**Если ребёнок не соответствует Вашим ожиданиям...**

Проблеме адаптации приёмных детей в замещающих семьях посвящено немало публикаций. Одним из важных факторов, влияющих на процесс адаптации, являются ожидания приёмных родителей. В беседах с опекунами и приёмными родителями очень часто приходится слышать об их порой неосознанных ожиданиях от приёма ребёнка в семью.

Ожидания - это та идеальная картина мира, которая находится внутри нас, и всё окружающее мы, чаще всего, неосознанно примеряем к ней, сравниваем с ней. Беря в семью ребёнка, приёмные родители рисуют красивую картину, где каждому члену семьи отводят свою роль, и, конечно же, невероятно расстраиваются, когда приёмный ребёнок вносит свои коррективы, не соответствующие ожиданиям родителей. Ожидания почти всегда не соответствуют действительности и могут сослужить плохую службу, замедлить процесс адаптации ребёнка в замещающей семье.

Чем опасны ожидания замещающих родителей?

* За своими ожиданиями зачастую можно не увидеть реального ребёнка, его потребностей, сигналов о помощи.
* Постоянно сравнивая реального приёмного ребёнка с внутренним идеальным образом, родитель расстраивается без объективной причины, опускает руки, думая, что он ошибся, не рассчитал свои силы.
* Теряется возможность жить «здесь и сейчас», потому что ожидания - это всегда что-то, направленное в будущее.
* В состоянии ожиданий родитель может не позволять ребёнку быть самим собой, раскрыть себя, с другой стороны - загоняет себя в жёсткие рамки, в которых всё может быть только так, а не иначе.

Важно понять, зачем нужны эти ожидания? Что именно приёмный родитель хочет реализовать за счёт навязываемых ожиданий в своих отношениях с ребёнком?

*Чаще всего ожидания заполняют пустоту внутри или прикрывают какой-то страх…*

Нередко приёмные родители надеются, что в благодарность дети будут их любить и слушаться, помогать во всём, прилежно учиться, заниматься спортом. Но послушание, хорошая учеба, трудолюбие не входят в актуальные стремления приёмного ребёнка. Со своей стороны они хотят внимания, любви, свободы поведения, понимания и принятия их такими, какие они есть.

Ребёнок, оставшийся без кровных родителей, пытается найти причины, заставившие их оставить его, и, к сожалению, находит эти причины в себе - «потому что я плохой». С таким убеждением ребёнку трудно принять новую семью, а особенно такую, где от него ждут пропорциональной отдачи. У ребёнка появляется страх, что его снова бросят, а с другой стороны - чувство вины, что не соответствует родительским представлениям. Этот диссонанс может проявляться в агрессии по отношению к себе и окружающим, игнорированием правил и норм поведения, что затрудняет процесс адаптации ребёнка в новой семье.

Существует интересное упражнение «Избавление от ожиданий». Его можно рекомендовать каждому замещающему родителю, недавно принявшему ребёнка в свою семью. Представьте ребёнка, стоящего перед вами (или поставьте его фото), и скажите вслух примерно следующее: «Я освобождаю тебя от своих ожиданий (можно перечислить их) и принимаю тебя таким, какой ты есть. Я прошу прощения за мои ожидания и порождённые ими негативные эмоции и поступки в твой адрес». Далее произнесите слова, адресованные себе: «Я освобождаю себя от ожиданий в адрес этого ребёнка. Я принимаю свои потребности (во внимании, любви, благодарности и т.д.). Я разрешаю себе удовлетворять эту потребность самостоятельно и принимать помощь от других людей в том виде, в котором они могут мне её дать, с любовью и благодарностью».

Попробуйте представить себя на месте ребёнка, который никогда не  знал внимания взрослого, обращённого только к нему, не испытывал принадлежности к семье – попытайтесь понять его чувства…

Для приёмного ребёнка важно, чтобы члены новой семьи:

* имели ожидания, соответствующие его возможностям и особенностям, и в связи с этим, старались создать условия для применения этих возможностей;
* говорили о своих чувствах и могли обсудить чувства ребенка, умели справляться со своим плохим настроением и тревогой и помогали это сделать ребёнку;
* считали ребёнка членом своей семьи.

   Чуткость и такт обязательны при общении не только с приёмным ребёнком, но и в отношениях всех членов семьи. Эмоциональное тепло, последовательность и терпимость в становлении привязанности ребёнка с одной стороны, настойчивость и терпение в воспитании нормативного поведения - с другой - главные условия адаптации приёмного ребёнка в своей новой семье. Реальные родительские ожидания, когда к ребёнку не предъявляются стандарты, когда на него не возлагается груз заветных надежд, – это первый шаг к счастливой семье, которую представляют себе и дети, и замещающие родители.