



СЧАСТЬЕ ЖИТЬ В СЕМЬЕ

Газета выпускается отделением сопровождения замещающих семей ОГКУСО «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, г. Братска»

Март`21

Семья - это общество в миниатюре, от целостности которого зависит безопасность всего большого человеческого общества.
(с) Феликс Адлер

Одна из историй замещающей семьи.....

Счастливым отец!

Впервые годы супружества мы верили, что совсем скоро в нашем доме зазвучат детские голоса. Говорят, что счастливые часов не наблюдают... Прошло слишком много времени, пока мы поняли, что за право быть родителями придется бороться. Причем бороться с самими собой. Бесконечные процедуры, ЭКО раз, ЭКО два... ЭКО это очень тяжело и морально, и физически. И в первую очередь для женщины, ведь лечебные процедуры направлены на нее, а мужчина не всегда может адекватно оценить то, что происходит с организмом женщины, с ее психологическим состоянием. Это гормональное безумие, по-другому я не могу назвать такие процедуры. Я уже опасался за здоровье жены и боялся, что будет с ребенком, который может родиться.

Спустя какое-то время я понял, что бесконечно повторять все с самого начала нет уже ни сил, ни желания, что я не могу больше видеть насилия над организмом матери. "Ты на самом деле веришь, что после десятой попытки ЭКО у тебя родится здоровый ребенок? Или ты считаешь, что можно насильно заставить организм женщины родить ребенка?" снова и снова спрашивал я себя. Мы подумали, что раз так сложилось, значит, так и должно быть. В жизни нет случайностей. Есть гармония. Если есть родители, которые бросают своего ребенка, то должны быть и те, кто возьмет этого ребенка.

ИЛЮША

Наше решение усыновить ребенка родственников не удивило, все были в курсе наших "мытарств" в медицинских центрах. Но в хоре всеобщего одобрения все-таки звучали робкие предложения "найти хороших родителей, а лучше хорошую студенточку, которая "случайно залетела, но родила чудного ребенка". Конечно, мог быть и такой вариант, но он настолько нереальный... Естественно, возник вопрос о наследственности.

Полезно знать!

«Вы опекун, вот вы и платите!»: как чиновники и управдомы ущемляют права сирот и приемных семей.

Именно в такой ситуации оказалась приемная семья из Москвы. Мама мальчика-сироты 2009 года рождения из Сибири просила не называть ее имя, но поделилась историей своей тяжбы с управляющей компанией. Ребенок после смерти мамы и бабушки остался зарегистрирован на малой родине. В Москве ему оформили временную регистрацию по месту пребывания. Столичная опека поставила ребенка на учет. Однако спустя несколько лет приемная мать получила по почте неожиданный сюрприз от сибирских коммунальщиков. Управдомы требовали погасить задолженность по квартплате за квартиру, в которой никто уже много лет не жил. Насчитали 350 тысяч рублей долга, грозились пойти в суд и утверждали, что раз москвичка — опекун, то ей и расплачиваться.

- Сразу после оформления опекунства я написала в управляющую компанию в Сибири. Уведомила их, что в квартире никто проживать не будет, ребенок переезжает в Москву, в приемную семью. А так как он сирота, то они не должны начислять плату за ЖКУ. В ответ они прислали мне три письма. Требовали погасить задолженность. Писали: «Это ваша обязанность как опекуна. Вы ребенка взяли, вот вы и платите». Я испытала настоящий шок. Думала, судом они меня просто пугают. Но они действительно подали иск, - рассказывает приемная мать.

Получив письма с угрозами, женщина обратилась в сибирский орган опеки. Но там сотрудники от ее проблем мягко говоря отмахнулись.

Наследственность, наследственность... К черту эту наследственность! Я устал читать статьи о наследственности! Посмотрите на окружающих вас друзей и родственников и оставьте генетические изыскания тем, кому это надо. Разве среди вашего окружения вы не найдете семью, в которой у прекрасных родителей выросли сын или дочь, мягко говоря, с асоциальным поведением? Глупо считать, что у одного человека есть ген, отвечающий, например, за воровство, а у другого его нет. Каким будет ваш ребенок, зависит исключительно от вас, от вашего желания подарить ему свою любовь.

Любовь безусловна, у нее отсутствуют условия. Принимая ребенка в свою семью, отдайте ему свою любовь, не требуя взамен благодарности за то, что его забрали из детского дома, за то, что если бы не вы, он неизвестно кем бы вырос. Подарите ребенку любовь просто потому, что он с вами рядом, за то, что он есть, а не за его способности. Любите без условий. Потому что он без вашей любви не выживет...

Идеалистическое мнение о том, что, приняв в семью неродного ребенка, вы сделаете его счастливым, а он будет вам благодарен за это и будет любить вас всегда, верно только в первой части. Вообще, честно признайтесь себе в том, что это вы принимаете решение об усыновлении, а не ребенок. И делаете это из-за того, что у вас возникло такое желание, а не из-за того, что об этом попросил сам ребенок.

Мы собрали необходимые документы и отправились в детский дом.

В тот знаменательный день светило яркое солнце и весело пели птицы... Честно? В тот день мы с женой на нестигаемых ногах подошли к детскому дому и медленно начали восхождение по ступенькам на второй этаж, где находилась заместитель главного врача. Нам навстречу спускалась группа детишек 2-3 лет, которые все до одного (а их было не меньше десяти) держались за руки воспитателя и с любопытством разглядывали нас.

У меня тут же возникло чувство вины перед ними за то, что я иду "выбирать" только одного ребенка. Краем глаза вижу, как у жены наполняются глаза слезами. Ситуацию надо спасать. Пытаюсь шутить. Безуспешно. Сам того и гляди расплачусь. Заходим к заместителю главного врача. У нас была одна просьба: ребенок около года с максимальной информацией о его родителях. Ее первая реакция: "Вы еще молодые (мне 36, жене 32). Может, сами попробуете"? По моему выражению лица она поняла, что надо переходить к делу. Нас пригласили

- Они мне сказали, чтобы я как-то попыталась списать долги. Но как? Я знаю истории, когда долги копились до 18-летия ребенка, а потом управляющие компании через суд все деньги взыскивали. Судебная практика очень разная, противоречивая, - сетует москвичка.

Увидев иск сибирских управдомов, женщина чуть не лишилась дара речи. Коммунальщики насчитали долги с «лохматых годов», - со времен, когда еще были живы мама и бабушка мальчика. При этом стоимость квартиры по кадастру составляла всего 400 тысяч рублей. То есть если бы управдомы выиграли суд, скорее всего квартира просто ушла бы с молотка в счет долга.

Процесс сибирские коммунальщики проиграли. Зюзинский районный суд Москвы отказал им по мотивам недееспособности «должника» - ребенка сироты, которому на тот момент едва исполнилось 10 лет. В Мосгорсуде, куда истцы подали апелляционную жалобу, решение устояло. Будет ли управляющая компания судиться дальше, - загадка. С приемной мамой они не общаются. Хотя и телефон ее у фирмы есть, и адрес электронной почты тоже.

Сообщать управдомам о том, что в такой-то квартире зарегистрирован сирота, и квартплату на него начислять не надо, должны органы опеки. Правда, срок, в течение которого они обязаны это сделать, в законе не установлен. Юристы сходятся на том, что это должен быть некий разумный срок. Оптимально – один месяц. Но практика показывает, что иногда и года бывает мало. Так что эксперты предложили способ, который поможет вообще избежать возникновения мифических долгов.

Рекомендовано законным представителям сразу принимать меры, чтобы выделять долю ребенка в оплате коммунальных услуг. Этот прием путают с разделом лицевого счета. Лицевой счет не делится с 2005 года, с момента вступления в силу Жилищного кодекса. Но можно выделить долю в оплате. Обязанность органа опеки — защищать имущественные интересы ребенка. Так что если кроме ребенка в квартире еще кто-то зарегистрирован, надо выделить его долю, чтобы долги родственников не переходили на ребенка. Они обычно прилипают именно к ребенку. Подчас в квартире зарегистрированы недобросовестные родственники, которые хронически не платят. По достижении 18 лет ребенок начинает солидарно отвечать за долги по квартплате.

в холл и сообщили, что покажут двух мальчиков и одну девочку, которые должны нам подойти.

Начали с мальчика, которого представили "папиным сыном" (то есть он мой сын, а я его папа). Я не сразу понял, о каком сыне и отце идет речь. Позже до меня дошло, что мальчик, которого нам хотят показать, похож на меня, а я, стало быть, уже его папа. Заходим в группу... Я не вижу лиц детей, одни только глаза, которые впиваются в тебя, и ты ощущаешь свою вину за все возможности, которые есть у тебя, но не достались этим крохам.

Жена держит меня за руку, размазывая слезы, которые уже не пытается скрывать. Веселые воспитатели выкатили на ходунках мальчонку, того самого "папиного сына". Смотрю на него и не могу понять: а где же я? Рыжеватые волосики, кругленькое личико. Ну разве что карие глазки. Он посмотрел на меня и попятился.

Слышу возгласы с требованием взять ребенка на руки. Подхожу и пытаюсь взять мальчика, а он в слезы. Нет, думаю, не мой. Ничего внутри не екнуло, расплакался, к тому же на меня не похож. Больше в группу нас не водили; остальных, мальчика и девочку, вывели к нам в холл. С трудом сдерживая слезы, улыбаемся детям, но понимаем, что мы не сможем "перебирать" детей.

Думаю, что правильнее начинать знакомство с ребенком с его медицинской карточки. В этом случае выбор будет идти на уровне анкетных и медицинских данных, и легче определить, с каким ребенком вы хотите встретиться. Не считайте себя бездушным, если изначально вам в ребенке что-то не нравится: внешность, анкета или что-то другое. Не уговаривайте себя не обращать на это внимание. Помните, что следует трезво оценивать свои поступки. Не скрывайте друг от друга свои сомнения. Лучше разрешить их до принятия решения об усыновлении. Совершенно нормально, если вы решите провести независимое медицинское обследование ребенка это не безжалостный критерий отбора, это возможность прежде всего оценить свои силы.

Вернулись домой. Не зная, как подобрать слова, выдавливаю из себя: "Тебе кто понравился?" Поплавав, жена сказала, что ей понравился Илья. Так звали мальчика, которого нам показали первым. На следующий день идем к Илье в гости. В группе нас "обрадовали": ребенок заболел и находится в изоляторе. Идем в изолятор. Персонал приветлив, согласились вынести мальчика к нам в "предбанник".

Я взял на руки эту кроху, прижал к себе... И

Если не выделить заранее долю сироты в оплате ЖКУ, может возникнуть крайне неприятная ситуация. Например, кроме ребенка в квартире зарегистрированы его дядя и тетя. Они не платили за квартиру годами. Управляющая компания идет в суд, без труда получает судебный приказ и отдает его приставам. А те предъявляют документ ко всем проживающим на проблемных квадратных метрах солидарно – то есть ко всем сразу и одновременно. У кого есть деньги на счету, с того и спрос. Как правило они есть именно у ребенка, который получал социальные выплаты и пенсию. По закону на такие выплаты взыскание наложить нельзя. Но эти деньги не «окрашены». Пристав не видит, что это за деньги. Конечно, потом можно сделать поворот исполнения и отбить неправомерно списанные со счета сироты средства, но это требует колоссальных усилий и определенных знаний. Кто-то этим занимается, но многие ребята не знают юридических тонкостей и расплачиваются за долги родственников.

- Процедура такая: выделяем долю, до 18 лет ничего не платим, после 18 лет платим только свою долю. Если у управляющей компании есть какие-то вопросы, пусть она предъявляет иск к законному представителю в суд. Органы опеки не должны выступать лоббистами интересов коммунальщиков. Они должны понимать, что все деньги ребенка он должен тратить на свое развитие и свои потребности, а не на погашение аппетитов управляющих компаний.

«Недостойное наследство»

Как говорят юристы, систематически возникает тема принятия наследства детьми-сиротами. Специалисты стоят на том, что далеко не всякое наследство вообще надо принимать. У органов опеки в корне иная установка: есть наследство – надо вступать. Эксперты же советуют приемным родителям и опекунам прежде всего посмотреть, что именно оставил наследодатель. Если долгов в таком наследстве больше, чем реального имущества, лучше отказаться. Или, например, если наследственная квартира или дом в полуразрушенном состоянии. Такой «подарок» сослужит ребенку плохую службу. Во-первых, придется платить налоги. Во-вторых, вкладывать бешеные деньги в ремонт. В третьих, ребенок лишится возможности попасть в список на

понял, что никогда его не оставлю. Пусть он будет рыжий и круглолицый, пусть он неохотно идет ко мне это мой сын, а я его отец.

Решение было принято. Осталось выполнить формальности. Самой большой проблемой оказалось отсутствие отказа матери от своего ребенка. Нет смысла описывать, как я нашел адрес биомамы. Однако в процессе этого поиска я понял одно: в нашей стране (думаю, и в большинстве бывших республик СССР) напрочь отсутствует понятие "конфиденциальность", поэтому "тайна усыновления" понятие эфемерное. Этот вывод укрепил меня в решении не скрывать факт усыновления от своего сына.

Потом состоялась встреча с биомамой. Что вам сказать... Никогда не встречайтесь с биородителями, если в этом нет необходимости. Когда ничего не известно о родителях ребенка, которого усыновляете, можно придумать себе любую легенду, в которую сами же и поверите. Но когда "правда жизни" возникает перед твоими глазами... Лучше этого не знать. Но отказ от биоматери я получил, заседание об усыновлении прошло быстро. К тому моменту мы каждый день навещали своего сына.

В конце концов наступил день, когда мы пришли забирать его домой. Трудно передать свои ощущения. Входим в группу, а он первый раз за все время сам пошел ко мне и протянул свои ручки. Ошарашенные воспитатели рассказали, что он целый день тянул их к двери, стремясь узнать, пришли мы или нет. Попытались его забрать для того, чтобы переодеть, а он в слезы. Кое-как одели.

Выходим с ним на улицу. Чувствую, как он ухватился за меня, и вспоминаю (нам говорили), что группа, в которой находился наш сын, все ребяташки до года, никогда еще не была на улице.

Добрались домой, вышли из машины под взглядами соседей и поняли, что в ближайшее время будем объектом пристального внимания всего дома.

Я считаю, что нет смысла скрывать факт усыновления. Не каждый решится коренным образом изменить свою жизнь: поменять место жительства, работу и окружение для того, чтобы сохранить все в тайне. Намного проще сообщить всем "желающим докопаться до истины", что ребенок до этого жил не с вами, но теперь вы вместе. Умный поймет, а дурак так и будет гадать ваш это ребенок или нет. Будьте готовы к тому, что первые недели, месяцы совместного проживания покажутся вам, мягко говоря, дискомфортными. Например, у нас было

получение бесплатного жилья от государства. Ведь жилье-то у него вроде как есть. Даром что жить в нем невозможно.

В такую ситуацию попал 23-летний студент института машиностроения из Владимирской области Владислав Цвелев. Его дело дошло до Верховного суда. Юноша стал сиротой при живой матери – женщину лишили родительских прав. До этого она продала свою квартиру в Москве и купила жилье в Гусь-Хрустальном. Недвижимость дама оформила в собственность пополам с сыном. Из-за пьянства родительницы мальчик попал сначала в детдом, а потом в приемную семью. После смерти матери парень оказался бы полноправным хозяином квартиры. Но, во-первых, она была совершенно непригодна для жизни. Двери кто-то успел вынести, окна разбиты, проводка срезана. Даже напольные доски стали уловом мародеров. Кроме того, в жилище произошел пожар. А во-вторых, горемать за жизнь успела накопить солидный долг по квартплате. Молодой человек в наследство решил не вступать. Вместо этого он пошел в местную жилищную комиссию с просьбой провести обследование квартиры и выделить ему бесплатное жилье от государства как сироте. Комиссия побывала на пепелище и вынесла весьма странный вердикт:

«Заключением межведомственной комиссии от 24 марта 2017 года факт непригодности жилого помещения для проживания не установлен, а сделан вывод о необходимости капитального ремонта в квартире», - цитирует выводы чиновников Верховный суд в своем определении.

Все суды, кроме Верховного, сирота проиграл. Только в последней инстанции смог доказать, что жить в разрушенной квартире невозможно.

- Органы опеки исходят из одного посыла: если это наследство, то в него обязательно нужно вступать, - сетует Алексей Головань, - Но когда опекуны спрашивают, как быть — вступать или нет, если это полуразрушенный дом или маленькая доля в квартире - я говорю: «Если я вам под окно подгоню десять разбитых машин и скажу, что это вам подарок, оно вам надо будет? Эта машины будут все ваши, но вы ими не сможете пользоваться и не будете знать, как от них избавиться. Вам придется за них платить налоги, и даже если захотите утилизировать,

впечатление, что мы живем параллельно с окружающим миром. Привычный уклад жизни не просто изменился, мы стали жить другой жизнью. Проза усыновления оказалась намного жестче, чем предполагалось. Дело в том, что проживание с ребенком с момента его рождения дает большие возможности родителям понимать его потребности: когда он хочет есть, когда у него болит животик... А тут у вас появляется ребенок, которого вы на первых порах не понимаете, а он не понимает вас.

Представьте себе, что вы попали не просто в незнакомое общество, а в другой мир, где живут неизвестные вам существа (я имею в виду мужчин, которых ребенок, как правило, в детском доме не видел), которых вы не можете понять. А эти существа все прибывают и прибывают, все разные, и их так много (это о родственниках и друзьях, которые считают своим долгом прийти к вам в первые дни вашей совместной жизни). Думаю, что именно так оценивает ребенок те изменения, которые произошли в его жизни. При этом родители изо всех сил пытаются гостям доказать, что их ребенок умный и сообразительный.

Оставьте ребенка в покое! У него и так стрессовая ситуация. Он поменял привычное окружение, куда-то исчезли мамы (так в детском доме зовут всех воспитателей); еда не такая, к которой он привык; кровать не такая и не так стоит... Можете представить состояние ребенка?

Да простят меня сторонники Спока, но вот мой совет семье, в которой появился усыновленный ребенок: не читайте и не следуйте рекомендациям этого уважаемого доктора. Я со стыдом вспоминаю одну из первых ночей, когда слушал рыдания Илюши и изо всех сил сдерживался, чтобы не подойти к нему и не погладить по голове. Ведь он должен был понять, что ему надо спать отдельно, у него есть отдельная комната и своя кровать! Все это несусветная глупость. Ребенок хочет ласки. Ребенок должен ощущать ваше тепло, тепло вашего тела, тепло вашего сердца. Он должен понимать, что вы находитесь рядом с ним!

Прошло больше года, как мы усыновили Илью. И мне уже было трудно поверить, что мы могли не встретить нашего сына и меня никто не назвал бы "папой". Я понял, что нашел смысл жизни. Я живу для того, чтобы у меня были дети. Я хочу, чтобы у меня было много детей. Если у нас будут свои дети, это будет прекрасно. Если не будут своих детей, то у нас все равно будут дети, которые придут в нашу семью, пусть и не традиционным путем, и будут нашими детьми. Так появилась мысль о втором ребенке.

тоже придется заплатить.

«Без бумажки ты букашка»

Еще одна серьезная проблема на пути детей-сирот и приемных семей – выплата ребенку региональных пособий.

- Часто опека в Москве и Подмосковье отказывают, так как эта выплата предоставляется детям, местом жительства которых является соответствующий регион. А ребенок тут зарегистрирован временно, значит не положено.

Специалисты по защите прав детей-сирот подчеркивают: все выплаты и гарантии детям привязаны не к регистрации, а к месту его фактического жительства. Если ребенок стоит на учете в органе опеки в определенном регионе, то ему положены все выплаты именно в этом регионе. Регистрация не может являться основанием для ограничения или реализации прав граждан. Но чтобы это доказать, приемным родителям приходится дойти до суда. Причем далеко не всегда их позиция находит поддержку в первой инстанции. Вот стандартная мотивировка в отказных решениях:

«Суд, отказывая прокурору в иске, исходил из того обстоятельства, что указанные дети не имеют постоянной регистрации по месту проживания, а значит не могут пользоваться мерами социальной поддержки на территории Московской области», - сказано в апелляционном определении Мособлсуда, которым отменялось решение Подольского городского суда. В том деле прокурор встал на защиту четверых детей-инвалидов из Санкт-Петербурга, взятых в подмосковную приемную семью. Местные чиновники отказались начислять ребятам региональные выплаты из-за отсутствия у них постоянной регистрации.

Как отмечают юристы, место жительства подопечных детей определяется местом жительства их законных представителей и тем, какой орган опеки в отношении этого ребенка исполняет свои полномочия. Это правило неоднократно повторял в своих решениях и обзорах Верховный суд. Как только ребенка поставили на учет, с этого момента местом жительства ребенка считается тот населенный пункт, где он стоит на учете. Выплаты в таком

"Ты представляешь, что такое двое маленьких детей? Вы с одним-то как натерпелись! Пожили бы в свое удовольствие!" Сколько подобных советов я услышал!

Наверное, действительно можно было бы пожить в "свое удовольствие". Не хочу! Когда-то наивно считал, что сначала необходимо достичь какого-то уровня благосостояния, а вот потом жизнь изменится и будет счастье. Определенного уровня достиг, но ощущения счастья не появилось. Ежегодная смена автомобиля не только не приблизила к счастью, а наоборот дала возможность окончательно убедиться в том, что для меня материальные блага давно перестали быть главными в жизни. Если есть желание иметь детей, то существование без них становится бессмысленным.

Поздравляем!



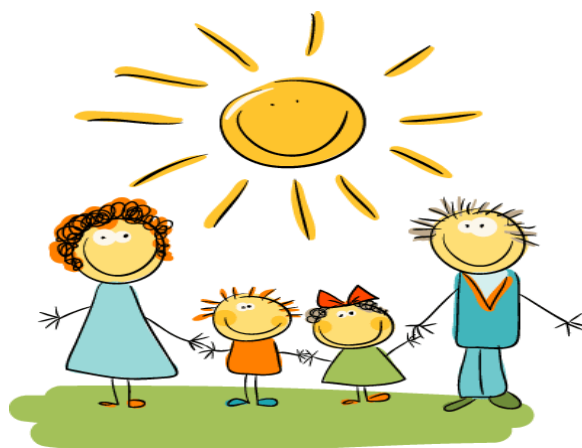
С Международным женским днем
И с праздником весны прекрасным!
Пусть вместе с ним наполнят дом
Здоровье и любовь, и счастье!

Как распускаются цветы,
Мечты пусть в сердце расцветают,
Все исполняется всегда,
Что только женщина желает!

случае должны начисляться ребенку либо с момента смерти его родителей, либо с момента постановки на учет в орган опеки. Но на практике далеко не все так однозначно. Часто дети по несколько лет не получают пособия из-за того, что местные органы власти считают, будто этих детей нет на их территории:

Хуже всего дела обстоят в детских домах. Детей, которым отказывают в выплатах из-за отсутствия регистрации, кормят и одевают сотрудники за свой счет. Чтобы свести риски для сирот к минимуму, специалисты по защите детей советуют приемным семьям уделять особое внимание имущественным правам своих подопечных. Не следует бояться угроз управляющих компаний. Не нужно слепо верить словам чиновников о том, что выплаты или жилье ребенку «не положены», а в наследство непременно нужно вступать. А в любой непонятной ситуации, когда решение проблемы не на поверхности, лучше обратиться за помощью к профильным юристам, которые досконально знают закон и судебную практику.

Материалы подготовлены с использованием гранта Президента Российской Федерации, предоставленного Фондом президентских грантов.



Советы психолога приемным родителям:

Подросткам. Почему я беру чужое...

Подумайте, почему вы это делаете.

Чтобы решить проблему, нужно сначала понять, что ее вызывает.

Вы крадете ради эмоционального удовольствия? Вы чувствуете изначальное напряжение, затем всплеск эмоций до и во время воровства и облегчение после? Появляется ли у вас потом чувство вины, стыда и угрызения совести? Если да, все это указывает на то, что у вас есть проблема с воровством.

Вы крадете, чтобы сбежать от себя? Во время кражи чувствуете ли вы себя другим(-ой), как будто это делаете не вы, а кто-то другой, или словно все происходит не с вами? Многим людям, которые столкнулись с проблемой воровства, знакомы эти ощущения.

Напишите о своих чувствах. Когда поймете, что заставляет вас воровать, попробуйте написать о своей потребности красть вещи. Не сдерживайте себя — пишите обо всем, что вы думаете или чувствуете.

Обязательно перечислите чувства (гнев, страх, грусть, одиночество, запуганность, незащищенность, уязвимость), которые вы испытываете в связи с потребностью воровать.

Проанализируйте последствия. Размышления о возможных последствиях вашего поведения помогут бороться с импульсивностью. Если вас почти поймали или поймали (или даже несколько раз), напишите об этом. Также напишите, какие чувства преследовали вас из-за этого (например, стыд, вина) и что вы делаете, чтобы бороться с этими чувствами, с угрызениями совести или с недовольством собой (к примеру, злоупотребляете алкоголем, причиняете себе физический вред, уничтожаете украденные вещи и прочие деструктивные действия).

Если вас поймали, насколько сильны были эти чувства? Почему вам кажется, что даже вероятность попасться не пересиливает потребность воровать? Напишите обо всем этом.

Узнайте, какие есть варианты лечения. Как правило, в случаях воровства используются следующие методы: когнитивно-поведенческая терапия, диалектическая поведенческая терапия, психодинамическая терапия и групповая терапия/двенадцати шаговые программы. Можно изучить эти методы психотерапии самостоятельно и попробовать оказать себе помощь. К примеру, когнитивно-поведенческая терапия предполагает изменение образа мышления для корректировки чувств и привычек.

Научите себя мыслить иначе. Когда вы осознаете, какие мысли толкают вас на воровство, попробуйте научить себя другим мыслям. Важно будет уделить внимание негативным мыслям, которые провоцируют воровство, и активно менять мыслительный процесс в текущем моменте. Например, если вы думаете, что очень хотите это кольцо, поэтому вам нужно его украсть, подумайте так: «Я очень хочу это кольцо, но воровать неправильно, поэтому я просто постараюсь накопить на него деньги».

Поразмышляйте о своей жизни более широко. Когда вы поймете, что заставляет вас воровать и что вы намерены с этим делать, подумайте, что вы делали и куда это может вас привести. Важно выделить время на размышления, поскольку не исключено, что вам кажется, что вашей жизни не хватает смысла или что вы не можете управлять какими-то ее аспектами.

Для некоторых людей воровство является своеобразным пассивным протестом против ситуаций, которые заставляют их чувствовать себя бессильными. Если вы постараетесь увидеть всю картину, вам будет проще начать работать над *своими* целями и ограничивать поведение, которое мешает вам прийти к этим целям.

Будьте готовы чаще заявлять о себе и своих целях. Если вы не можете постоять за себя или чувствуете, что вас постоянно игнорируют, задевают или обижают, воровство может быть вашим способом отомстить людям, которые, как вам кажется, причинили вам боль или игнорируют вас. Возможно, с помощью воровства вы просто успокаиваете свои чувства. К сожалению, если вы не будете вести себя решительнее и не будете ценить себя, а будете компенсировать все это воровством, вы будете рисковать своим будущим, а действия других людей могут заставить вас причинять себе еще больше вреда. Напоминайте себе, что вы мстите

только *себе*. Даже если вы и расстроите людей, которых вы любите, вы не накажете их. Вы накажете себя.

Приведите план в действие. Чтобы остановить импульсивное поведение, перед каждым действием вам нужно будет говорить с собой. Попробуйте делать так:

1.**Остановитесь.** Не поддавайтесь импульсу, а сразу же остановите себя.

2.**Сделайте вдох.** Постоите спокойно и подышите.

3.**Понаблюдайте.** Подумайте, что происходит. Что вы чувствуете? О чем вы думаете? На что вы реагируете

4.**Отстранитесь.** Постарайтесь посмотреть на ситуацию объективно. Можно ли посмотреть на ситуацию как-то иначе? Представьте, что наступил момент после кражи. Вы держите вещь в руках, думаете, что с ней делать и как побороть чувство вины.

5.**Сделайте что-нибудь полезное.** Решите, что вы сделаете вместо кражи. Придумайте действие, которым вы сможете заменять воровство. Например, можно рассказывать себе о том, кто вы и каковы ваши принципы, напоминать себе о том, что вы хороший и уважаемый человек, применять техники успокоения, представлять спокойные сцены и места, чтобы замедлить сердцебиение и снять напряжение.

Продолжайте наблюдать за своим поведением. Когда вы научитесь перебарывать импульсы и станете воровать меньше либо вовсе прекратите делать это, вам нужно будет постоянно перечитывать свой план и вносить изменения в него.

1.Обратитесь к настоящему. Ежедневно фиксируйте свои порывы к воровству, если они есть. Как и ранее, пишите о своих чувствах и оценивайте степень желания.

2.Пишите не только о сложностях. Фиксируйте свои достижения, вещи, которыми вы гордитесь, и вещи, за которые вы благодарны. Постарайтесь сделать все это основной темой своего дневника со временем, чтобы вам было проще поддерживать самооценку на высоком уровне.

Как найти альтернативу воровству.

Будьте активны ,отвлекайте себя. Если с помощью воровства вы заполняете в жизни какую-то дыру, наполните жизнь самыми разными занятиями. Начните заниматься спортом, придумайте себе хобби или станьте волонтером. Это поможет вам повысить самооценку, даст вам новые силы и избавит от скуки. Вы перестанете воровать из-за безделья или ощущения отсутствия цели в жизни.

Найдите работу, попросите о повышении зарплаты или увеличения суммы карманных денег, пересмотрите свой бюджет. Если вы крадете из-за острой необходимости или нужды, а также под воздействием эмоциональных триггеров, постоянный и надежный источник дохода может ослабить желание или потребность воровать. Кроме того, защищенность и определенный порядок, который дает работа (если ее у вас нет), может восстановить чувство ответственности и повысить самооценку, с которыми у вас могут быть проблемы.

Советы.

1.Если вы не можете позволить себе какую-то вещь, но очень ее хотите, попробуйте поискать ее на блошином рынке. Возможно, если вы возьмете у кого-нибудь эту вещь на время, это поможет вам перебороть желание иметь собственную.

2.Расскажите своему лучшему другу или подруге, либо членам семьи о своей проблеме. Они могут помочь вам полезным советом. Разговор о проблеме может помочь вам решить ее. Если вам кажется, что вы не сможете в полной мере раскрыться врачу, поговорите с близким родственником.

Предупреждения. Если вы решите вернуть украденные вещи, это может привести к административной ответственности. Если у вас есть возможность незаметно вернуть вещи, так и поступите (например, оставьте их перед дверью магазина до открытия или отправьте их по почте с извинениями).

Страничка новостей

В гостях у наших воспитанников побывали ребята из Молодёжного совета

ПАО "РУСАЛ Братск"

В гостях у наших воспитанников побывали ребята из Молодёжного совета ПАО "РУСАЛ Братск", который провел Мастер класс по изготовлению открыток.



Здоровье — это самое важное, что есть в жизни

Здоровье — это самое важное, что есть в жизни, главный подарок, который дарит природа человеку при рождении. Однако мы редко задумываемся об этой безусловной ценности, пока самочувствие не начнет подводить нас.

Всемирный день здоровья проводится ежегодно 7 апреля - именно в этот день в 1948 году было принято решение о создании Всемирной организации здравоохранения. Ежегодно всемирный день здоровья проходит под определенным лозунгом и имеет четкую тематику — пропаганду ЗОЖ.

Воспитанники нашего учреждения уже совершили путешествие в страну «здоровья», где прошли различные соревнования, состязания и информационные мероприятия. Ребята подготовили плакаты и буклеты.

Цель: познакомить детей с правилами здорового образа жизни, формировать убеждение о необходимости сохранения личного здоровья и ответственно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих.



Специалисты отделения сопровождения замещающих семей приняли участие в вебинаре

23.03.21г. Специалисты ОСЗС приняли участие в вебинаре "Субъективное благополучие приемных детей, воспитывающихся в замещающих семьях и воспитанников организаций для детей -сирот и детей, оставшихся без попечения родителей". В вебинаре были представлены результаты исследования критерии и показатели благополучия детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Представленный материал был интересным и доступным.



Советы социального педагога приемным родителям

Уважаемые родители!

В продолжение темы о Буллинге в школе рассмотрим такие актуальные вопросы:

❖ **Если ребёнок стал жертвой Буллинга, но не говорит об этом напрямую, как распознать что ваш ребёнок подвергается насилию в школе?**

Тревожными звоночками также станут изменения в поведении ребенка:

- потеря аппетита, нарушение сна, депрессия, беспричинные слёзы и эмоциональные всплески
- отказ ходить в школу, снижение успеваемости, резкое ухудшение состояния здоровья;
- отсутствие друзей и рассказов о них. Симптомом может быть и то, что ребёнок не ходит ни к кому в гости и не приглашает домой никого, у него часто пропадают вещи и деньги, которые он якобы теряет;
- бесконечные синяки, царапины, порезы, вывихи и прочие физические свидетельства, испачканная и порванная одежда.

Если вам кажется, что с ребёнком что-то происходит, а сам он на контакт не идет, справиться с ситуацией в одиночку вы не можете, стоит обратиться за помощью к психологу — пока без ребёнка, самому. Профессионал поможет выработать стратегии поведения в конкретной ситуации, обратив внимание на то, что, возможно, вы не замечали.

И, конечно же, необходимо поговорить с сыном или дочерью. К непростому разговору следует подготовиться. Психологи предлагают фразы, которые помогут начать диалог с ребёнком.

- *«Я тебе верю».* Это даст ребёнку понять, что вместе вы справитесь с проблемой.
 - *«Мне жаль, что с тобой это случилось».* Это сигнал, что вы разделяете его чувства.
 - *«Это не твоя вина».* Покажите ребёнку, что в этой ситуации он не одинок, многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания и агрессии.
 - *«Хорошо, что ты мне об этом сказал».* Докажите, что ребёнок правильно сделал, обратившись к вам.
 - *«Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».* Эта фраза позволит ощутить защиту и с надеждой посмотреть в будущее.
- ❖ **Как вести себя родителям, если ваш ребёнок - жертва буллинга?**

1. Заручитесь поддержкой классного руководителя и педагогов. Объясните им положение вещей и попытайтесь добраться до сути конфликта: возможно, учителям известно гораздо больше, чем вам, и они помогут пролить свет на природу и характер конфликта.

2. Пообщайтесь с родителями обидчика. Делать это лучше всего тет-а-тет, не вынося на всеобщее

обозрение: так шансы усугубить ситуацию значительно снижаются. Чтобы не быть голословным, соберите доказательства травли: диктофонные записи реальных угроз, оскорблений, скриншоты, подтверждающие кибербуллинг (посты, SMS, распечатки звонков сообщения в социальных сетях), свидетельств одноклассников, друзей - в ход можно пустить всё, любую мелочь, если только это поможет защитить ребёнка.

3. Если же есть реальная угроза жизни, здоровью или благополучию, то вместе со всеми собранными доказательствами нужно направиться к директору школы. Если на этом уровне разрешить конфликт не удастся - в правоохранительные органы по месту жительства.
4. Формируйте буферную зону. Помогите ребёнку укреплять уже имеющиеся связи и строить новые, заводить друзей, которые могли бы прийти ему на помощь в беде, встать на его сторону или хотя бы сообщить учителям и взрослым о том, что происходит в раздевалке, на школьном дворе или в туалете. Приглашайте в гости одноклассников ребёнка, устраивайте тематические вечеринки, праздники и мероприятия, предлагайте сыну/дочери записаться в ту же секцию, что и его друзья — общие интересы сблизят их ещё больше и помогут найти новых знакомых.
5. Если ситуация зашла слишком далеко и не помогают ни разговоры с родителями обидчика, ни другие методы — переводите своего ребёнка в другую школу. Безусловно, это стресс, однако гораздо меньший, чем ежедневная травля и унижения. Но постарайтесь облечь это в какую-нибудь отвлечённую форму, например, скажите, что смена школы связана с уникальной учебной программой и сильными учителями — таким образом, ребёнок не будет чувствовать себя побеждённым и вынужденным спасаться

бегством от проблем, а наоборот — способным, талантливым и умным, переходящим в школу для одарённых детей.

Возможно, вашему ребёнку понадобится курс занятий с психологом, чтобы минимизировать последствия школьного буллинга и научиться новым стратегиям поведения.

Задача родителей – не просто защитить и поддержать ребёнка, столкнувшегося с ситуацией травли, но и научить его правильному, здоровому общению с окружающими людьми. В повседневной жизни очень трудно избежать столкновения со злом, жестокостью и агрессией. Ребёнок должен научиться говорить «нет», не поддаваться на провокации и манипуляции товарищей, знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться самостоятельно, и быть уверенным, что родные не отмахнутся от него, а помогут и поддержат в трудную минуту.

Главная защита от буллинга - это родительская любовь и внимание, доверительное общение, эмоциональный контакт, умение открыто обсуждать возникающие каждодневные трудности ребёнка.



Информация о нас

Школа приемных родителей «Доверие»

Обучение в школе приемных родителей проводится по программе утвержденной приказом министерства социального развития, опеки и попечительства Иркутской области №191-мпр от 09.09.2013г., рассчитанной на 53 часа.

Режим работы Школы приемных родителей:

Понедельник-среда
с 18:00ч до 20:30ч

Обучение проводится в течении
2 месяцев

В Школе приемных родителей «Доверие» вы приобретете новые знания и навыки, необходимые для воспитания приемного ребенка. Вы сможете узнать о формах семейного устройства, как лучше подготовиться к первой встрече с ребенком, об особенностях воспитания приемных детей, как проходит процесс адаптации, с какими трудностями вы можете столкнуться и как с ними справиться.

По окончании школы приемных родителей кандидатам выдаются свидетельства о прохождении школы, которое действует на всей территории России и является бессрочным.

В школе обеспечивается индивидуальный подход к каждому кандидату в приемные родители

С Вами будут работать следующие специалисты:

Заведующий отделением:

Сенотрусова Рина Насимовна

Педагог – психолог: **Морозова Татьяна Ивановна**

Педагог – психолог: **Мельникова Людмила Анатольевна**

Социальный педагог: **Доробалова Светлана Викторовна**

ВСЕ УСЛУГИ ПО ОБУЧЕНИЮ В НАШЕЙ ШКОЛЕ ПРИЕМНЫХ РОДИТЕЛЕЙ ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ БЕСПЛАТНО.

Мы ждём Вас на наших занятиях!



Если Вы столкнулись с проблемами воспитания, с трудным поведением вашего ребенка, обращайтесь в отделение сопровождения замещающих семей!

Что значит сопровождать? Проходить с кем либо часть его пути в качестве провожатого!

Специалисты отделения замещающих семей готовы:

Помочь преодолеть сложности адаптации приемных детей в замещающих семьях;

- ✓ Оказать социально-педагогическую и социально-психологическую поддержку и помощь в сложных жизненных ситуациях, возникающих в замещающих семьях;
- ✓ Проконсультировать по вопросам возрастного развития опекаемых детей;
- ✓ Помочь решить проблемы взаимоотношений детей и замещающих родителей;
- ✓ Оказать услуги по повышению компетентности замещающих родителей, через приглашение на индивидуальные и групповые занятия для опекунов, попечителей и приемных родителей.

В отделении сопровождения замещающих семей, работают специалисты, имеющие многолетний стаж и специальное образование.

Мы рады Вам помочь!

Ждем Вас по адресу:

665712, г. Братск, ул. Набережная, 1а
тел/факс 8(3953)37-10-61

Электронная почта:

detdom.bratsk@rambler.ru

Более подробную информацию Вы можете получить по телефону:
8 (3953)37-10-60

