

**Модуль 8**  
**Адаптация приемного ребенка и**  
**приемной семьи**

## **Оглавление**

Тема 8.1. «Особенности ожидания приемных семей».....	3
Тема 8.2. «Чувства и переживания ребенка, приходящего в семью».....	14

### **Тема 8.1. «Особенности ожидания приемных семей»**

Практика показывает, что знакомство ребенка с семьей может варьироваться от одного контакта до серии встреч, растянувшихся на многие месяцы. Часто это определяется чисто практическими соображениями.

С целью более точного прояснения ситуации процедуру знакомства можно условно разделить на 3 этапа: подготовка, первая встреча, последующие встречи. В реальной жизни так происходит не всегда, поскольку подготовительный этап должен плавно приводить к устройству ребенка, а первая и последующие встречи каждый раз проходят очень по-разному, в зависимости от особенностей ребенка.

Так, например, Катя спокойно вошла в комнату, полную незнакомых людей, устроилась на коленях у своей будущей приемной матери и объявила всем: «Это моя новая мама!» И хотя ей было всего 4 года, она немедленно уловила свое сходство с ними и нашла общий язык. Она очень быстро освоилась в своей новой семье. И совершенно обратная реакция наблюдалась у Поли, девочки почти такого же возраста, но с другим характером. Она настолько боялась незнакомых людей, что потребовалось несколько встреч, прежде чем она отважилась пойти вместе со своими будущими родителями в сад.

Некоторые семьи были сразу твердо убеждены, что ребенок, о котором столько много говорилось раньше, обязательно станет членом их семьи. Для других требовалась ни одна встреча, пока их тревоги и опасения не развеивались, и они могли уже спокойно и трезво оценивать обстановку и принимать дальнейшие решения. Главной задачей на подготовительном этапе является ознакомление потенциальных приемных родителей с реальной и достоверной информацией о ребенке. Семье должны быть предоставлены все известные сведения: о кровных родителях; о причинах, по которым ребенок остался без родительского попечения; всю информацию в хронологической последовательности, начиная с момента помещения его в приют (детский дом); прогрессивные изменения, которые произошли в нем за это время и описание текущей ситуации, включая обучение в школе, интересы, хобби и т.д. Но эта информация лишь начало знакомства с ребенком. Гораздо важнее обсудить его личность, проблемы и нужды.

Для того, чтобы дать живое, достоверное описание личности ребенка нельзя ограничиться только общими фразами типа: общительный, открытый, с хорошим чувством юмора. Что означает «открытый» в данном контексте? Или как понимать фразу «обладает хорошим чувством юмора»? Чувство юмора может принимать самые разные формы. Описание ребенка становится намного более живым и реальным, если в него включаются несколько анекдотических историй из жизни, которые удачно дополняют формальную информацию. Очень полезно показать фотографии ребенка.

Обсуждая с будущими родителями проблемы ребенка или объясняя трудности, с которыми им придется столкнуться, нужно очень четко и ясно выражать свои мысли. Мало сказать о том, что проблемы у ребенка возникли потому, что он никогда прежде не знал чувства защищенности или подвергался жестокому обращению. Такая формулировка совершенно бесполезна для новых родителей, которые хотят точно знать, как им найти выход из той или иной ситуации. Нужно стараться подробно объяснить, в чем заключается суть проблемы, каким образом она проявляется, какие ситуации в прошлом ребенка послужили тому причиной, и как нужно поступать в таких случаях. Во время подготовительного периода вместе с будущими родителями обсуждаются отдельные важные вопросы, касающиеся ребенка. При этом нужно всячески избегать использования жаргонных и расхожих фраз. Следует точно объяснить, как ребенок завязывает отношения с людьми, может ли он воспринять откровенные проявления любви, и как он будет относиться к каждому из родителей. Возможно, он выберет кого-либо одного из них как объект, пригодный для удовлетворения его физических или эмоциональных потребностей. Всегда необходимо убедиться в том, что твой собеседник тебя правильно понял. Когда с родителями обсуждается поведение ребенка, его реакция на те или иные вещи, необходимо говорить о том, почему выбрали именно их, почему именно они смогут

помочь этому ребенку. Нужно всегда стараться быть максимально честными и открытыми с будущими родителями и предоставить им всю возможную информацию о ребенке, чтобы бы они могли трезво оценить свои силы и решить, надо ли двигаться дальше.

Следующий шаг - это визит в учреждение, где находится ребенок. При желании, потенциальные родители могут взглянуть на ребенка. Неудивительно, что после серьезной, эмоционально напряженной беседы, знакомства с подробной историей ребенка, некоторые потенциальные родители просят дать им время на размышление. Иногда они еще раз беседуют со своим социальным работником, прежде чем приступить к следующему шагу. Бывают случаи, когда семьи решают, что этот ребенок им не подходит, или что они не смогут справиться с его проблемами. Нужно помнить, что люди не могут сразу усвоить тот объем информации, который им дается во время одного собеседования. Они запоминают то, что считают самым важным для себя, а уже во время последующих бесед с работниками учреждения смогут уточнить интересующие их вопросы.

#### Первая встреча

Если подготовительный период проходит в соответствии с описанным планом, то первая встреча ребенка с семьей рассматривается как очередной этап процесса знакомства, а не как кульминационный момент. И потому уже можно не придавать этому этапу решающего значения.

#### Последующие встречи

Они проводятся с целью установки баланса между нуждами ребенка и личными возможностями семьи. По существу, это означает, что способ организации контактов зависит от ребенка, а частота встреч определяется потенциальными родителями, хотя, конечно, эти две характеристики взаимозависимы. Стадия начального знакомства ребенка с потенциальными родителями представляет собой нечто большее, чем просто установление социальных контактов. Потенциальным родителям трудно выдержать длительный период первых встреч, если они не понимают цели и не видят движения вперед. Каждая пара должна быть уверена в том, что все, что происходит вокруг, имеет свой смысл.

На каком-то этапе знакомства ребенок решает, что ему хочется побывать в доме, где живут его новые друзья. Часто эта встреча длится всего несколько часов, и ребенок только начинает думать о том, что он сможет увидеть дом своих потенциальных родителей. Также как и первая встреча, первый визит в дом должен быть тщательно спланирован для того, чтобы избежать ненужных тревог и огорчений. Обычно, во время первого визита домой к будущим родителям ребенка сопровождает тот сотрудник учреждения, к которому ребенок больше всего привязан. Первый визит ребенка в дом будущих родителей может сопровождаться волнениями и страхами, идущими из его прошлого опыта, а также новыми волнениями, связанными с предстоящими отношениями. Иногда из-за этих страхов сопровождающим работникам приходится оставаться с ребенком все время, пока он находится в новом доме. Процесс привыкания к новому дому движется постепенно, и от ребенка зависит количество дневных посещений, их цели и продолжительность того времени, на которое сопровождающее лицо может уехать и оставить его в доме с новыми родителями. Между визитами обязательно нужны беседы с ребенком о том, что происходит, и как все к этому относится. Раньше или позже наступает время, когда ребенок спрашивает: «А можно я останусь в этом доме на ночь?» Первый раз ребенок проводит в доме только одну ночь, и при этом, для надежности, у него есть номер телефона и адрес, где находится сопровождавший его человек. За первым визитом следуют другие, и постепенно количество ночей, проведенных вне детского учреждения, увеличивается. Однако лучше, если ребенка обратно в учреждение отвозят после визита с ночевкой не родители, а приезжают сотрудники для того, чтобы не возникла аналогия с возвратом или отказом (это болезненная процедура для обеих сторон, которую надо всячески избегать).

Предварительные встречи оказываются очень полезными, если они проводятся целенаправленно. Часто их рассматривают просто как возможность для будущих родителей и ребенка лучше узнать друг друга и таким образом облегчить процесс окончательного переезда ребенка в семью. Конечно, процесс переселения ребенка в новый дом дело непростое.

В практике пока определенных правил организации встречи с ребенком не существует. В каждом конкретном случае вопрос решается на месте руководителем того учреждения, где находится ребенок. Некоторые директора детских домов приводят кандидатов в группу, не фиксируя на этом внимания детей, дают возможность посмотреть на подобранного ребенка в естественной обстановке. Затем в кабинете детально знакомят с личным делом, дают характеристику ребенку, отвечают на вопросы приемных родителей.

Кто-то из руководителей делает с точностью до наоборот: сначала знакомят с документами, а потом с детьми в естественной обстановке. Либо ребенка под благовидным предлогом приглашают в специальную комнату, кабинет, где сотрудник беседует с ребенком на разные темы, просит выполнить поручения. После ухода детей кандидаты определяются с выбором или им дают время подумать. Важно одно, не нужно с первого раза решать, подойдет или нет этот ребенок. Да, бывает любовь с первого взгляда и на всю жизнь. Но чаще происходит постепенное привыкание. Поэтому советуем встретиться с ребенком несколько раз, погулять, поиграть с ним, взять к себе домой в гости.

Первой встрече и контакту с ребенком уделяется достаточно серьезное внимание. Здесь важна предварительная подготовка той и другой стороны. Специалисты отмечают, как волнуются перед встречей даже младенцы: они возбуждены, долго не могут заснуть, беспокойны, капризны. Дети постарше испытывают чувство страха и обращаются к окружающим их взрослым (воспитателям, медицинским работникам) с просьбой никуда их не отдавать, оставить в детском доме, больнице, хотя накануне изъявляли готовность жить в семье, уехать куда угодно. Спрашивали, скоро ли приедут родители. Это естественно. Вспомните себя, когда вам приходится впервые совершать какое-то дело или пойти на какую-то важную встречу. Вам тоже приходилось волноваться в подобных ситуациях.

Может случиться, что малыш из дома ребенка испугается, увидев мужчину, и поэтому долго не сможет привыкнуть к новому папе. И это не потому, что он не любит лично вас. Просто в детских учреждениях чаще всего работают женщины, мужчины же непривычны для малыша. А может случиться и так, что устав от обилия женщин, ребенок начинает отдавать предпочтение мужчине и игнорирует новую маму. Наберитесь терпения, заботьтесь о новом члене семьи, подавив в себе обиду, и ваши старания не останутся незамеченными. Советуем: не обижайтесь на ребенка, если он отдает предпочтение кому-то одному из членов семьи. Помните, что установить контакт с детьми легче всего через необычные игрушки, предметы, подарки. Подбирая их, следует учесть возраст, пол, интересы, уровень развития ребенка. Следует знать, что дети могут вести себя при первой встрече по-разному и иногда совершенно неожиданно для окружающих. Это зависит, прежде всего, от особенностей нервной системы и черт характера детей. Эмоционально отзывчивые - охотно идут навстречу взрослым, некоторые бросаются к ним с криком "Мама!", обнимают, целуют, а все наблюдающие эту сцену вытирают слезы радости. Эмоционально "зажатые", флегматичные ребята испуганно жмутся, не отпускают руку сопровождающего взрослого. Либо смущенно улыбаются, делают робкие шаги навстречу, протягивающим им руки новым родителям. Такие дети с большим трудом расстанутся с привычным окружением, плачут, неохотно идут на контакт с новыми людьми. Переживают и будущие родители: " Мы не понравились. Он нас не любит!"

Советуем: готовясь к усыновлению, насколько это возможно, больше узнать не только о состоянии здоровья ребенка, истории его жизни, но и об особенностях характера, поведения.

Помните, что у ребенка нужно создать состояние ожидания встречи с вами, поскольку ему нужно время для привыкания. Неизвестность страшит детей даже в большей степени, чем взрослых. Если вы не можете посещать ребенка, пошлите ему свои фотографии, альбом, где он сможет увидеть те условия, в которых ему предстоит жить (комнату, двор, привлекательные места окружающей местности, игрушки, животных и еще какие-то значимые для него мелочи, ждущие его в новом доме). Подберите самые удачные фотографии своей семьи, животных, имеющихся в доме, сделайте трогательные надписи, привлекательно оформите. Хорошо, если все это ребенок получит до того, как вы его будете окончательно забирать в семью.

Адаптация у разных детей проходит по-разному. Здесь многое зависит и от возраста ребенка, и от черт его характера. Большую роль играет опыт прошлой жизни. Если ребенок до усыновления жил в семье, проблемы будут одни. Ребенок, который свою небольшую жизнь прожил в доме ребенка, а затем в детском доме, иначе будет реагировать на новые условия. Первые реакции и самочувствие у каждого при этом будет разное. Кто-то будет пребывать в приподнятом, возбужденном состоянии и стремиться все посмотреть, потрогать, а если кто-то есть рядом, попросить показать, рассказать о том, что вокруг. Под влиянием новых впечатлений может возникнуть перевозбуждение, суетливость, желание порезвиться. А кто-то в новой обстановке испугается, будет прижиматься к взрослому, пытаясь как бы заслониться (уберечься) от нахлынувшего потока впечатлений. Кто-то бегло скользнет взглядом по предметам и вещам, опасаясь дотронуться до них. Получив из рук взрослого какую-то одну вещь, прижмет ее к себе или спрячет в укромное место, боясь потерять.

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

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.

*Ситуация: двухлетняя девочка заплакала, как только водитель завел машину, и всю дорогу до дома не успокаивалась. Плач затихал, когда машина останавливалась, и усиливался, когда она начинала двигаться. Ребенок с рождения находился в доме ребенка, и его вывозили на машине только однажды – в больницу на анализы.*

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.

Но, несмотря на эти различия, в поведении детей можно отметить некоторые общие закономерности. Поведение и самочувствие ребенка не остается постоянным, оно меняется с течением времени по мере того, как он осваивается в новой обстановке. Как отмечают психологи, при адаптации ребенка в новых условиях имеется несколько стадий.

Первую стадию можно охарактеризовать как «**Знакомство**», или «**Медовый месяц**». Здесь отмечается опережающая привязанность друг к другу. 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.

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 он 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.

Вот как описывают состояние детей и собственные переживания в этой стадии усыновители.

*«Счастье, которое пришло в дом вместе с усыновленным ребенком. Я начинающая мама и главное, наверное, еще впереди, но - честное слово! - последние дни я хожу с пульсирующей в голове мыслью: "Так вот что такое Счастье!" И это я, которая и до этого-то была не задавлена жизнью: любимый муж, обожаемая работа, удивительные друзья, многочисленные путешествия по стране, по миру... А пик этого Счастья испытываю, когда вижу своего мужа со слезами на глазах, возящегося с нашим Миксером (это, простите, наша Юля: она своей подвижностью, которая усиливается в минуты радости, которая, в свою очередь, просто переполняет ее почти ежеминутно, просто напрашивается на такое сравнение) или учащего нашего мужичка-боровичка Лешку подтягиваться на руках... Мы так все любим друг друга! И так страшно все это потерять... Нет, мы не заласкиваем друг друга, не сюсюкаем и не рыдаем друг у друга на плече от умиления - мы живем! И поругаемся иногда на вечно залезающего во все дыры Лешку, и попсихуем: "Ну где опять пульт (телефон, дискета, ручка, ложка и пр., и пр.)", а потом и побесимся все вместе, покидаемся друг в друга всякими предметами (суперподходящие для этого кубики-мякиши) И - честно! - периодически совсем забываю, что дети-то не нами рождены. Иногда (что ж и такое бывает, но очень редко) зайдет речь о том, что "надо же, бедные детишки, остались сиротками...", а я сижу и ломаю голову: о ком же это?! А потом - Боже, так это про моих - и хихикаю потихоньку: ничего себе бедные...»*

Семьи лицом к лицу сталкиваются с проблемами усыновления часто совсем не похожими на те, которые они предполагали увидеть. Некоторые приемные родители начинают ощущать свою беспомощность или огорчение по поводу того, что у них в семье появился совсем не такой ребенок, какого они себе представляли.

*«Казалось бы, усыновление состоялось, доброе дело сделано, ура! Да не тут то было! В первые дни меня грешным делом часто посещала мысль, что ребенку со мной хуже, чем было раньше, иначе чего бы он закатывал истерики. Я лишила его привычного окружения, моделей поведения, заставляю меняться, повышаю голос, шлепаю (каюсь, это тоже было). Я устаю от него, не в пример воспитательницам, которые работают через двое суток на третьи и терпеливее к детям. Я кормлю его хуже, иначе почему он ест*

*так выборочно очень мало и всухомятку, с трудом соглашается укладываться на тихий час, отклоняет любые предложения. Если звучит более твердое «нельзя», то закатывает истерики, плюется, показывает фигу, садится на пол, раскачивается и бьется затылком о стенку. Мне казалось, что я не могу контролировать ситуацию, у меня опускались руки, я не знала что делать. Казалось, что так будет всегда, и что вместо того, чтобы дать счастливое детство сироте, я испортила жизнь всем родным. А сироте, оказывается, все, что я хотела ему предложить, и не нужно, потому что у него сложилась своя жизнь, свои приоритеты и потребности, которые я не в силах удовлетворить. Вместо ласки у него - щипки и укусы, вместо общения - мычание и резкие жесты. Как можно любить ребенка, который не умеет любить? Он отвергает все, что я хотела для него сделать, он даже сказал мне, что я - не мама. К счастью, я была не одна. Моя мама периодически подменяла меня и со свежими силами, непринужденно и игриво, ухитрялась снять напряжение».*

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.

Вторую стадию можно определить как **«Возврат в прошлое»** или **«Регрессия»**, или **«Уже не гость»**. Первые впечатления схлынули, эйфория прошла, установился определенный порядок, начинается кропотливый и длительный процесс притирания, привыкания членов семьи друг к другу – взаимная адаптация. Ребенок понимает, что это - другие люди, в семье - другие правила. Он не сразу может приспособиться к новым отношениям. Он почти беспрекословно подчинялся правилам, пока это было в новинку. Но вот новизна исчезла, и он пробует себя вести как прежде, присматриваясь, что нравится, а что не нравится окружающим. Происходит очень болезненная ломка сложившегося стереотипа поведения.

Вот как выглядела ситуация в последнем примере через месяц: *«Мальчик хорошо приживается, мы стараемся облегчить ему переход от прежних привычек к новым. У него сформированы навыки опрятности, он много знает и умеет в отношении детских игр, не дерется. Но у нас практически с первых дней образовались проблемы с едой. В ДР мне говорили, а также я читала в медкарте, что аппетит у мальчика был хороший. Но когда он начал приходить в гости домой, я его не кормила, а подкармливала сладким (печенье, фрукты, соки, конфеты). Боюсь, что это сформировало у него неверное представление о том, что дома надо есть это. Вот уже месяц он не ест нормально (суп, кашу, лапшу, пюре, котлеты, рыбу и т.д., что едим мы). Отказывается и от молока, кефира, творога, даже сладкого. Ест сыр, черный хлеб, крекеры. Этим и "живет". Вырос на 1,5 см, похудел. Часто просит сладкое. Обед у него заключается в хлебе с сыром, а потом конфета на десерт. На полдник - печенье с соком. Ест много фруктов. Однако в последние дни стал требовать исключительно сладкого. Поскольку у него было день рождения, мы дали ему наесться, сколько хотел, в надежде, что у него заболит живот, и он поймет, что это неправильно. Живот у него, конечно, не заболел, а проблема остается. Он видит, что все мы едим другое, причем двухлетний брат ест с аппетитом и нормально, за одним с ним столом. Он пробует нашу еду языком, но никогда не глотает, ни ложки».*

Как отмечают психологи, в этой стадии у детей могут отмечаться такие симптомы, как: фиксация на чистоте, опрятности или, наоборот, грязи и неопрятности; чувство беспомощности или чувство зависимости; чрезмерная озабоченность своим здоровьем, преувеличенные жалобы, повышенная чувствительность, отказ от нового, необъяснимые припадки злости, плача, усталости или тревоги, признаки депрессии и т.п. В эти месяцы часто обнаруживаются психологические барьеры: несовместимость темпераментов, черт характера, ваших привычек и привычек ребенка. У детей, воспитывавшихся в детских



домах, за время пребывания в них формируется свой идеал семьи, в каждом живет ожидание папы с мамой. С этим идеалом связывается ощущение праздника, прогулок, игр. Взрослые же, занятые житейскими проблемами, не находят для ребенка времени, оставляют наедине с самим собой, считая его большим («Иди, поиграй, займись чем-нибудь...»). Либо чрезмерно опекают ребенка, контролируя каждый его шаг.

У многих взрослых, столкнувшихся с этими проблемами, не хватает сил, а главное терпения дождаться пока ребенок сделает то, что им нужно. Особенно ярко в этот период проявляются: отсутствие знаний об особенностях возраста, умений устанавливать контакт, доверительные отношения и выбирать нужный стиль общения. Попытки опереться на свой жизненный опыт, на то, что их так воспитывали, часто терпят поражение.

Этот рассказ усыновительницы ярко показывает, что взрослые не знакомые с особенностями возраста, испытывают огромные трудности: *«Я не могу больше пяти минут стоять на месте в ожидании, пока Гриша обратит внимание на мои призывы и сдвинется с места в нужном направлении. Не могу смотреть, как он сует в рот все: ботинок, крем, компьютерную мышь, щетку массажную, ключи, горшок, щетку в туалете. Если морщусь и говорю что-нибудь вроде «Тьфу, кака!», он смеется и с еще большим воодушевлением сует в рот. Отнимаю, даю что-то другое, чистое – тоже сразу в рот. Сажая на горшок – вертит головой, не хочу. Поднимаю, надеваю штанишки, проходит 15-20 секунд, начинает писать, мило улыбаясь: «Кха-а-а». Все время просит: «Дай!» Если у него есть ложка, то нужна вторая, третья... Если говорю «Не дам», он будет просить пока не дашь. У меня не хватает терпения, иногда возникает мысль «А достойна ли я воспитывать этого мальчика? Когда родилась дочь, такого не было».*

Обнаруживается разница во взглядах на воспитание у родителей, влияние авторитарной педагогики, стремление к абстрактному идеалу, завышенные или, наоборот, заниженные требования к ребенку. Процесс воспитания рассматривается как исправление врожденных недостатков. Исчезает радость общения, естественность отношений. Может возникнуть стремление подчинить ребенка себе, своей власти. Вместо естественного принятия ребенка, преуменьшаются его достоинства. Вместо чуткого реагирования на малейшие достижения ребенка, начинается его сравнение со сверстниками, которое, зачастую, не в пользу приемного ребенка.

Иногда в этот период ребенок регрессирует в своем поведении до уровня, не соответствующего его возрасту. Одни становятся слишком требовательными и капризными, предпочитают играть с детьми младшего возраста и доминировать над ними. Другие проявляют враждебность к своему новому окружению. У некоторых детей могут наблюдаться необъяснимые приступы злости, плача, усталости или тревоги. Отмечается возврат энуреза, вредных привычек. Чувство жертвы обстоятельств приводит ребенка к мысли, что взрослые не беспокоятся о нем, и он может захотеть уйти из дома. Некоторые дети испытывают страх быть обманутыми и возвращенными в детский дом, и поэтому они отказываются покидать новый дом. Некоторые дети длительное время боятся остаться в доме без новых родителей, не отпускают их от себя ни на минуту, боясь, что они уйдут и не вернуться.

Привыкнув к новым условиям, ребенок начинает искать линию поведения, которая удовлетворила бы приемных родителей. Этот поиск не всегда удачен. Чтобы привлечь к себе внимание, ребенок может изменять поведение неожиданным образом. Поэтому вас не должно удивлять, что веселый, активный ребенок вдруг стал капризным, часто и подолгу плачет, начинает драться с родителями или с братом, сестрой (если они есть), делает назло то, что не нравится им. А угрюмый, замкнутый - проявлять интерес к окружающему, особенно, когда за ним никто не наблюдает, действует исподтишка либо становится необыкновенно активным

Неподготовленные к этому родители могут испытывать испуг, шок. «Мы желаем ему добра – а он... Мы его так любим, а он нас не ценит», - обычные для этого периода жалобы. Некоторыми овладевает отчаяние: «Неужели всегда так будет?!» Могут появиться и "крамольные" мысли: «А зачем он нам вообще был нужен этот ребенок? Как было тихо и спокойно вдвоем... А может быть вернуть его туда, откуда взяли, ведь он уже привык к тому образу жизни, к детям?» Оправдывая себя, родители начинают искать в ребенке недостатки, вызванные "ущербной" наследственностью: плохая память, туго соображает, слишком подвижный и тому подобные дефекты, не подозревая, что многие недостатки в развитии вызваны не наследственными факторами, а социальной запущенностью ребенка, и при хорошем семейном уходе, заботе и терпении исчезают бесследно. К сожалению, есть семьи, которые видят выход из сложившейся ситуации в разводе: "Ты хотел (хотела), вот ты и воспитывай!" Это только небольшой перечень проблем, которые могут возникнуть в семьях, решивших взять на воспитание чужого ребенка или усыновившего ребенка новой жены, мужа.

Очень важно понаблюдать за поведением ребенка и понять его причины, полезно обратиться к специалистам, психологам или таким же усыновителям. Сейчас большие возможности для обмена информацией, поделиться проблемами предоставляет интернет.

Об успешном преодолении трудностей этого адаптационного периода свидетельствует изменение внешнего облика ребенка: изменяется выражение и цвет лица, оно становится более осмысленным, чаще появляется улыбка, смех. Ребенок становится оживленным, более отзывчивым, "расцветает". Неоднократно было отмечено, что после удавшегося усыновления у детей начинают расти «новые» волосы (из тусклых они становятся блестящими), исчезают многие аллергические явления, прекращается энурез, очевидна прибавка в весе.

Обратимся к письмам усыновителей. *«Он начал есть, у него появились знакомые места, детские площадки, наметился режим дня. Стал намного лучше говорить, начал дольше листать книжки. Стал чаще проситься в туалет (до этого ходил не более 4-х раз в день). А сегодня вечером обратил внимание на песню "Мама для мамонтенка", которая у нас на кассете среди других песен, и попросил ее прокрутить еще раз. С другими песнями такого не было. Кажется, запахло счастьем».*

*«Гришуня научился целоваться. Складывает губки, как утиный клювик и тянется навстречу. Иногда говорит «Да», а не «Нет» и качает головой. Причем это «да» очень осознанное. Почти освоил ложку. Отчетливо произносит «мама», «папа». Вчера впервые всплакнул, когда я уходила».*

Третья стадия - **«Привыкание»** или **«Медленное восстановление»**, или **«Вживание»**. Вы можете заметить, что ребенок как-то неожиданно повзрослел. Если раньше его привлекали малыши, то покидает их игры, выбирает компании близкие ему по возрасту. Исчезает напряжение, дети начинают шутить и обсуждать свои проблемы и трудности со взрослыми. Ребенок привыкает к правилам поведения в семье и в детском учреждении. Он начинает вести себя также естественно, как ведет себя родной ребенок в кровной семье. Ребенок принимает активное участие во всех делах семьи. Без напряжения вспоминает о своей прошлой жизни. Поведение соответствует особенностям характера и полностью адекватно ситуациям. Он чувствует себя свободно, становится более независимым и самостоятельным. У многих детей меняется даже внешность, становится более выразительным взгляд. Они становятся эмоциональнее; расторможенные – более сдержанными, а зажатые – более открытыми. Это и есть форма проявления благодарности родителям, принявшим его в свою семью.

Приспособившись к новым условиям, дети реже вспоминают прошлое. Если ребенку хорошо в семье, он почти не говорит о прежнем образе жизни, по достоинству оценив преимущества семьи, не хочет в него возвращаться. Дети дошкольного возраста могут спрашивать взрослых, где они так долго были, почему так долго его искали? 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 во всем. Сам отмечает происходящие с собой изменения, не без иронии вспоминает свое плохое поведение (если оно было), сочувствует и сопереживает родителям. Дети и родители живут жизнью обычной нормальной семьи, если только родители не испытывают страха перед отягощенной наследственностью и готовы адекватно воспринимать происходящие в ребенке возрастные изменения.

Вот как отвечает на одно из предыдущих писем усыновительница, имеющая опыт больше чем 2 месяца. *«Просто нужно время. Чуть-чуть еще побольше времени. К сыну не приставайте: во-первых, возраст такой – ненадолго, а во-вторых, стресс скоро пройдет. Не обижайтесь на него - старайтесь относиться с юмором и переводите в игру и шутку. Дочь была в это время страшно капризная. Я всегда старалась в ее капризах ей помочь, так как видела, что она понимает, что не права, а поделаться с собой ничего не может. И я ей сочувствовала, действительно относилась с пониманием, что она хорошая - очень - но только вот каприз какой-то появился. И никогда не заикливалась на конфликте, старалась сразу его свернуть, т.е. соглашалась одевать то, что хочет она и т.д. Потом все прошло и, кстати, дочь стала просто золотой: не то что никаких, абсолютно никаких капризов. А доходило даже до смешного. Приходим в магазин за игрушками (мы очень любили приезжать в Детский мир). Выбираем игрушки, ходим по отделам (любили мы это дело), потом я замечаю, что все игрушки выбираю я, а дети ходят за мной с довольным видом. Я им и говорю: «Дети, мы же пришли за игрушками для вас. Может быть, вы все-таки выберете себе что-нибудь сами? Выбирайте!». А они мне и отвечают: "Что ты, что ты, мамочка, что ты выберешь, то и хорошо!" Вот тебе и на! И ни в какую: отказываются выбирать сами - и все, сколько не уговаривала... То есть они были на 100% уверены, что мама выберет то, что нужно. Я всегда была на их стороне по всем вопросам, и они меня уже, наверное, воспринимали как равноправного члена своей команды».*

Четвертая стадия - **«Стабилизация отношений»**. Можно сказать, что на этом этапе приемная семья становится семьей. Приемный ребенок успокаивается относительно своего будущего и начинает вести себя так же, как кровные дети. Конечно, это не значит, что дальнейшее существование будет беспроблемным и безоблачным. Психологи советуют родителям не забывать о своих чувствах, ведь адаптация – процесс двухсторонний. Быть приемным родителем – это еще и работа, которая требует эмоциональных затрат, сил, времени, средств. Не забывайте, что от любой работы нужно уметь отключаться и отдыхать.

В конце периода адаптации ребенок встраивается в семейную систему, занимает в ней свое место. Как понять, что это произошло? Момент, когда ребенок ощутил себя в семье как дома, приемные родители обязательно заметят. Например, когда ребенок спросит: «Когда мы пойдем в гости к бабушке?», имея в виду маму приемной мамы.

Приемные (усыновленные) дети в своем поведении уже не отличаются от ребенка, воспитывающегося у биологических родителей. Если и появляются проблемы, то они, как правило, отражают кризисные этапы возрастного развития, через которые проходит каждый ребенок. Если же родители не смогли найти путь к сердцу ребенка и установить доверительные отношения, то усугубляются прежние недостатки личности (агрессивность, замкнутость, расторможенность) или нездоровые привычки (воровство, курение, стремление к бродяжничеству), а также то, что мы уже отмечали выше: мстительность или демонстрация беспомощности, требование чрезмерного внимания или упрямство, негативизм. То есть каждый ребенок ищет свой путь защиты от неблагоприятных внешних воздействий.

*Ситуация пятилетнего Славы, который попал в семью, где, кроме него, было еще трое сыновей и удочеренная девочка. Послушный и в меру активный мальчик в детском доме хорошо ладил с детьми, никаких невротических реакций врачи не отмечали. Первые две недели в семье он был тише воды, ниже травы. Освоившись, он начал задирать брата-погодка, затем вымещать обиды на девочке. Взрослые, не выдержав, начали его наказывать, применяя тайм-ауты. Находясь в одиночестве, мальчик мочился и испражнялся вокруг себя. По ночам стал беспокойным, вставал и, либо бесцельно ходил по комнатам, либо делал мелкие гадости другим детям. Родителям пришлось обратиться за помощью к психотерапевту. Ребенка положили на месяц в больницу, а родителям посоветовали изменить свое отношение к ребенку, иначе придется отменять усыновление.*

Следующий кризис может наблюдаться в подростковом возрасте. В первой половине подросткового возраста идет формирование идентичности, он стремится к независимости и эмансипации.

Итак, в семью вошел новый ребенок. До его появления взрослые были уверены в себе, в том, что готовы к решению всех проблем, готовы любить ребенка таким, какой он будет. Иллюзии и некоторая эйфория, уверенность в том, что хватит сил для преодоления всех препятствий и преодоления трудностей, – типичные состояния, характерные для большинства новых родителей. Почти все уверены в своих воспитательных способностях и в том, что смогут успешно использовать эти способности на благо чужого ребенка. Особенно это характерно для тех родителей, которые были успешны в воспитании собственных детей, и смогли создать атмосферу тепла и любви в своей семье. Но появление чужого ребенка – это серьезное испытание для всей семьи. Ведь у приемных родителей нет ни каникул, ни отпусков, они не могут дома отдохнуть и расслабиться. Кроме того, при появлении нового члена семьи нарушается семейное равновесие, которое зачастую бывает достаточно хрупким. Это происходит даже когда рождается собственный ребенок. А что говорить, когда в семье появляется незнакомый ребенок, причем довольно сложной судьбы и непростого характера.

Поэтому примерно через месяц картина семьи несколько изменяется. В ответ на вопрос: «Насколько реальная обстановка отличается от ожидаемой?», большая часть приемных матерей выражают явное или неявное неудовлетворение своей новой ролью. Негативные эмоции, в основном, связаны с увеличением объема домашней работы, затратой дополнительных сил, энергии и времени, возникновением непредвиденных ситуаций, которые отражаются на налаженном быте семьи.

Многие матери, имевшие собственных детей, расстроены тем, что новый ребенок отличается от их собственных детей, что к нему нужно применять иные дисциплинарные меры, искать новые способы воздействия. Им многое не нравится в поведении детей, шокируют манеры поведения (разбрасывание вещей, отсутствие навыков гигиены, культуры еды). В тех семьях, где есть собственные дети, обнаруживается, что они не могут относиться к ребенку также как к своему собственному. Они вынуждены делать ему поблажки, жалеть его и потакать капризам. Вот высказывание одной из женщин: «Я стараюсь не делать ему явных поблажек, но приходится жалеть его, ведь ему так же трудно привыкать к нам, как и нам к нему. Может быть, я балую его, потому что иногда «не замечаю» того, что своим детям я бы никогда не спустила». Поняв, что приемный ребенок совсем не такой как собственные дети, родители стараются сделать максимально возможное для блага его и всей семьи. Но пока очень незначительная часть приемных матерей выражает разочарование своей новой ролью. И, хотя они подчеркивают возрастание нагрузки, тем не менее «сдаваться» они пока не собираются. Наоборот, они готовы продолжать свой тяжелый труд и с оптимизмом смотрят в будущее.

В основном, после первого месяца совместного проживания матери выражают положительное отношение к сложившейся ситуации, но примерно половина отмечает, что привыкание проходило нелегко.

Через три месяца многие приемные родители начинают чувствовать себя более уверенно и комфортно, они положительно оценивают свой опыт и определяют обстановку в семье как «весьма хорошую». Они более уверены в своих силах, им удалось найти свои собственные способы доверительного общения с усыновленным ребенком. Отмечают также значительные изменения у ребенка в лучшую сторону. Но есть семьи, в которых отношения с ребенком не изменились в лучшую сторону. У них наблюдается разочарование в ребенке и в своих силах; осознание собственного провала сопровождается стрессовым состоянием матери.

Появление нового ребенка негативно сказывается на взаимоотношениях между членами семьи. Например, ребенок действует на нервы мужу, и он отказывается иметь с ним какие-либо взаимоотношения. Ребенок может проявлять избирательность, отдавать предпочтение одному члену семьи, например, отцу, отвергая мать. Приемный ребенок может оказывать негативное влияние на имеющихся в семье детей или способствовать возникновению между детьми конфликтных отношений (ревность, соперничество). Особенно много проблем возникает там, где приемный ребенок старше собственных. «Я надеялась, что он будет старшим братом для малышей, а он терроризирует их», - делится одна из матерей. В целом, через 3 месяца существования такой семьи вырисовывается достаточно противоречивая картина. Матери все еще полны энтузиазма и ощущают определенное удовлетворение от своей новой роли. Отцы же менее оптимистичны, что объясняется разными ролями родителей в жизни семьи.

Решающим в жизни семей является 6-месячный период. Удовлетворение от своей новой роли в большой степени зависит от того, насколько взрослые смогли понять и принять ребенка. По истечении 6 месяцев многие родители испытывают гораздо меньше оптимизма и отмечают, что им стало труднее, чем в первые дни. Их удовлетворение своими действиями гораздо меньше, чем раньше. Данное явление получило название «эффект медового месяца». Сначала кажется, что ребенок прекрасно привыкает к новой обстановке, со всем соглашается, делает то, что от него ждут. И вдруг он перестает быть абсолютно послушным, все чаще выражает собственные взгляды и начинает предъявлять собственные требования. Это свидетельствует о том, что он начинает чувствовать себя в приемной семье комфортно, становится самим собой. Даже если приемные родители понимают, насколько важны и существенны происходящие с ребенком перемены, от этого им не легче справляться с новыми и новыми трудностями. Теперь они гораздо реже отмечают положительные сдвиги и намного чаще говорят об ухудшении поведения, они менее уверены и удовлетворены, чем раньше. Оптимизм убывает потому, что большинство родителей начинают понимать всю серьезность и глубину детских проблем, а также сложность и не всегда эффективный результат своих попыток изменить поведение ребенка к лучшему. По мере того, как они ближе узнают ребенка, им становится понятнее, какое влияние на него оказал предыдущий жизненный опыт. Именно в этот момент важна помощь специалиста. В то же время, они все больше привязываются к ребенку и, естественно, хотят ответной реакции от него. Родители ждут от ребенка благодарности и признательности за свои «героические усилия», однако их ожидания зачастую оказываются напрасными. И потому здесь очень важна поддержка и признательность со стороны (соцработников, учителей, педагогов, родственников). Они должны отметить изменения в ребенке в лучшую сторону, показать, какую пользу принесло ребенку пребывание в данной семье. Ребенок стал более защищенным, у него улучшились (перечисление успехов ребенка), он стал более спокойным, уравновешенным, поправился и т.п. Разочарование родителей не означает, что плохо поработали или плохо справляются со своими обязанностями. В этот период родители наиболее всего нуждаются: в советах и рекомендациях о том, как справиться с поведением ребенка; в объяснении причин поведения ребенка; в ободрении и поддержке (большинство).

Важным этапом в жизни семьи является первая годовщина ее создания. Большинство приемных семей начинает свою деятельность с полной уверенностью, что они смогут

сделать ребенка счастливым. Они верят в то, что под их влиянием ребенок изменится к лучшему, но когда перемены наступают не так быстро, как им хотелось, они теряются и нуждаются в поддержке и объяснении причин. Они должны понять, что такой медленный и не очень явный прогресс – совершенно закономерное явление, что нет ничего страшного в том, что они не всегда самостоятельно смогут разрешить конфликты и справиться с трудностями. Если родителям кажется, то их ребенок стал лучше себя вести, и что они действительно смогли помочь ему, то это, естественно, вызывает чувство удовлетворения. «Когда после всех трудностей, ты видишь слабые проблески понимания или выражение благодарности, или какие-то крохотные сдвиги в лучшую сторону, то чувствуешь себя просто на седьмом небе», – так описывает свои чувства один из отцов. Если родители считают своего ребенка по-прежнему трудным и не видят сдвигов в лучшую сторону, то, исходя из теории равновесия, они чувствуют себя неудовлетворенными, т.к. они оказываются в ситуации, когда вложены огромные усилия и не видно никакой отдачи. Для того чтобы они смогли продолжать свой «неблагодарный труд», им совершенно необходима помощь извне.

В этот период значительно большее число матерей и отцов выражают удовлетворение обстановкой в семье и своей ролью. Создается впечатление, что они исполняют свою роль родителей намного увереннее, чем 6 месяцев назад. «Дела идут намного лучше – о таком я даже не могла мечтать 6 месяцев назад. Я просто стала понимать ее. И мы вместе можем решать проблемы, которые встают перед нами», – такова оценка ситуации одной из матерей. Как видно из этого высказывания, они более терпимо относятся к проблемам ребенка. Эти проблемы их уже не слишком озадачивают и расстраивают.

Через полтора года можно сказать, что семьи, «продержавшиеся» столь длительное время, смогут существовать сколь угодно долго. Родители удовлетворены своей ролью и обстановкой в доме, многие довольны тем, что ребенок хорошо прижился в семье. Но даже очень успешные родители нуждаются в поощрении и отдаче от вложенных усилий. Такой «отдачей» может быть чувство любви, выражаемое ребенком; счастье ребенка и его желание жить в этом доме; уверенность в том, что они сделали все необходимое для того, чтобы помочь ребенку.

Итак, для построения любых взаимоотношений требуется время, и это совершенно нормально. Совместные занятия, игры, беседы; предоставление ребенку возможности высказать то, что у него не душе; понимание его проблем и проникновение в его интересы; помощь и поддержка, если ребенок расстроен, уход и забота, если он болен... Все это со временем непременно создаст эмоциональную близость между новыми родителями и приемным ребенком. Схематически построение добрых взаимоотношений можно изобразить в виде лестницы, назвав ее «Шаги любви» (движение снизу вверх).

### **Тема 8.2. «Чувства и переживания ребенка, приходящего в семью»**

При потере кровной семьи ребенок испытывает поэтапно следующие переживания:

#### **1. Отрицание**

Главная особенность поведения ребенка на этом этапе 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 не долго – 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, расстройств желудочно-кишечного тракта и сердечной деятельности и т.п.

## 2. Гнев и смешение чувств

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, они особенно нуждаются в помощи, чтобы эти подавленные чувства не нанесли вреда. Дети испытывают следующие эмоции, причем иногда все сразу:

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

б) Злость. Это чувство может проявляться против чего-то определенного или быть самодавяющим. Дети мо 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». Наконец, на приемных воспитателей – как на узурпаторов родительской власти, которая им не принадлежит.

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

г) 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.

д) 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, также - за жизнь приемных воспитателей 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.

3. «Принятие». На этом этапе ребенок наконец-то примиряется с произошедшей ломкой его жизненного стереотипа, принимает потерю кровной семьи и проявляет признаки адаптации к новой семье (больше положительных эмоций, физической активности и интереса к жизни, сосредоточение на настоящем и будущем, а не на прошлом и т.д.) У ребенка начинает формироваться утраченное чувство защищенности.

Переживания ребенка в приемной семье.

1) страх снова потерять семью (дети, пережившие утрату семьи, боятся повторения этого и в новой, приемной семье. Иногда они провоцируют воспитателей на разрыв, демонстрируя своим поведением двойственность – привязанность и отвержение одновременно, поскольку это именно то, что они пережили в своем опыте);

2) попытки контролировать чувства к новым родителям (они колеблются между надеждой и страхом быть обманутыми снова, пытаются контролировать возникающие у них теплые чувства, поскольку знают, как взрослые могут злоупотреблять своей властью);

3) процесс отреагирования утраты (вспышки негативного поведения могут быть частью процесса отреагирования утраты кровной семьи, ребенок может тосковать и злиться);

4) стереотип поведения в кровной семье (дети, таким образом, могут демонстрировать, чему они научились в родной семье, свои представления о том, как надо себя вести);

5) проверка границ дозволенного (проверяют, до каких пределов они могут пойти в своем плохом поведении, сохраняя принятие со стороны взрослых).

#### **Рекомендуемая литература**

1. Петрановская Л. Дитя двух семей. Приемный ребенок в семье [Электронный ресурс]. – М.: «Издательство АСТ», 2017. – 7 с. – URL: <https://www.litmir.me/br/?b=604317>
2. Петрановская Л. Минус один? Плюс Один! Приемный ребенок в семье [Электронный ресурс]. - URL: <https://bookz.ru/authors/ludmila-petranovskaa/minus-od-476/1-minus-od-476.html>
3. Писарик О. Сборник статей «Привязанность – жизненно-важная связь» [Электронный ресурс] / Сборник статей, написанных на основе курса Гордона Ньюфелда «Жизненная связь». - URL:<http://www.libed.ru/knigi-nauka/1223366-1-olga-pisarik-privyazannost-zhiznenno-vazhnaya-svyaz-sbornik-statey-napisannih-osnove-kursa-gordona-nyufelda-zhi.php>