

На этапе отчаяния – обостряется тоска по утраченному, ребенок хочет вернуть прошлое. Обычно это иррациональное желание не осознается, что делает переживания еще глубже. Это период принятия утраты чувством.

Рекомендации родителям.

Необходимо объяснить ребенку, что его тоска по дому естественна, помочь смириться с утратой, найти слова утешения.

На этапе принятия, адаптации – начинается развитие новой идентичности, осознание себя в новых обстоятельствах, принятие новых отношений.

Рекомендации родителям.

Обсуждать с ребенком планы на будущее, на что он может опереться в новых обстоятельствах, к кому обратиться за помощью.

Поддержка родителей во многом определит, как ребенок будет переживать подобные эмоциональные реакции в будущем. Приемным родителям в этом вопросе может потребоваться консультация психолога.

Используемая литература:

1. Андреева А. Д. Как помочь ребенку пережить горе. // Вопросы психологии. — 1991. — N2
2. Л.Петрановская «Тайная опора»
3. Татьяна Панюшева, Мария Капилина «Приемный ребенок. Жизненный путь, помощь и поддержка» (Никея, 2015)

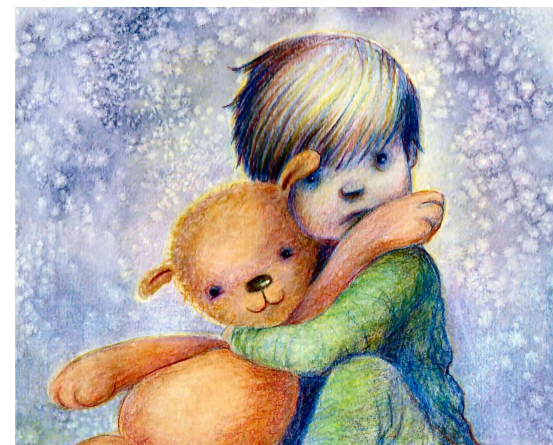


Адрес:

424020 г. Йошкар-Ола,
ул. Машиностроителей, 12 а
E-mail: socdetstvo@yandex.ru
Тел.: 8 (8362) 72-33-41 -
социальный отдел

ГБУ Республики Марий Эл
«Центр психолого-
педагогической, медицинской и
социальной помощи «Детство»

Как помочь приемному ребенку, который пережил горе и потерю



г. Йошкар-Ола
2023г.

Приемным детям приходится переживать достаточно много неприятных переживаний в жизни.

Когда ребенка забирают из родительского дома, ему приходится пережить многочисленные потери и утраты:

- Ограничение в общении со своими кровными родителями или его полное отсутствие.
- Смерть одного из родителей или обоих.
- Ограничение в общении со своими кровными братьями и сестрами или полное прерывание контакта.
- Расставание с семьей, соседями, учителями, одноклассниками и друзьями.
- Перемену привычного образа жизни.

Даже если ребенок жил в очень проблемной семье, он все равно печалится и переживает. Все дети проходят один и тот же процесс, стремясь справиться со своими переживаниями.

В процессе переживания ребенок проходит несколько этапов, каждый из которых имеет определенный смысл.

Шок - первая реакция на смерть. У детей он обычно выражается молчаливым уходом или взрывом слез.

Очень часто маленькие дети могут испытывать весьма болезненное чувство дискомфорта, но не шок. Они не понимают, что происходит, но хорошо чувствуют атмосферу в доме.

Отрицание смерти - следующая стадия переживания горя. Дети знают, что близкий человек умер, видели его мертвым, но все их мысли настолько сосредоточены на нем, что они не могут поверить, что его больше нет рядом.

Рекомендации родителям.

Ребенку необходимо дать возможность выразить свои чувства, принять боль утраты; оказать поддержку, чтобы он знал, что его переживания естественны. Если у ребенка есть желание, необходимо поддерживать с ним беседу о семье, доме, родных и близких.

Нужно дать ребенку возможность выплакаться в безопасной обстановке, когда рядом человек, который окажет поддержку – приемный родитель.

На этапе гнева и смещения чувств – ребенок стремится обвинить кого-то в случившемся. Если гнев не прожит ребенком, он впоследствии становится источником депрессивных реакций (плача, тоски). Стадия характеризуется появлением сильных, иногда взаимоисключающих эмоций. Жить ребенку с чувствами, вызывающими тревогу и беспокойство, сложно и тяжело. Дети в этот период чрезвычайно чувствительны, они особенно нуждаются в помощи, чтобы эти подавленные чувства не нанесли вреда.

Рекомендации родителям.

Купировать гневные реакции можно, прижав ребенка к себе довольно сильно, но не причиняя боли. При этом необходимо говорить слова поддержки: «я с тобой, я буду всегда с тобой, вместе мы справимся».

Можно предложить ребенку специальные упражнения, которые помогут ребенку выразить гнев. Эти упражнения выводят гнев из ряда событий, которых не должно быть, и помогают наиболее полно его прожить, облегчить переживания ребенка. Упражнения «Нарисуй свое горе», «Нарисуй свой гнев», «Письмо обидчику», «Письмо горю», «Список утрат».

На этапе сделки/ компромисса – на смену злобе приходит осознание утраты и смирения с ней. Происходит принятие утраты разумом. Ребенок пытается устраниться от утраченного лица, ищет свое место в новых обстоятельствах.

Рекомендации родителям.

Родителям необходимо обсуждать с ребенком позитивные перемены, которые произошли в его жизни за последнее время, развивать его интересы, искать новые позитивные виды деятельности.