



# Създаване на сигурна база у приемното дете

## КАРТА ЗА ОЦЕНКА

НА СИГУРНАТА БАЗА ЗА ПРИЕМНИ РОДИТЕЛИ И ТЕХНИТЕ МЕНЪДЖЪРИ/СУПЕРВАЙЗОРИ.

ПРАКТИЧЕСКИ ИНСТРУМЕНТ ЗА РАЗВИВАНЕ НА КАЧЕСТВОТО НА ГРИЖИТЕ

- **ПРОИЗХОД И СРЕДА НА ДЕТЕТО**  
Колко трудна би могла да бъде нашата задача?
- **ОПРЕДЕЛЯНЕ НА ЦЕЛИТЕ**  
Определяне на ресурсите Ви и областите, подлежащи на подобряване.
- **ДИАЛОГ**  
Между приемните **родители** и супервайзора, социалния работник или други лица, които участват в приемната грижа.
- **ПЛАНИРАНЕ НА РАБОТАТА**  
Конкретизиране на точките за подобряване на вашите социални отношения ден по ден.



## Добре дошли! Тази карта за оценка е инструмент, предназначен за работата ви като приемни родители

Тази карта за оценка може много да подпомогне работата ви. Като приемни родители вие сте най-важната личност в живота на приемното дете. Тази карта за оценка ще подпомогне съвместната ви работа с вашия супервайзор. Това е инструмент, чрез който се анализира социалната мрежа на приемното семейство, служещ за определяне на областите за подобрене и доброто им обсъждане, и в крайна сметка се изработва системен план за подобряването на това, което вече сте направили. Малките промени могат да доведат до големи подобрения.

Картата може също да ви помогне да решите коя сесия от Fair Start е най-полезна за вас.

## ВАШИЯТ ДОМ Е ВАШЕТО РАБОТНО МЯСТО - ПОДОБРЕТЕ ГО!

Когато станете приемни родители, вашият дом се превръща в работно място. Вече не сте просто майка, а приемен родител - служител, който работи у дома и променя дома си, за да осигури сигурна база за приемното дете.

Работата на приемния родител зависи от много социални взаимодействия: хората, които ви осигуряват работа, вашата съпруга/съпруг, вашите контакти с биологичните родители. Възможно е да имате собствено дете, съседни приятели и роднини, както е възможно приемното дете да има отношения с други деца на улицата или в училище.

Качеството на изброените отношения изгражда рамката и платформата на вашата работа:

Така че, за да подобрите вашата работа и да решите върху какво да се съсредоточите, вие трябва разбира се да подобрите работното си място. Ако се чувствате сигурен и спокоен в социалната си среда, това ще ви направи по-силен и вие ще станете по-добър приемен родител.

## Това ще ви помогне да планирате работата си и да изградите добра среда за детето

Моля ви, отговорете на следните въпроси относно отношенията ви с детето – дали са добри, много добри или по средата. Когато привършите ще имате добър поглед върху вашите взаимоотношения.

Можете да помолите съпругата/съпруга си да отговори на същите въпроси. Може би тя/той има различен поглед и добри предложения. Можете да помолите за същото някой добър приятел, който ви познава добре.

Ако имате редовни срещи и телефонни разговори със супервайзора или социалния работник на



приемното ви дете, можете да обсъдите резултатите от картата за оценка, като обсъдите подобренията и решенията на проблемните области.

Когато приключите с изчисляването на резултатите от картата, можете да ги използвате за изготвянето на работен план:

Как ще използвате тази обучителна програма за подобряване на най-важните сфери от вашите взаимоотношения. Ако ръководителя на приемното семейство или супервайзора ви посещават, обсъдете резултатите и плановете си и ги помелете за предложения.

## Колко изискваща е в случая приемната грижа?

**Какво можете като цяло да очаквате, когато получавате дете за приемна грижа и как съответно гледате на професионалната си задача? Тази страница може да ви помогне намерите отговорите.**

Първо, бихме искали да обърнем внимание на детето, за което се грижите, да разберем до колко приемната грижа е лесна задача или трудна, ако детето има много проблеми. Вашите отговори на въпросите (стр. 5 и 6) са основна изходна информация и не са резултат от картата за оценка.

## Относно вашето приемно дете: възраст и история - вашата задача и очаквания

**Моля отбележете с „х” една от трите възможности:**

A. Когато приехме детето то беше между 0 и 3 години.

A \_\_\_\_

Или:

B. Когато приехме детето то беше между 4 и 10 години.

B \_\_\_\_

Или:

C. Когато приехме детето, то беше вече тийнейджър.

C \_\_\_\_



## Защо е важно това?

Съществуват някои основни очаквания, произлизащи от възрастта на детето, когато е поставено за първи път в условията на приемна грижа. Тези очаквания могат да ви помогнат да определите професионалните си задачи като приемен родител. Те са общи и не се отнасят задължително до вашия конкретен случай.

### **А:**

Ако приемете дете *преди да е навършило три години*, то често ще разрешава проблемните ситуации активирайки системата на привързаност в търсене на сигурност и подкрепа, както би направило и спрямо биологичните си родители. Колкото по-малко е детето, за което се грижите, толкова по-голяма е вероятността да се привържете към него, а то към вас като към родител.

В този случай професионалната ви задача е *да отглеждате приемното дете като ваше собствено*.

За биологичните родители доброволната или принудителна раздяла с детето е обикновено много трудна. Трябва да разберете чувствата на децата, които могат да варират от ревност до гняв.

### **В:**

Ако станете приемен родител на *проходящо или по-голямо дете*, то вече ще се е привързало към биологичните си родители и ще заживее с представата, че има *две много различни семейства*. Вероятно след няколко години детето ще се привърже към вас, но е възможно да остане чувството за отхвърляне, съпроводено с поведенчески проблеми или проблеми поради липса на ранна грижа. *Трябва да бъдете отворени към факта, че в представите на детето то „има две семейства“ и да бъдете подготвени за трудности* – то може да се развива по-бавно, затова бъдете търпеливи.

### **С:**

Ако приемате дете *преди или на юношеска възраст*, трябва да осъзнаете, че това дете вече е имало продължителна и разочароваща история на разрушени взаимоотношения. Възможно е да има множество персистиращи проблеми, които ще се активират от всеки опит близост от приемния родител. *Можете да гледате на себе си като на практичен родител*, който подпомага функционирането на едно малко дете, включително изграждането на дневен режим, учене, грижа за себе си (готвене, чистене, грижа за облеклото, подготвянето на домашните, посещаване на училище). Добра стратегия е винаги да сте естествен, мил, строг до определени граници, и винаги да сте готов да говорите и да обяснявате. Съсредоточете се върху подпомагането на младия човек в подготовката му за практическите неща от живота, така че да се справя самостоятелно след приключване на приемната грижа. Обяснете му, че това е вашата съвместна задача и смисъл от общото ви съжителство.



### Други настанявания на приемното дете преди да го приемете вие.

Моля отбележете с „х“ една от трите възможности:

- A. Това е първият път, в който детето е настанено за приемна грижа.  
A \_\_\_\_
- B. Това е вторият път, в който детето е настанено при приемни родители.  
B \_\_\_\_
- C. Това е третият път, в който детето е настанено при приемни родители.  
C \_\_\_\_

### Защо това е важно?

Изследванията и натрупаният опит показват, че от проблемите, появяващи се при приемните деца, особено през първите години на живота им, най-чести са проблемите с изграждане на доверие към приемните родители и другите, активирането на системата на привързаност, и ученето от дългосрочни взаимоотношения. Така че, ако настаняването е първото за детето (извън биологичните му родители), можете да очаквате един по-добър ход на неговото развитие.

Ако детето е преживявало чести смени на обгрижващите го фигури, ранна липса на обич и грижа, или и двете, трябва да се пригответе за поведенчески и обучителни затруднения и да разберете, че си имате работа с дете или млад човек, който по някакъв начин изостава в своето развитие. Може да са му необходими много грижи и помощ, за да функционира през годините.

### Биологичните родители и отношението им към приемното семейство

Ако имате информация за биологичните родители на детето:

- A. Родителят (ите) обича своето дете, но му се е наложило да го остави. Нещо се е случило, което му е попречило да се грижи за това дете (смърт, злополука, бедност, детето е извънбрачно и т.н.)
- B. Родителите са зависими към наркотици или алкохол, имат тежко психично заболяване или водят изключително хаотичен живот.
- C. Или: по някакви други причини те никога не са били в състояние да бъдат отговорни родители и да се грижат за детето си.



## Защо това е важно?

Изследванията показват, че децата на нормални родители (които са били принудени от обстоятелствата да позволят на друг да се грижи за детето им) имат по-добро развитие в приемни семейства. Нормалните родители са по-склонни да приемат приемното семейство и да си сътрудничат, а детето се развива по-добре в приемното семейство, защото са се грижили добре за него още от самото му раждане.

Децата на проблемни родители проявяват повече затруднения (увреждане на мозъка от злоупотреба с алкохол по време на бременността) от липсата на ранни грижи. Дисфункционалните семейства често затрудняват сътрудничеството с приемното семейство.

Колко можете да направите като приемни родители също зависи и от това колко добре биологичните родители са се справяли с техния собствен живот преди детето да бъде настанено при вас.

Вижте вашите резултати. Ако сте отбелязали три пъти "А", вероятно ще съумеете успешно да приобщите детето в семейството и то ще се развива нормално. Ако се отговорили три пъти "С", трябва да осъзнаете, че това вероятно ще бъде за вас една много предизвикателна задача. В този случай трябва да се очаква забавено развитие, затова ако е възможно трябва да получите професионална подкрепа и супервизия. Ако това не е възможно, можете да се опитате да се свържете с други приемни семейства, колеги или приятели, така че да имате с кого да разговаряте за това какво е да бъдеш приемен родител. Това ще ви бъде от помощ.



## Вашите мисли за детето и очакванията ви

Моля, напишете вашите мисли след като сте отговорили на тези твърдения:

Моите мисли: това дете има ли много тежка история или е здраво?

---

---

---

---

---

---

Моите мисли: Трябва ли да очаквам нормално развитие или трябва да бъде много търпелив?

---

---

---

---

---

---

## След този преглед на историята на детето:

По-нататък можете да попълните картата за оценка, да помислите върху резултатите и да планирате вашите



## Взаимоотношения в мрежата като приемно семейство

След като помислите за детето, за което се грижите и върху вашата основна роля като приемен родител, следващите въпроси ще ви помогнат да направите карта на социалните ви взаимоотношения.

Изследванията показват, че социалната мрежа от приемни родители (размер и качество) е много важна за това как се развиват приемните родители, както и за това до колко добре се развива самото приемно дете. Затова, когато отговорите на тези въпроси, можете да помислите и да обсъдите идеи за това как да се подобрят социалните ви отношения - този учебен процес ще ви направи по-балансиран като приемен родител, както и по-спокойни и щастливи.

**Моля, използвайте тази скала, за да отговорите на следващите въпроси:**

### Как да попълните картата:

Когато правите даден избор трябва да бъдете реалистични и искрени - картата е за ваша лична употреба.

За всяко твърдение можете да дадете точки от 0 до 6.

- 0 означава *"никога / никои"*
- 1 означава *"почти никога / много малко"*
- 2 означава *"Не се случва често / няколко"*
- 3 означава *"понякога / някои",*
- 4 означава *"обикновено / повечето",*
- 5 означава *"почти винаги / по-голямата част"*
- 6 означава *"винаги / всички / напълно"*
- X означава *"не знам" или "Аз нямам такива взаимоотношения"*





Това са твърденията:

### Отношенията между приемния родител и работодателя.

1. Ние познаваме социалния работник на детето и се срещаме или говорим с него/ нея понякога за детето. Знаем какво се очаква от нас в нашата работа.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

2. Имаме ръководител или супервайзор, с когото се срещаме или разговаряме понякога. Обсъждаме полезни неща с него относно нашата работа.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

3. Ние сме изградили добри взаимоотношения с професионалисти, с които можем да разговаряме, когато имаме нужда от съвет.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

4. Професионалистите, които са ангажирани с нашия случай са съгласни относно нашите задължения и това как си вършим работата

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

5. Понякога се срещаме с други приемни семейства, говорим за нашите деца и се подкрепяме взаимно.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

### Вашите мисли и разсъждения

Моля, запишете какво мислите по следните въпроси, след като сте оценили твърденията с точка от 1 до 5:

**Моите / Нашите мисли за отношенията ни с нашите работодатели:**

---

---



---

---

---

---

**Моите / Нашите мисли за това как аз / ние можем да подобрим това, ако е възможно:**

---

---

---

---

---

---

## Отношенията в приемното семейство и връзки с биологичните родители

6. Взаимоотношенията с моя съпруг (а) са добри. Ако имаме проблеми, можем да говорим за тях и да ги разрешим. Моят съпруг (а) ме подкрепя в ролята ми на приемен родител.

(Или ако става въпрос за един, необвързан приемен родител: Това, че съм приемен родител осмисля живота ми. Имам приятели и семейство, с които мога да разговорям.)

**Оценка: \_\_\_\_\_ точки**

7. Имам опит като приемен родител и се чувствам сигурен за начина, по който работя с детето. Дори когато се съмнявам относно нещо, пак съм сигурен, че ще намерим начин.

**Оценка: \_\_\_\_\_ точки**

8. Нашите собствени деца разбират това, което правим и приемат детето, на което сме приемни родители. Те се отнасят с него / нея като с брат или сестра.

**Оценка: \_\_\_\_\_ точки (дайте «3» точки, ако нямате деца или те живеят на друго място)**

9. Ние говорим открито с нашите приятели, роднини, съседни и училище за детето, на което сме приемни родители. Затова и детето следователно знае, че приемната грижа не е нещо срамно и унижително.

**Оценка: \_\_\_\_\_ точки**



10. Биологичните родители приемат необходимостта тяхното дете да живее с нас. Те не ревнуват от нас и ни сътрудничат. Можем да разговаряме с тях по един добър начин.

**Оценка:** \_\_\_\_\_ **точки** (Напишете «3» точки, ако не сте в контакт с някой от биологичните родители)

11. Разговаряйки с детето за неговите родители, ние говорим за тях по уважителен и позитивен начин, дори когато виждаме, че за родителя е трудно или невъзможно да се грижи за детето си, или ако въобще нямаме контакт с тях.

**Оценка:** \_\_\_\_\_ **точки**

12. Ние говорим открито с детето за трудностите на това да имаш "две семейства едновременно" - например, ако детето копнее за неговите родители или се чувства изоставено. Приехме факта, че приемното дете е "споделено дете".

**Оценка:** \_\_\_\_\_ **точки**

## Вашите мисли и разсъждения

Моля, запишете какво мислите след като сте оценили твърденията с точки от 5 до 12:

**Моите/Нашите мисли относно това взаимно да се подкрепяме в нашето семейство, така че да се справяме добре като приемни родители:**

---

---

---

---

---

---

**Моите / Нашите мисли относно сътрудничеството с биологичното семейство. Мислите ви относно това да бъдете открити към детето за приемната грижа като нещо естествено:**

---

---

---

---

---

---



## Начинът, по който се грижите за детето

13. Моето поведение към детето е предвидимо през деня. Действам по *съгласуван* начин спрямо детето. Аз не действам импулсивно или не променям внезапно своите планове без предварително да съм подготвил (а) детето за промяна.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

14. *Внимателен* (на) съм спрямо начина, по който си сътруднича с детето. Когато искам детето да изпълнява ежедневните задачи не го укорявам или задължавам. Гъвкав (-а) съм в начина, по който отправям моите изисквания, когато детето е нещастно, депресирано, ядосано или агресивно. Съобразявам своите изисквания с емоционалното състояние на детето.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

15. Винаги съм *достъпен* (а) за детето, когато то се нуждае от утеха, разговор или защита. Не му се налага да чака дълго за помощ и обикновено изоставям другите неща, ако детето се нуждае от помощ, утеха или разговор.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

16. Ако детето е ядосано, агресивно, депресирано или тъжно, *аз не се чувствам по същия начин*. Склонен съм да съчувствам на детето (да показвам емпатия, че разбирам и признавам неговите чувства), но не се чувствам *като детето* (например: Не му се карам, ако то ни обвинява или е непослушно; не се ядосвам, когато детето е ядосано, а оставам спокоен (а) и уравновесен (а) в повечето случаи).

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

17. Често разсъждавам и разговарям с детето за начина, по който то се чувства и мисли; опитвам се да го науча да разбира чувствата и мислите на другите.

Например: "Какво мислиш за живота ти с нас", "Защо мислиш, че другото дете ти е било ядосано", "Какво прави твоето плюшено мече/кукла днес - мислиш ли, че е ядосано, щастливо, тъжно? Дали то ме харесва?" и т.н.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки



18. Ако има недоразумение между мен и детето, *никога не оставям ситуацията неразрешена*. Правя всичко, докато не се възвърне хармонията между нас, така че да можем да се съсредоточим върху практическите неща от ежедневието ни. Ние все още може да не сме съгласни един с друг, но детето знае, че хората могат да не са съгласни един с друг и все още да са в хармонични взаимоотношения.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

19. Ако детето се държи по проблематичен начин, аз се опитвам да разбера проблема, отнасяйки го и към мен. Изследваме нашия собствен стил на обгрижване и си задаваме въпроса дали нашето поведение не е провокирало детето да направи така. Когато говорим с детето върху поведението, ние обикновено напомняме и за нашата собствена отговорност върху ситуацията.

Пример:

*"Съжалявам, че толкова много ти се ядосах – аз трябваше да не те оставям сам (а) с кибрита - не си достатъчно голям (а), за се оправяш сама с това, трябваше да го знам. Нека ти разкажа за кибрита, той може да бъде много опасен и ти трябва много да внимаваш"*. Ние подхождаме така, вместо просто да укоряваме детето или да му се ядосваме.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

20. Детето има ясна връзка с единия или с двамата приемни родители: той знае кой от нас за какво носи отговорност и как може да получи помощ от един от двама ни.

Оценка: \_\_\_\_\_ точки

## Вашите мисли и разсъждения

Моля, запишете какво мислите по следните въпроси, след като сте дали точки от 13-20:

**Моите / Нашите мисли относно нашето поведение към детето и отношенията ни с него:**

---

---

---

---

---

---



**Моите/Нашите мисли за това как аз / ние можем да подобрим тези неща, ако е възможно:**

---

---

---

---

---

---

## Социалната мрежа на детето и нашата професионална мрежа

21. Детето има социални отношения като приятели или другарчета, с които си играе през деня, или пък някаква друга група от връстници (например, ако спортува). Детето се чувства приобщено към някаква група от връстници, а приемните родители подкрепят тези отношения на детето.

**Оценка:** \_\_\_\_\_ **точки** (ако детето е по-малко от две години, моля дайте оценка "3")

22. Детето не е много затворено в себе си или самотно. То не е много агресивно или неадекватно към другите деца. Другите деца обикновено го приемат и то се е научило как да се сприятелява с тях.

**Оценка:** \_\_\_\_\_ **точки** (ако детето е по-малко от две години, моля дайте оценка "3")

23. Приемните родители са в добри отношения и си сътрудничат с центровете за дневни грижи, или с детската градина, училището или други институции. Ние сме ги информирали за потенциалните проблеми на детето, и те подкрепят нашата работа като приемни родители.

**Оценка:** \_\_\_\_\_ **точки** (ако детето все още няма такива отношения, моля оценка "3")



## Вашите мисли и разсъждения

Моля, запишете какво мислите след като сте оценили твърденията:

**Моите / Нашите мисли относно приобщаването на детето сред своите връстници:**

---

---

---

---

**Моите/Нашите мисли относно сътрудничеството с детската градина/училище /други институции:**

---

---

---

---

МОЛЯ, ВЪВЕДЕТЕ И ДОБАВЕТЕ ВСИЧКИТЕ СИ РЕЗУЛТАТИ НА СЛЕДВАЩАТА СТРАНИЦА.

**Ако сте отговорили с "X" на някой от въпросите, просто отбележете X точки на този въпрос.**



Ако сте отговорили с "X" на някой от въпросите, просто отбележете X точки на този въпрос.

| <u>Въпрос</u> | <u>Вашите резултати</u> |     |             |
|---------------|-------------------------|-----|-------------|
| 1:            | _____ точки             | 13: | _____ точки |
| 2:            | _____ точки             | 14: | _____ точки |
| 3:            | _____ точки             | 15: | _____ точки |
| 4:            | _____ точки             | 16: | _____ точки |
| 5:            | _____ точки             | 17: | _____ точки |
| 6:            | _____ точки             | 18: | _____ точки |
| 7:            | _____ точки             | 19: | _____ точки |
| 8:            | _____ точки             | 20: | _____ точки |
| 9:            | _____ точки             | 21: | _____ точки |
| 10:           | _____ точки             | 22: | _____ точки |
| 11:           | _____ точки             | 23: | _____ точки |
| 12:           | _____ точки             |     |             |

**Общо:** \_\_\_\_\_ точки

Моля, разделите общия брой точки (всички добавени точки) на 22.

*NB: Ако сте използвали "X" за отговор на част от въпросите, моля, разделете **общия резултат на броя отговорени въпроси**. Например, ако сте дали отговор "X" два пъти, разделете общия брой на 20, а не на 23.*

**Средна оценка:** (всички събрани точки и разделени на броя отговорени въпроси)

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ точки





## Осигуряване на сигурна база за детето

Средната оценка *не* казва нищо за работата ви и дали е "добра" или "лоша". Тя само показва дали имате *добра социална платформа*, създаваща ви добри условия като приемни родители.

Ако имате няколко ниски оценки или оценките са ниски като цяло, можете да работите за подобряване на тази платформа

- **Ако вашият среден резултат е 5,0 или повече:**

Това приемно семейство разполага с необходимата платформа за предоставяне на сигурна основа за приемното дете.

Като цяло имате една много добра база за работа като професионален възпитател. Това означава, че вероятно с времето ще научите детето да се чувства сигурно и то ще започне да проучва, играе и учи. Можете да прегледате картата за оценка и да помислите какво можете да подобрите. Можете да се вдъхновите от обучителните сесии на FAIRstart в интернет.

**Социален работник или ръководител (супервайзор):** Вашата задача в това семейство ще бъде да съдействате на приемните родители в това, което те вече правят. Прегледайте картата за оценка и обсъдете какво мислите. Дайте предложения и идеи.

- **Ако резултатът ви е между 3,0 и 4,9:**

Вие се справяте ОК като приемно семейство, но трябва да прегледате картата за оценка и да решите кои области искате да подобрите. Може би поставяте твърде силни изисквания към себе си и имате твърде високи очаквания за скоростта, с която трябва да се развива детето. Или може би социалната ви мрежа е ограничена или съществуват някакви противоречия. В този случай, започнете да говорите с други хора, покажете интереса си и се опитайте да бъдете по-отворени относно това, че сте приемни родители.

**Социален работник или ръководител:** Прегледайте картата за оценка, открийте положителните отговори и ги представете като ресурсни сфери на подобрение. Обсъдете и предложете практически решения на тези сфери, където има нисък резултат. Трябва да слушате и да бъдете подготвени за известно неудовлетворение. Бъдете умерени и практични, и се съсредоточете върху постигането на реалистични цели и задачи.

- **Ако резултатът ви е от 0 - 2,9:**

Изглежда, че социалната мрежа, свързана с работата ви на приемни родители не е много добре изградена. Може да почувствате стрес или изтощение (бърнаут). Може да се сблъскате с много



критични ситуации. Вие трябва да търсите подкрепа и да кажете на началника си и на другите за това. Може би очакванията ви са прекалено високи или може би изградените професионални взаимоотношения не са достатъчни, а живота ви като приемен родител може да е твърде изолиран. Детето ще усети това и може да реагира, показвайки несигурност чрез проблемно поведение. Добрата приемна грижа е трудна за практикуване, ако сте подложени на много стрес, затова се запитайте как можете да се освободите от този стрес, как да подобрите социалните си взаимоотношения като приемен родител и да потърсите помощ и обмен на информация от другите.

**Към социалния работник или ръководител:**

Приемните родители се нуждаят от активен диалог и подкрепа. Вие трябва да бъдете много подкрепящи, да поставяте малки стъпки за подобрение, да насърчавате приемните родители и да разговаряте с тях често. Трябва да им помогнете да разширят своята социална мрежа и да разрешат евентуални конфликти и разногласия с училището или друга институция.

Или трябва да обмислите друго настаняване за детето – има риск и за приемните родители, и за детето сегашните условия да не са благоприятни.

Изработете писмено план с приемното семейство за разрешаване на конкретни проблеми или подобряване на ситуацията стъпка по стъпка, бъдете постоянно тяхна подкрепа и ги съпътствайте.



## Диалог и планиране, като използвате картата за оценка

Вашият среден резултат може да ви даде представа за вас като приемни родители. Но това, което е много по-важно са вашите мисли, разсъждения и решения за подобряване на ролята ви на приемен родител.

Изследванията показват, че ако има някой, с когото да разговаряте за това какво е бъдещ приемен родител, приемните деца се развиват много по-добре и се чувстват по-сигурни. Ако приемният родител е изолиран в тази си роля, детето по-често има проблеми и по-често сменя своите приемни родители поради проблеми.

***Най-добрият начин да се подобри работата ви е да споделяте с другите вашите мисли, проблеми, съмнения и планове. Трудностите, които изглеждат безнадеждни точно сега често се разрешават постепенно с времето, ако имате някой, който да ви напътства и разговаря с вас.***

Можете да използвате следната идея за вас, вашия съпруг (а), при разговора с вашия мениджър по приемна грижа или с доверен приятел.

Трябва да намерите стая, където никой да не ви безпокои в продължение на един час (а може би и от чай или кафе).

Кажете на този човек, че искате от него/ нея първо да ви изслуша без да ви прекъсва, а след това да ви каже какво мисли върху казаното. Може би той също има някакви предложения за действие.

1. Изразете вашите мисли относно **отношенията ви с институциите** (точки от 1 до 5). Кой аспекти са добри, кои се нуждаят от подобрение, как можете да работите върху тях и къде имате нужда от предложения, съвети и идеи за действие от други хора. Водете си кратки бележки, докато говорите за тези най-важни мисли и идеи.
2. Представете вашите мисли относно **вашите семейни отношения и отношенията ви с биологичните родители** (от 6-12 точки). Използвайте насоките "Какво е добро в тях; кое се нуждае от подобрение" и т.н., както беше представено по-горе.
3. Представете вашите мисли относно **начина ви на грижи за приемното дете** (от 13-20 точки).
4. Представете вашите мисли относно **социалната мрежа на детето и нашата професионална мрежа** (точки 21-23)



## Изработване на план и график за вашата работа

Вероятно говорихме за много неща - приемната грижа представлява сложен процес! Може да се окаже малко объркващо да решите къде да направите подобрения или в кои сфери е необходимо развитие.

Важното е, че сега погледнахте отгоре, като от хеликоптер, върху четири области, а сега изберете **само една** област, върху която да се **съсредоточите в продължение на месец и да я подобрите**.

Вие трябва да изберете сфера, която има шанс за успех и в която можете да приложите някое добро предложение. Вие трябва ясно да опишете това, което ще направите.

Така например да напишете: "Искам да бъда по-добър приемен родител!" или "Искам да подобра мрежата" не е много добра идея. Подобренията се случват, като правите малки промени.

Можете например да напишете "Ще започна като разговарям утре с училищния учител за неговите/нейните проблеми с домашните и ще питам какво мога да направя, за да го/я подкрепя. Може би мога също да намери начин да обсъдя с детето страха от провал. Това ще направя утре и ще видя дали ще се промени негативното отношение на детето към домашните".

Или:

"Ще говоря с моя съпруг/а относно това, че смятам, че понякога се караме твърде много през деня. Това кара детето да се чувства несигурно, затова може би трябва да се караме през нощта, когато той/тя спи и тогава да разрешаваме нашите проблеми. Ще сервирам хубава вечеря за моя съпруг/а, така че да създам добри условия за моето предложение."

Или:

"Като приемен баща мисля, че понякога това дете е хиперактивно. Той/тя трябва да прави много упражнения всеки ден, затова аз ще го заведа да запише някакъв спорт или ще започна да тичам с него всеки следобед."

Или:

"Може би понякога съм твърде остър към детето, защото се страхувам от това, което може да направи. Ще се опитам да бъда по-внимателен, когато говоря с него/нея и ще му предложа да ми помогне в готвенето, вместо просто да му/й се дразня".

Или:

"Изглежда, че се опитват да се справя с всички проблеми сам. Това ме накара да се чувствам малко депресиран.

Всъщност аз трябва да говоря с супервайзора за това, което правя, затова аз ще се свърже с нея/него и ще настоявам повече за това, че има.