питер, 2007. – 416 с.
22. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. – М.: Генезис, 2010. – 474 с.
23. Силан Кубан. Руководство по оказанию помощи детям, перенесшим психоэмоциональную травму: от рождения до трех лет. – Минск: ОБО «Белорусский детский хоспис», 2009. – 46 с.
24. Стил У., Кордас П. Дж. Какого цвета твоя боль? Руководство по посттравматическому вмешательству для помощи травмированным дошкольникам. – Минск 2009. – 106 с.
25. Фурманов И.А., Аладьин А.А., Фурманова Н.В. Психологическая работа с детьми, лишенными родительского попечительства: книга для психологов. – Минск, 1999.
26. Фурманов И.А., Фурманова Н.В. Психология депривированного ребенка. – Москва: Владос, 2010. – 319 с.