

Казалось бы, все свершилось, «новый» член семьи уже адаптировался, все перипетии закончились, контакт установлен, но как быть дальше, как сделать так, чтобы контакт стал доверительным, не прерывался, а укреплялся и обогащался, как создать доверительную атмосферу в семье. Для этого Вам нужно запомнить и постоянно использовать следующие правила:

✚ Уделять постоянное, регулярное, сфокусированное внимание каждому ребенку. Воспринимайте ребенка как личность. Общаясь, старайтесь находиться с ним на одном уровне, чтобы ему не приходилось смотреть снизу вверх. Разговаривая с маленьким ребенком, надо чаще присесть перед ним, чтобы общение происходило «глаза в глаза». Помните, для старших детей внимание так же дорого, как и для малышей. Для приемных детей особенно важен физический контакт, поэтому необходимо держаться ближе к ребенку, ободрять.

✚ Чаще использовать имя ребенка в общении с ним. Это помогает воспитать в нем чувство собственного достоинства: ведь имя выделяет из общей среды, ребенок начинает осознавать себя значимой личностью. Кроме того, обращение по имени – еще одно свидетельство Вашей заботы о ребенке, подтверждение Вашего желания помочь.

✚ Признавать и уважать личное физическое и эмоциональное

пространство ребенка, его права чувства. У каждого члена семьи есть собственное, личное пространство. Ребёнку, также, как и Вам, иногда хочется побыть одному. Не мешайте ему.

✚ Различать личность ребенка и его поведение. Будьте определенным и последовательным. Всегда помните: нет «плохих детей», есть неприемлемое поведение. Избегайте общих оценочных категорий, фиксируйте внимание ребенка на конкретных результатах его действий и поступков. (Некорректное высказывание – «ты плохо себя вел, за это я тебя наказываю». Корректное – «мне не понравилось, что ты плюнул в соседку, я думаю, что ты знаешь, что так нельзя делать»). Наказание всегда должно следовать за проступком, недопустимо наказывать ребенка за проступок, который он совершил вчера (например, ребенок в понедельник разбил стекло, а в пятницу ему запрещают идти на дискотеку). Надо учитывать, что ребенок не всегда может соотнести общую оценку со своим поведением, и ему бывает непонятно, чем недовольны взрослые, и как следствие, у него может возникнуть впечатление, что его не принимают и не любят

✚ Чаще ставить ребенка в ситуацию выбора. Он должен иметь право самостоятельно делать выбор и принимать решения настолько часто, насколько это возможно. В ситуации

выбора ребенок может сделать даже то, чего ему изначально делать не хотелось. Например, если Вам нужно, чтобы ребенок выпил молоко, а он этого делать не хочет, спросите его: «Ты будешь пить молоко из голубой чашки или из красной?».

✚ Не давать обещаний, которые не могут быть выполнены. Чтобы заслужить доверие детей, никогда нельзя их обманывать. Можно сказать ребенку, что Вы постараетесь сделать все возможное, чтобы выполнить обещание. Но не обещайте ничего в категоричной форме. Если по какой-то причине не удастся выполнить обещанное, то необходимо объясниться с ребенком, показать, что взрослые тоже могут ошибаться.

✚ В общении с ребенком избегать каких-либо сравнений его со сверстниками, особенно с кровными детьми. У приемных детей обострены чувства неуверенности в себе, ненужности, поэтому они очень ревниво и болезненно реагируют, если хвалят других, и в этом случае воспринимают похвалу как проявление нелюбви и напоминание об их собственной «плохости». Необходимо сравнивать ребенка с самим собой, акцентируя внимание на положительных моментах («Сегодня ты убрался гораздо лучше, чем вчера», «Я так рад, что в этой четверти у тебя четверка по математике, ты хорошо потрудился, молодец»).

✚ Не делать за детей то, что они могут сделать сами. Почти все, что мы говорим и делаем, в конечном счете должно поддерживать внутренние возможности самого ребенка. Надо стараться создавать для приемного ребенка благоприятные условия, позволяющие ему добиться успеха, приучать ребенка к самостоятельности и формировать веру в себя.

✚ Сдерживать свои эмоциональные реакции при негативном поведении ребенка. Надо понимать, что дети часто сознательно совершают плохие поступки с единственной целью: добиться внимания взрослых любой ценой. Поэтому в подобной ситуации необходимо дать ребенку почувствовать отсутствие Вашего внимания. Важно дать ребенку понять, что наиболее эффективный способ заслужить доверие – это вести себя хорошо.

Эти рекомендации помогут Вам создать атмосферу любви и тепла в вашей семье и сохранять ее.



*Уважаемые родители, напоминаем вам, что в рамках национального проекта «Образование» регионального проекта "Родитель+" по вопросам развития, воспитания, обучения и социализации детей, внутрисемейных отношений, Вы можете обратиться к нам за бесплатной психологической помощью по телефону **89144389050** или **89143695080** либо по адресу г. **Чита, ул. Ленина, 27А.***

*Запись на консультации предварительная.*

*Формат оказания услуги – очный или дистанционный.*

✉ [semya2003@list.ru](mailto:semya2003@list.ru)

🌐 [www.centr-semya.ru](http://www.centr-semya.ru)



Государственное учреждение  
«Забайкальский краевой  
Центр психолого-педагогической,  
медицинской и социальной помощи  
«Семья»

## Как сохранить доверительные отношения?

(рекомендации приемным родителям)

