

Моя пижама, мои тапочки,
мой мишка...

Первый раз в первый... душ?

Алена Архипова

Вы когда-нибудь видели, как кот пугается вдруг включившегося душа или фена? Со стороны смешно, но сам полосатый друг переживает неподдельный ужас. Нечто подобное может испытывать и ребенок, причем, довольно уже большой, если он несколько лет своей жизни провел в казенном учреждении, где каких-то вещей просто не было (не «по бедности», а – за ненадобностью) или в семье, проживавшей в асоциальных условиях. Если он жил в детском доме «на всем готовом», откуда ему знать, что конфорка плиты не просто красная, а горячая, что в вентилятор нельзя совать пальцы, а так хочется, и что дверцу морозильной камеры лучше закрывать, а не ставить эксперименты, как скоро из-под нее начнет капать капель...

Опираясь на родительский опыт и рекомендации психологов, дадим несколько полезных советов потенциальным или только-только состоявшимся приемным родителям.

раз Вводя маленького человека в свой дом, не торопитесь укутать его «пуховым одеялом» всей своей нерастраченной любви и ласки – дозируйте их, чтобы не напугать малыша. И постарайтесь быть прагматиком – в первую очередь подумайте о безопасности ребенка. Забудьте, что ему пять или восемь лет, расскажите обо всем, что может представлять для него большую или меньшую угрозу так, как если бы он был совсем маленьким и видел

потенциально опасные предметы впервые (ту же печь, утюг, ножницы и т.д.)

Между прочим, ваше путешествие по квартире может стать захватывающей игрой, полной сюрпризов. Вы обязательно найдете и над чем посмеяться, и о чем поговорить серьезно.

два Правила. Правила очень важны. Это отмечают как специалисты, так и родители





«Здравствуй! Ты – кто?» Знакомство с животными – тоже процесс непростой. К этому контакту могут быть не вполне готовы обе стороны. Но... Большинство приемных родителей отмечает, что в доме, где есть кошки, собаки, попугайчики, хомяки и прочая живность, дети адаптируются легче и быстрее. Правда, животным от них перепадает не мало.

«со стажем». Ну, во-первых, ребенок уже жил по каким-то правилам, принятым в детском доме, приюте или больнице. Там был свой распорядок дня, режим питания, свои установки по поводу того, что можно и чего нельзя...

Очень популярная ошибка со стороны «новорожденных» мам и пап, желающих показать ребенку насколько замечательно ему будет в семье по сравнению с казенным учреждением – отменить на первый период вообще все правила. Хочешь – ешь, хочешь – спи, хочешь – складывай фантики за диван, а ноги – на журнальный столик...

На самом деле даже взрослому человеку очень дискомфортно, когда отсутствуют какие-либо «правила игры», потому что подсознательно он ощущает, что они есть, но он о них ничего не знает. Это поселяет в душе тревогу.

Только, если взрослый человек об этом скажет вслух, то ребенок, скорее всего, нет. В душе он будет тревожиться, а на деле – привыкать к «расслабухе». И когда спустя время мама и папа, решив, что он достаточно понежился, захотят чуть-чуть «подкрутить дисциплинарные гайки», он совершенно естественно будет этому сопротивляться.

Так что, основные правила, по которым живет и взаимодействует семья, лучше объяснить сразу.

Причем, это можно делать параллельно с освоением ребенком пространства вашей квартиры. Зашли в ванную – поговорили о том, что там есть и для чего оно предназначено, где что стоит, что ему можно брать самому, а что лучше спросить у взрослых... И заодно побеседовали о предстоящем вечере и завтрашнем утре:

«Папа у нас встает первым – в шесть часов, так как рано уезжает на работу, поэтому он умывается первым. Кстати, это – его бритва. Тебе пока еще рановато ей пользоваться, но если тебе очень интересно как она действует, спроси вечером папу, он обязательно тебе покажет.

В шесть тридцать встаю я – делаю разминку, принимаю душ и иду готовить завтрак. Если хочешь – можешь встать и сделать зарядку вместе со мной. Тогда ты будешь умываться первым, а потом уже я. Но есть и другой вариант – эту неделю ты пока еще не будешь посещать садик (или школу), мы с тобой будем дома заниматься разными делами, а также гулять, ходить в кино, так что пока можно поспать подольше, если так привык. Например, до семи тридцати.

Но зарядку все равно надо будет сделать и принять утренний душ. А планы на день мы с тобой будем обсуждать каждый вечер: ты расскажешь мне, что тебе хотелось бы, а я скажу, что придумала я. Годится?»

три Про сладости и деликатесы говорено много, но вновь и вновь родители наступают на те же грабли. Не стоит. К слову, преимущества «здоровой пищи, при всей их очевидности в данном конкретном случае – под большим вопросом. Конечно, овсянка на воде полезнее, чем она же на молоке. А свежая зелень с отварным мясом лучше, чем толченка с сосисками. Да только дело в том, что у ребенка

на этот счет может быть совсем иное мнение.

Во-первых, между вкусным и полезным он, скорее всего, выберет вкусное. А во-вторых, на него свалилось так много нового, к чему еще предстоит привыкнуть и притереться, что еще и новый рацион – это уже слишком. Ребенку хочется хоть какой-то стабильности. Хотя бы привычной еды.

Боясь вас обидеть, он, либо будет нехотя ковыряться в тарелке, либо затолкает это все в себя через силу, испытывая соответствующие эмоции. Либо вообще заявит, что он не голоден, а сам будет прятать хлеб по карманам или под подушку. Не исключено, что вы начнете терзаться:

«Это, наверное, протест! Ему не нравится, как я готовлю... А вдруг это я сама ему не нравлюсь и он меня отвергает таким образом?» Не стоит ситуацию драматизировать.

Просто поговорите с ним доверительно о том, что он раньше ел, что ему нравилось, а что не очень, и может быть, он сам расскажет о том, что ему давно мечталось попробовать, а что уже набило оскомину (например, фрукты и сладости, которых сегодня в детских домах предостаточно, и не только под Новый год).

четыре

У него сразу же непременно должно появиться что-то СВОЕ. И лучше, если это будут не тапочки или зубная щетка, хотя и они

Тактильные контакты тоже должны развиваться постепенно. Со временем у вас непременно появятся «свои» игры, «свои» жесты, понятные только вам...



нужны, а... свое место за столом, свой диванчик, как идеальный вариант – своя комната. Мы-то с вами знаем, что самое главное «свое» - это мама и папа, но он этого пока не осознал и не прочувствовал, поэтому нуждается в вещественных доказательствах того, что он здесь не случайный гость, а пришел всерьез и надолго.

Не стоит бросаться в крайности и «заваливать» его этим «своим»: игрушками, вещами и т.д. и т.п. Когда много всего и сразу, и нет возможности уделить внимание каждой вещи, «познакомиться» с ней в отдельности, можно вместо радостной улыбки увидеть на лице ребенка усталость и даже разочарование. Дайте ему время.

Как он будет обживать новое пространство постепенно, так и его новые вещи пусть заводятся тоже постепенно. И тогда, скорее всего, они на самом деле станут ему своими и дорогими.

пять И снова мы говорим об опасности «перегрузки». На этот раз эмоциональной. Не стоит в первую же неделю знакомить ребенка со всеми архитектурными достопримечательностями вашего города или репертуаром театров. Дайте ему полюбить все это мягко и ненавязчиво. Медленный огонь надежней греет. Не навязывайте ему ничего. Познание – увлекательнейшее занятие, как для маленького человека, который заново открывает для себя большой мир, так и для большого, который делится с ним своим знанием.

Подобную же усталость ваш долгожданный новый член семьи может испытывать и от визитов родственников и друзей, которым не терпится познакомиться и тоже одарить игрушками и сладостями «бедную настрадавшуюся сиротку». Дозируйте визиты и подарки. И, кстати, не забывайте, что для самого ребенка, даже если он у вас всего неделю, он уже не «бедная сиротка», а полноценный член семьи, и какие-то неосторожные фразы из уст гостей или расспросы могут его ранить.

Десятый раз заданный вопрос «Нравится ли тебе твоя комната?» может вызвать не только тревогу, но и озлобленность: если это – моя комната, что вы все сюда лезете, да еще и вопросы задаете?!

шесть На том, что не стоит ожидать от ребенка, который ко второму классу едва научился читать по слогам, успехов в декламации, или что он от примеров 2+2 сразу перешагнет к таблице умножения, подробно останавливаться не будем. Это – тема для отдельного большого разговора. Интеллектуальное развитие ребенка, восполнение допущенных ранее пробелов в знаниях, формирование отсутствующей напрочь мотивации к учебе, все это – кропотливый труд папы и мамы в содружестве с педагогами, психологами, а порой и педиатрами, неврологами и т.д.

Совет наш будет простой – не спешите и не требуйте много. А если хотите добиться прочного результата – действуйте через игру. Можно складывать между собой цифры на номерах машин,

встреченных вами по дороге в школу. Можно читать вывески на магазинах задом наперед и смеяться над этой абракадаброй... Основное – дать почувствовать, что любая задача решаема, а трудность преодолима. И к тому же – вы рядом! Ну а в сложной ситуации, конечно, надо прибегать к помощи профессионалов.

семь Заключительный совет – помните, что «ожидания», неоправданно сказочные или вполне реалистичные, есть не только у вас, но и у ребенка. Но, если о своих вы представление имеете и способны их корректировать, то о том, что думает малыш и чего он ждет, можете только догадываться. Больше общайтесь! Не расспрашивайте с пристрастием, не давите. Говорите об отвлеченном. Рассказывайте о себе, о своем детстве, о впечатлениях и переживаниях тех лет. Спорьте, смейтесь... Словом, открывайтесь навстречу. И лучше всего, на мой взгляд, это делать не «глаза в глаза», как рекомендуют некоторые специалисты, а за каким-нибудь занятием.

У нас в семье, к примеру, самые интересные разговоры случаются за лепкой пельменей или за чаем, когда все, накатавшись с горы, румяные и возбужденные, влетают в дом. Или в долгой дороге, когда сама обстановка и монотонный пейзаж за окном настраивают на откровенность. Словом, лучший вариант - когда это происходит ненавязчиво, само собой, и потому никого не ранит и не заставляет внутренне напрягаться. По большому счету, именно так и становятся родными по духу людьми, одной семьей.