

**РЕКОНСТРУКЦИЯ И КОНСТРУИРОВАНИЕ ИСТОРИИ  
РЕБЕНКА В ПРИНИМАЮЩЕЙ СЕМЬЕ:  
ОТ «НАДО» К «ВАЖНО»**



Нет ни одного ребенка, который рано или поздно не начал бы спрашивать своих близких о прошлом.

Дети из обычных семей знают историю своей семьи. Даже если родители не прикладывали специальных усилий, то это передалось в форме семейных баек, фотографий, рассказов родственников.

Когда ребенок претерпел какие-то трудности: в его прошлом были неблагоприятная социальная ситуация, жестокое обращение, пренебрежение родителей, в результате чего он лишился биологической семьи, возникает естественное желание уберечь его от дополнительных травм и не говорить с ребенком на эту болезненную тему. Но пережитый опыт навсегда останется с ребенком.

Помнят отдельные структуры мозга ребенка, помнит его психика, помнит тело. Это могут быть не конкретные воспоминания о событиях и людях. Это память о том, чего не хватило или не было совсем: тепла и любви, объятий, безопасности, места, чтобы ползти за игрушкой, с кем и чем поиграть, а были боль и крик, на которые никто не отзывался или неадекватные реакции взрослых, болезни. Все это хранится в нейронной памяти детского мозга, и нет такого способа, чтобы можно было просто так выключить эту память. Она прорывается наружу в самые неподходящие моменты и именно она удерживает те самые навыки, которые мы усиленно развиваем в ребенке, и не пускает их вперед.

Даже те дети, которые потеряли свои семьи в раннем возрасте или никогда их не знали, все равно стараются узнать и понять свое прошлое.

**ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ВОПРОСА РАБОТЫ С  
ПРОШЛЫМ ПРИЕМНОГО РЕБЕНКА**

Наличие в обществе приемных детей существовало с самых давних времен, когда после каких-то природных катаклизмов или войн оставались дети без семей, которых растили приемные родители.

Но практика сокрытия информации о происхождении ребенка, в частности опыт тайны усыновления, – не такая долгая. В нашей стране она началась с 30-х годов. По-разному это было представлено в законах. В конечном варианте – так же, как оно до сих пор есть.

Согласно Кодексу Республики Беларусь о браке и семье (далее – КоБС), усыновляющие ребёнка родители имеют право менять имя, дату и место рождения. Согласие самого ребёнка на изменение этих данных требуется по достижении им десятилетнего возраста. По просьбе усыновителей суд может принять решение о записи усыновителей в акте о рождении в качестве родителей усыновленного ими ребенка. Все эти меры призваны сохранять тайну усыновления, которая, согласно КоБС, «охраняется законом». Судьи, вынесшие решение об усыновлении ребенка, либо осуществившие государственную регистрацию усыновления должностные лица, а также лица, иным образом осведомленные об усыновлении, обязаны сохранять тайну усыновления. Разглашение такой тайны помимо воли усыновителей влечет ответственность в установленном законом порядке (ст. 136 КоБС).

Надо сказать, что опыт тайны усыновления был и в других странах.

В американской и европейской культуре долгое время превалировали ценности, определившие в итоге возможность возникновения тайны усыновления. Согласно этим ценностям, дети «принадлежат» родителям, которые наделены правами решать, что ребёнок может знать, а что – не может. При этом права детей ограничены относительно строгой (в контексте усыновления) концепцией отношений между родителями и детьми: биологические родители могут «отдать» своего ребенка в другую семью, при этом приемная семья может лишиться ребенка права знать семью, в которой он родился.

До самого недавнего времени политика и практика усыновления в западном обществе формировались в основном именно на этих ценностных представлениях. Прилагались все усилия для того, чтобы максимально приблизить модель приемной семьи к модели биологической семьи. Более того, усыновление было призвано имитировать биологический процесс формирования семьи, и поэтому не считалось необходимым оказывать психологическую помощь семье, переживающей процесс адаптации после появления ребенка.

Закрытое усыновление, утаивание информации об истинном статусе приемной семьи, а также передача ребенку и приемным родителям очень ограниченной информации о биологической семье ребенка – все это было принято в США и Европе в середине прошлого столетия. Предполагалось, что знание о существовании биологической семьи наравне с приемной может стать травмирующим фактором для ребенка. Это приводило к возникновению среди лиц, принимавших участие в усыновлении, договоренностей, направленных на удаление этого травмирующего фактора из жизни ребенка.

Немало времени понадобилось, чтобы стали осознаваться все последствия сохранения тайны усыновления ребенка. На первый взгляд, все просто: пусть он забудет прошлое и «плохих» родителей, как страшный сон, и растет счастливо, уверенный, что у него все как у всех, что он обычный родной и любимый ребенок мамы с папой. Многие семьи шли по этому пути, и все вроде получалось. Ребенок такой маленький, такой доверчивый – разве

трудно ему внушить то, что нам нужно? Где-то умолчать, где-то отшутиться, где-то немного приврать, вот и получится славно.

Получается, что родители хотят уберечь ребенка от переживаний о том, что было, от плохой самооценки, свойственной детям в детских домах (низкая самооценка у ребенка в детском доме естественна, ему не за что себя любить, нет рядом взрослых, которые учат тому, что ты ценный, ты нужный, мы тебя любим), но, как ни странно, эти негативные эмоциональные переживания все равно у ребенка есть.

**Негативное отношение к себе берется не от того, что ребенку про это рассказали, а потому, что это с ним действительно произошло.** Он уже



был никому не нужен, был брошен, с ним обращались как с объектом для удовлетворения каких-то своих взрослых потребностей или просто игнорировали. **Пережитый опыт навсегда останется с ребенком.**

К примеру, если ребенок попал в автокатастрофу и лежит в больнице, а мы думаем: «Не будем говорить ему сейчас, скажем потом, когда подрастет и будет к этому готов». Это глупо, ведь он уже пострадал, уже получил травму, и эта травма влияет на него. И независимо от того, что мы скажем ребенку, ее уже не убрать.

Большой иллюзией было бы считать, что того, о чем не говорят, собственно, и не существует. Французский детский психоаналитик Франсуаза Дольто говорила: «В семье дети и собаки всегда знают все, особенно то, о чем не говорят».

**Как известно из системного подхода в работе с семьей, любая запутанность, неясность семейных ролей накладывает негативный отпечаток на состояние ребенка и, как следствие, на его поведение.**

Исследователи, пытаясь оценить влияние отказа от понимания различий между приемной и биологической семьей, восприятия первой как замены второй, пришли к выводу, что договоренности об умалчивании и защитные процессы, возникающие в семье, отрицающей эти различия и сам факт наличия биологической семьи, формируют специфику внутрисемейного функционирования, аналогичную семьям с созависимостью.

## **ВАРИАНТЫ ПРИСУТСТВИЯ ТЕМЫ «ПРИЕМНОСТИ» В СЕМЬЕ УСЫНОВИТЕЛЕЙ**

Развитие семейного устройства, переосмысление усыновления на постсоветском пространстве несколько отличается от аналогичных процессов

на Западе. Большое число семей по-прежнему считают важным сохранять тайну усыновления.

Российские ученые на основе анализа психотерапевтической работы с семьями усыновителей выделили следующие основные психологические особенности семей, сохраняющих тайну усыновления (Печникова Л.С., Жуйкова Е.Б., 2009).

### ***1. Чувство бессилия и стремление к избеганию.***

Некоторые аспекты ситуации усыновления могут привести родителей к ощущению собственного бессилия. Во-первых, усыновители, сохраняющие тайну, как правило, не могут иметь своего (биологического) ребенка, что переживается ими как серьезная травма и создает ощущение неспособности как-то повлиять на эту ситуацию. Кроме этого, родители переживают тревогу в связи с невозможностью полностью скрыть от окружающих факт усыновления. Пытаясь справиться с ней, они прерывают связи с окружением, меняют места жительства, имитируют беременность, убеждают себя в отсутствии разницы между усыновленными и биологическими детьми и т. д.

Другим фактором, формирующим чувство бессилия, является ситуация, связанная с организацией усыновления. Вне зависимости от того, насколько грамотно осуществляется процесс инспектирования потенциальной семьи усыновителей и принятия решения о возможности усыновления, супруги все равно оказываются в ситуации, когда другие люди (сотрудники органов опеки и попечительства, суд) будут решать, смогут они стать родителями или нет. Усыновители могут также чувствовать себя бессильными повлиять на то, что они интерпретируют в поведении ребенка как дурную наследственность или последствия полученной в раннем детстве травмы. Они также страдают от бессилия и чувства собственной некомпетентности в тех случаях, когда у них не получается быть успешными родителями.

### ***2. Страх плохой наследственности ребенка.***

Безусловно, тревога, связанная с возможностью «проявления плохой наследственности» у ребенка, в целом характерна для принимающих семей. Однако в семьях с сохраняемой тайной усыновления имеется меньше возможностей для совладания с ней, прежде всего – в связи с предъявлением усыновителями себя в качестве кровных. Такой «ужас перед генами» родители часто подавляют или отрицают. Однако в результате таких попыток он проявляется в гипертрофированной реакции на то, что в обычной семье можно было бы счесть несущественным нарушением правил. Эмоциональный отказ от истории ребёнка и семьи в целом делает ее еще более могущественной, так как отделяет приемную семью от знания и понимания прошлого в жизни ребенка, что могло бы привести к консолидации его личности и его интеграции в семью. Борьба со страхом при помощи его отрицания приводит к тому, что то, чего больше всего боится семья, может осуществиться.

### ***3. Потребность быть идеальным родителем и идентификация с кровными родителями.***

Как в принимающих семьях, так и в обществе существует сформированное представление о том, что родители-усыновители по какой-то причине должны быть лучше, чем родители, ставшие родителями биологическим путем. В отличие от биологических родителей, усыновители как бы должны заранее продемонстрировать, что будут хорошими родителями. Именно по этому поводу их проверяют и интервьюируют, семьи проходят специальную подготовку. Кроме того, некоторые не способные иметь собственных детей пары переживают свое бесплодие как поражение и испытывают потребность компенсировать свой «неуспех». Именно потому для них особенно важно доказать, что они могут быть успешными родителями.

Тайна усыновления сопряжена с отрицанием кровной семьи ребенка, формированием самоидентичности «настоящих родителей». Таким образом, усыновители, с одной стороны, «становятся на место» кровных родителей, а с другой – противопоставляют себя им, представляя кровную семью как носителя «плохой истории», отвергая ее. Противопоставление «плохой» кровной семьи по отношению к своей – «идеальной», обесценивание кровной семьи за счет «наращивания» собственной ценности формирует особое представление о себе как об идеальном родителе. Такое противопоставление настраивает усыновителей на нереалистичные перфекционистские ожидания относительно собственной эффективности в качестве родителей (по типу «я-то буду идеальным родителем», «мы будем лучше»), и при возникновении трудностей, которые могут возникать с любым ребенком, происходит «крах» самооценки. Совладание с этими переживаниями нередко идет по пути наделения ребёнка ролью «козла отпущения» (по типу «не мы не справились, а он – плохой»), что становится поводом для помещения в психиатрическую клинику, а затем – вторичного отказа.

Такие темы отрицания и связей являются важными для всех семей и часто становятся центральными в их совместной работе с психологом. В семьях усыновителей тема отрицания, разорванности связей почти всегда очень болезненна, хоть зачастую бывает покрыта завесой тайны. Приемных родителей пугают «сумрачные фигуры» из прошлого ребенка, а ребенок, чувствуя этот страх, защищает свою прошлую семью, отрицая и скрывая свое любопытство, свои переживания и свою тоску.

#### ***4. Закрытые границы и неясные коммуникации.***

Семьи, сохраняющие тайну усыновления, вынуждены ограничить внешние контакты семьи, угрожающие раскрытию тайны. Усыновители могут с тревогой реагировать на вопросы окружения, придавая им смысл небезопасных. Снизить напряжение позволяет уменьшение частоты контактов и формализация общения с окружающими. Для таких семей характерна повышенная сплочённость (по типу «спутанности») и замкнутость; в них существует множество правил, регулирующих коммуникации (часто негласных). Темы, связанные с историей семьи, появлением детей, становятся полем для конструирования запутанных коммуникаций, включающих кодирование и негласные правила,

регламентирующие избегание их обсуждения. Наряду с этим, члены семьи стремятся «разрядить напряжение», создающееся в результате усилий по сохранению тайны, испытывают потребность с кем-то поделиться этой информацией путем, например, сообщения этой «тайны» различным специалистам.

### ***5. Раскрытие тайны.***

Большинство принимающих родителей не предполагают, что будут сохранять тайну всегда, и откладывают разговор на «более благоприятный возраст» ребенка. Часто за таким решением стоит тревога и неготовность обсуждать сложные темы собственной семейной истории и истории кровной семьи. В то же время обоснование такого решения связано с потребностью защитить ребенка от того, что его особенности и происхождение будут пристально рассмотрены не входящими в состав семьи людьми. Другой проблемой для принимающих родителей является предполагаемая реакция ребёнка на информацию о своём истинном статусе. После раскрытия тайны нередко отмечается рост недоверия между усыновителями и детьми. Разочарование всех членов семьи сочетается со страхом потери целостности семьи, проявляющимся как у ребёнка, так и у родителей. У ребенка нередко развивается агрессия к родным и к приёмным родителям на фоне фантазии компенсаторного характера по поводу родных родителей. Подростки могут уходить из дома, чувствовать себя исключенными, выражают сомнения в адрес родителей: «Если мне не говорили, что не они мои родные родители, может быть, они еще в чём-то были неискренни, например, когда говорили, что любят?!» Совладание с кризисом, который нередко развивается вслед за раскрытием тайны, требует значительных «затрат» для семьи, заставляя переосмыслить взаимоотношения в семье, изменить правила и характер коммуникаций.

Среди семей, которые не хранят тайну усыновления, условно можно выделить 4 типа в зависимости от того, какую информацию они предоставляют ребенку, в каком объеме и каких словах.

#### ***Первый тип. Фрагментарная или неполная информация.***

В таких семьях родители стараются обходить тему приемности в разговорах с ребенком, отвечают на его вопросы вскользь или быстро переводят тему. Например, в 3-4 года малыш спрашивает, был ли он в животе у мамы. Приемная мама говорит: нет, ты был в животе у другой тети. И тут же отвлекает его внимание интересным предметом, новой темой, чтобы он не успел задать следующий вопрос. А потом, когда ребенок подрастет, торопятся выключить телевизор с фильмом о приемном ребенке, убирают с глаз книги о сиротстве. И все это как бы случайно, мимоходом, незаметно. И так бывает, что на консультацию приходит семья с 8-летним ребенком, и на вопрос, говорите ли вы с ребенком о его прошлом, отвечают, что когда-то он спросил про живот, мы ему сказали, а потом он больше не интересовался.

Часто это происходит от собственных переживаний родителей, что они могут что-то не так сказать. Некоторые думают, что разговоры с ребенком о

его непросто в прошлом могут нанести ему психологическую травму. А кто-то решает, если тему не поднимать, то она так и потеряет актуальность сама собой. В подобном случае ребенок не задает вопросы или перестает это делать после первых не увенчавшихся успехом попыток. Дети очень хорошо чувствуют состояние родителей. И если мама встревожилась при каком-то вопросе или разговоре, будь она самой гениальной актрисой, умеющей сдерживать чувства, ребенок «считает» эту тревогу с изменившегося ритма дыхания, напрягшихся мышц, минимального движения глаз. И повинувшись своей природе, он не будет больше задавать вопросы, чтобы не делать маме плохо, и она не волновалась.

И сами родители могут отвлечься, как будто забыть об этом вопросе. Некоторые говорят, что ребенок стал для них настолько родным, что они уже не помнят, что он приемный.

Это происходит потому, что с течением жизни мы учимся сознательно отодвигать от себя неприятные, болезненные воспоминания. И это нормальный психологический механизм, который позволяет нам выжить эмоционально. В дополнение ко всему этот механизм укрепляется еще и особенностью нашего менталитета. Ведь согласитесь, если какое-то горе случилось у нашего знакомого, а вы не психолог и не владеете техникой профессиональной поддержки человека в горе, то первое, что вам захочется сделать после выражения сочувствия – это приободрить его, сказать, что все уладится, отвлечь рассказом, утешить. У всех есть в арсенале фразы типа «время лечит», «и это пройдет». Мы советуем заняться работой, детьми, чтобы не думать об ЭТОМ.

Все это делаем из лучших побуждений. Нам самим очень тяжело оставаться в этой временной точке острых переживаний с горюющим человеком. Утешая его, мы утешаем и себя тоже. Мы прекрасно понимаем на собственном опыте, что слова «время лечит», когда твой мир рухнул, не работают.



Когда мы пытаемся отвлечь человека от душевной боли, мы фактически обесцениваем его чувства. И человек ощущает это как пренебрежение, а не как поддержку. Профессиональная помощь человеку, пережившему горе, заключается в совместном

переживании с человеком самых тяжелых эмоций. Для одних надо быть всегда рядом и держать за руку, можно помогать ему в быту, освободив от принятия каких-либо решений, можно взять заботу о его семье, работу.

Защитный механизм ухода от тяжелых переживаний – не плохой и не хороший, он просто есть у большинства из нас. Он сформировался отчасти

из-за того, что мы не всегда умеем выразить именно то сочувствие и оказать ту поддержку, которые помогут.

**Хорошая новость** – каждый может этому научиться. Это непросто, потому что прежде чем поддерживать другого, нужно научиться поддерживать себя, а этому нас никто не учил. Поддерживать себя - это значит точно так же давать себе разрешение на проживание любых чувств, какие бы они не были, жалеть себя.

Вторая хорошая новость – если мы таким образом будем поддерживать детей, давая им право на грусть, горевание, обиду, гнев, то именно через это мы научим их слышать себя и сопереживать впоследствии другим.

В ситуации, когда взрослые утаивают от ребенка факты из его жизни, потому что он может страдать, они лишают его права на эти чувства и обесценивают эти переживания. Маленький ребенок не может анализировать так глубоко, но при этом он не умеет сознательно отвлечь себя от этих мыслей. И у приемных детей они крутятся в голове буквально 24 часа в сутки, во сне и наяву. И даже если вы не видите никаких доказательств того, что это так, в поведении, разговорах, играх ребенка – поверьте, это точно так и есть.

Часто при психологической диагностике детей из таких семей, где тайну усыновления не хранят, но и открыто эту тему не обсуждают, выясняется, что у детей есть своя очень яркая и хорошо сформулированная легенда появления на свет. Вот несколько примеров.

*Семилетний Антон рассказал, что упал с неба, то есть он инопланетянин. Люди нашли его на улице, отдали в детский дом, а там он встретил своих приемных родителей. По его легенде, изначально родителей у него не было, он сам собой зародился в открытом космосе из каких-то частиц. И когда эти дети подрастают, они падают на Землю. В доме ребенка, где он рос (а принят в семью он был в 2,5 года), по его словам, все дети из космоса. У них одна большая мать - космическая энергия.*

Антон был прекрасно осведомлен, соответственно своему возрасту, о том, как рождаются «обычные» дети. Но это не мешало верить в свою историю происхождения. Антон был замкнутым, у него не складывались отношения с ровесниками и приемными родителями. Он частенько вел себя достаточно странным образом, провоцировал одноклассников на конфликты, легко сносил наказания, не меняя свое поведение. В связи с этим родителям было непросто принять его таким, какой он есть. Оно и понятно, инопланетянину не так-то просто наладить связь с землянами.

*Илья (9 лет) считал, что на самом деле он родился за границей, оттуда его привезли и оставили в детском доме. Это произошло, потому что его мама-иностранка не могла его воспитывать. Она живет в другой стране и ждет его. Он очень рассудительно рассказывал о том, что совсем не понимал и не мог говорить с приемными родителями, потому что он иностранец (усыновлен был в год и еще совсем не говорил). Он рассказал, что учит английский, потому что планирует уехать обратно на свою родину.*

У Ильи непростые отношения с родителями, он часто обманывает их. И, по словам приемной мамы, как будто держится на расстоянии, нет душевной близости. А еще он с удовольствием занимается с репетитором английским.

Приемные родители совершенно не в курсе того, какие легенды насочиняли их дети. Но появление этих историй абсолютно закономерно: детская психика не терпит информационной пустоты. На ее месте обязательно селится или страх, или любая легенда.

К подростковому возрасту у приемных детей появляется потребность знать абсолютно все, и в 11-12 лет (в случае задержки психического развития – немного позже) можно и нужно с ними говорить обо всем, даже о самых тяжелых событиях их жизни. Если самим приемным родителям это сложно, то нужно обратиться к психологу и поговорить об этом втроем. Обратите внимание, что важно не отдать в руки психолога эту обязанность, а быть во время этого разговора втроем. Приемному ребенку очень важно, чтобы родители были рядом и поддерживали его.

### ***Второй тип. Вымышленные истории.***

В таких семьях родители рассказывают ребенку вымышленные истории. Эти истории, конечно, теперь уже не про капусту, но аисты все еще встречаются. Самый распространенный случай – это когда мама говорит ребенку, что он не был в ее животе, так как она родила его из сердца. Конечно, мама в эту фразу вкладывает очень глубокий метафорический смысл, но совершенно забывает о буквализме детского мышления. И это реальная история, когда потом ребенок рассказывал психологу, что он был в сердце у мамы, а родила она его через рот. Про рот, он, конечно, додумался уже сам, и таким образом, объяснил для себя столь странную легенду.

Еще многие родители рассказывают ребенку о том, что он ошибочно родился у другой мамы. Она сразу поняла, что это не ее ребенок и оставила его в детском доме. Но истинные родители уже знали, что он где-то родился, искали его и наконец-то нашли. И да, они могли найти его не в младенчестве, а к трем годам.

Эта история опасна тем, что ребенок в такой ситуации может чувствовать вину за то, что он заблудился, перепутал маму и еще не сразу нашелся. А во вторых – гнев на приемных родителей за то, что он, их родной, родился незнамо где, а не из живота своей мамы, и плюс к тому, они еще его так долго искали. И самое неконструктивное в подобной ситуации, что все эти чувства ребенок испытывает по поводу вымышленной истории его жизни.

В дополнение ко всему происходит полное обесценивание кровных связей ребенка, факта его рождения и периода жизни до встречи с приемной семьей.

Дальше история с выдуманными легендами развивается так: ребенок растет, понимает все больше и больше, отходит мифологическое мышление, и в какой-то момент он осознает, что родители его попросту обманули. И это происходит, на самом деле, очень рано – еще в дошкольном или младшем школьном возрасте. Как с этим жить дальше? Открыто обвинить родителей в

обмане? Делать вид, что ничего не произошло и в свою очередь обманывать родителей, что ты им по-прежнему веришь? Попытаться узнать самостоятельно, как все было на самом деле? Вынудить родителей сознаться во всем? Какое бы решение ни принял ребенок, его эмоциональное состояние будет равным. Хотя бы потому, что он взял на себя ответственность за эту неопределенную ситуацию. А ответственность за «взрослые» вопросы – это непосильная ноша для психики ребенка. С очень большой долей вероятности в этой ситуации в отношениях между ребенком и родителями будет много конфликтов. И они, казалось бы, совсем не будут связаны с темой его рождения. Просто ребенок будет пытаться использовать любой повод, чтобы выразить негодование по отношению к родителям и сбросить напряжение.

### ***Третий тип семьи. Приукрашенные истории.***

Обычно в семьях, где не сохраняется тайна, родители много рассказывают о том, как искали ребенка, как ждали его и увидели. И это очень правильно. Единственное, что психологи рекомендуют, – не делать эту историю слишком приторной. Когда взрослые говорят, что ребенок был такой один, из всех «самый лучший», самый хорошенький, самый красивенький, самый смысленный, и поэтому они его выбрали, это может сказаться на самовосприятии ребенка.

*Случай с Алиной (9 лет). На диагностике у психолога она рассказала, что у нее приемные родители и до 5 лет она жила в детском доме; что она была там самая лучшая и жить ей там было очень плохо, потому что все остальные дети были глупыми, не умели считать и рисовать. Когда пришли приемные родители, они сразу поняли, что нужно взять ее.*

У девочки был отмечен высокий уровень тревожности. Она много от себя требовала в учебе и поведении в семье. Она четко знала, что должна быть хорошей и хорошо учиться, иначе все испортит. Родители обратились к психологу, так как с Алиной случаются эмоциональные срывы. Причиной может быть замечание родителей или оценка «хорошо» в школе, при том, что на «отлично» они не настаивают. Тогда девочка сильно плачет, кричит, правда, быстро успокаивается. Родители в качестве поддержки и похвалы снова и снова говорили ей, какая она исключительная девочка, что они выбрали ее, потому что она была самая прекрасная из всех детей. Родители таким образом хотели показать Алине свою любовь и принятие. Девочка постоянно находилась в сильном эмоциональном напряжении, ей нужно было все контролировать: свое поведение, оценки, отзывы учителей, настроение родителей, интонации их слов, обращенных к ней. На этом держался ее хрупкий мир. Силы, конечно, рано или поздно заканчивались, и у нее случались истерики.

В этом случае психолог работал совместно с мамой и Алиной. Девочка пробовала делать ошибки, а мама оставалась рядом, продолжала любить ее и поддерживала.

### ***Четвертый тип семей. Жизнь как она есть.***

Взрослые рассказывают ребенку о его прошлом все так, как было на самом деле. Информацию дают ребенку в том объеме и в той форме, которую он может воспринимать в определенном возрасте. У детей в таких семьях бывают проблемы с поведением и взаимопониманием с родителями. Причины и состояния, и поведения ребенка будут лежать в данной текущей ситуации, а не тянуться шлейфом из его прошлого. В таких семьях, если ребенок столкнется с какой-либо болезненной реакцией общества, может обсудить это с приемными родителями.

Задача специалистов заключается не в том, чтобы убедить семью в правильности той или иной стратегии поведения, а в том, чтобы создавать условия для осознанного выбора у членов семьи. Это означает, что все специалисты сферы семейного устройства должны обладать информацией о последствиях каждой стратегии, о ее плюсах, минусах, задачах, которые встают перед родителями в каждом случае.

В тех случаях, если семья отрицает свою идентичность приемных родителей («мы такие же, как обычные родители», «зачем рассказывать всем, что ребенок приемный»), раскрытие тайны может быть небезопасным. Это связано с тем, что родители часто начинают транслировать негативное отношение к кровной истории ребенка в процессе сообщения факта усыновления. Также принимающие родители нередко раскрывают тайну в момент конфликта с детьми, существуют много случаев, когда такое «неэкологичное» раскрытие имело последствия в виде появления такой симптоматики, как уходы из дома, эмоциональное отчуждение и конфликты в детско-родительских отношениях.

Многие родители соглашались с необходимостью отсутствия тайны усыновления в семье, однако не осознают, какую работу им необходимо будет делать ежедневно, и делать ее нужно будет от души. Последствия раскрытия родителями тайны, в случаях, если это не осознанное и взвешенное решение, часто приводят к семейному кризису. Открытость в отношениях между ребенком и родителем, отсутствие напряжения в разговоре на тему появления ребенка в семье происходит не потому, что тайны нет, а потому, что родители действительно могут спокойно говорить:

- О том, почему ребенок появился именно в нашей семье
- Почему кровные родители его оставили
- Почему родители выбрали именно этого ребенка.

Если усыновители начинают осознавать и грамотно относиться к связи ребенка с кровными родителями, то им легче принять существование родной семьи ребенка и как-то приспособиться к ней, чем избегать разговоров с ребенком на эту тему.

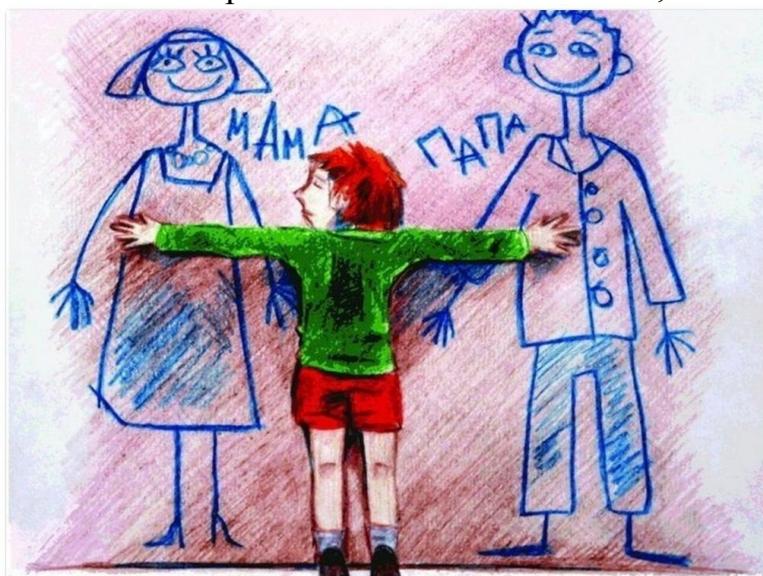
Каждая семья сама выбирает, как обходиться с темой «приемности». Нужно только помнить, что решают родители не только для себя, но и для ребенка.

## РАБОТА С ЖИЗНЕННОЙ ИСТОРИЕЙ РЕБЕНКА В ИНТЕРЕСАХ ПРИЕМНЫХ РОДИТЕЛЕЙ

Всегда есть дети, которых практически невозможно усыновить: более старшего возраста, имеющие какие-то особенности в состоянии здоровья или их родители временно не могут заниматься их воспитанием.

Развитие профессионального замещающего родительства позволило предоставить ребенку, который по каким-то причинам не был усыновлен или передан родственникам под опеку, возможность жить в семье.

Обширная практика отечественной и зарубежной работы с приемными детьми показывает, что подлинная потребность детей – это помощь со стороны взрослых в том, чтобы понять и принять свой жизненный путь со всеми его тяжелыми и хорошими моментами. Без помощи взрослых ребенок не сможет пройти сквозь свою боль, восстановить последовательность



событий, сохранить хорошие воспоминания. А все это необходимо для формирования личностной целостности ребенка, пережившего жизненную травму. Невозможно отменить плохие события прошлого, но возможно пережить их и продолжить свой жизненный путь с верой в себя и в других людей, а также с пониманием того, что в

жизни кроме трудностей и катастроф есть справедливость, любовь и смысл.

Когда дети не имеют помощи взрослых – они просто вытесняют плохие события, хороня их в глубинах памяти, стараются не думать о том, что было. Но такие вытесненные воспоминания все равно источают горечь, отравляя жизнь ребенка в настоящем. Дети чувствуют себя хуже других, отличающимися от всех каким-то «изъяном», испытывают одиночество и трудности в установлении доверительных контактов.

Живущая у детей в глубине души боль проявляется вспышками немотивированной агрессии и деструктивными действиями, разрушающими новые отношения. Причины агрессивного поведения у разных детей могут иметь самую разную природу.

Когда речь идет о приемных детях, «разбираться» с их подверженностью дурным влияниям и с плохими привычками приходится двумя путями: формируя новые, положительные модели поведения – и прорабатывая и переосмысливая прошлое, «из которого ноги растут». Без помощи взрослых дети не в состоянии справиться с этой работой. Они не знают, как об этом попросить. Они боятся, что о том плохом, что с ними

было, нельзя ни с кем говорить, потому что тогда их отвергнут и не будут любить.

Когда они чувствуют нежелание взрослых обсуждать их прошлое, то воспринимают это как осуждение. То, что действительно могут сделать взрослые для детей в такой ситуации, – это мужественно совершить «путешествие» с ними вместе в тот период прошлого, когда ребенок нуждался в защите, а этой защиты, в лице любящих и понимающих взрослых, не было. Сказать своему ребенку: «Да, с тобой происходили очень тяжелые события, но ты все выдержал и выжил, потому что ты сильный. Я рад тому, что мы сейчас вместе, и горжусь тобой». Эти слова – правда.

Дети, изъятые из своих семей, переживают катастрофу, сравнимую по своей силе с атомной войной. Это как бы жизнь после смерти, когда ребенку, утратившему все, что у него было, – дом, семью и веру в незыблемость этих вещей, – нужно продолжать жить. Иногда, знакомясь с историями детей, трудно бывает понять, как дети вообще остались в живых. А ведь дети не только остаются в живых, но и обладают многими хорошими человеческими чертами и талантами. Взрослым не стоит бояться, что дети не выдержат обсуждения своих воспоминаний, потому что они уже выдержали сами события. То, что детям нужно теперь, – это разделение их судьбы с теми, кто хочет стать для них родителями, обретение полного и безраздельного принятия, признания и уважения со стороны взрослых.

Одним из самых распространенных и эффективных инструментов, который помогает начать восстанавливать связи детей с кровной семьей, является Книга жизни. Структура Книги жизни и практические советы по ее составлению были освещены ранее в методической рассылке № 8/2016 и в газете «Домой!» (май, 2018).

### **КОНФЛИКТ ЛОЯЛЬНОСТЕЙ**

Многие взрослые помнят, что когда они были детьми, они просто выходили из себя, если кто-нибудь «чужой» начинал критиковать членов их семьи – даже тех, кого они терпеть не могли! Усыновители и замещающие родители находятся примерно в таком же положении. Они «делят» ребенка с другой семьей, не являясь «своими» в этой семье.

Многие дети, вынужденно ставшие членами многосемейных систем (пасынки и падчерицы, дети, живущие в замещающих семьях, усыновленные дети), переживают внутренний конфликт лояльности, когда ребенка ставят перед необходимостью выбирать, какая семья для него «лучшая», задаваясь вопросом «кого я больше люблю?». Этот выбор рождает самые различные негативные симптомы у ребенка и разрушает представление о семье в целом. Ребенок «разрывается» между кровной и принимающей семьями из-за невозможности любить их одновременно. Конфликт усиливается, когда члены одной семьи начинают принижать значение членов другой семьи.

У детей, разлученных со своими семьями, могут наблюдаться две крайние позиции в отношении кровных родителей:

1. Совершенная лояльность к своей кровной семье и защитно-агрессивное отношение к любым разговорам о прошлом. Такие дети идеализируют свою семью, защищают ее от любой критики, в том числе справедливой. В дальнейшем это приводит к идентификации с отрицательными сторонами жизни кровной семьи: «мой папа вор, и я буду тоже»; «мой отец ничего не боялся, любого мог побить, я такой же сильный, как он». То есть дети не воспринимают плохое как «плохое», раз это – часть родительского образа. Чувство верности семье вплоть до самопожертвования и желание быть похожим рассматривается ими как гарантия «принадлежности» семье, в которой они нуждаются и от отсутствия которой сильно страдают. «Быть похожим» означает для ребенка «быть вместе», и выбор между следованием правилам хорошего поведения и сходством со своими родителями делается детьми в пользу кровной семьи.

2. Дети, переживающие фазу гнева в процессе утраты, могут ругать свою семью, отрицать, что в их семье было что-то хорошее. Этот гнев связан с неудовлетворенной потребностью в любви со стороны своей семьи, и не имеет ничего общего со здоровой критикой. Такая ненависть делает детей несвободными, ограничивает их развитие и способность доверять и испытывать привязанность к другим людям. Они могут быть обидчивы, категоричны и легко идут на разрыв отношений.

В обоих случаях работа с жизненной историей позволяет смягчить болезненные чувства и создать реалистичную картину произошедшего. Обычно требуется специальная терапевтическая работа для того, чтобы отделить любовь к кровным родителям от стремления «следовать за ними». Ребенок не может судить своих родителей, сохранение благодарности к ним за свою жизнь – естественное и необходимое чувство, отсутствие которого ведет к глубоким психологическим проблемам. Но это не значит, что ребенок должен повторять их ошибки или одобрять плохие поступки своих родителей. Принятие родителей не означает оправдания их плохого обращения с ребенком и их асоциального поведения. Ребенку предстоит научиться справляться с трудностями и добиваться успеха, строить свою жизнь и отношения с людьми – то есть сделать то, чего, наверное, хотели, но не смогли его кровные родители.

Часто встречающееся заблуждение заботящихся о ребенке взрослых – «он ненавидит своих родителей». На самом деле ребенок, обвиняющий своих родителей и ругающий их, «застрял» в фазе острого аффекта переживания утраты, и это препятствует его дальнейшему личностному развитию и установлению нормальных отношений с людьми. То, что по-настоящему нужно ребенку в такой ситуации, – это помощь взрослых в том, чтобы он мог выразить свой гнев приемлемым образом, освободиться от него и перейти к стоящей за ним потребности в родительской любви, постоянстве и заботе. Позитивный смысл этой работы состоит в том, что отреагированная злость освобождает пространство для других переживаний, а обращение к потребности в любви позволяет обратиться к тому источнику, из которого ребенок может ее получить в настоящем, – к приемной семье.

Необходимо воздерживаться от солидарности с чувством гнева ребенка, хотя это трудно реализовать на практике. В конце концов, многие замещающие родители и усыновители **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** испытывают чувство гнева по отношению к биологическим родителям, которые причинили ребенку вред посредством злоупотребления алкоголем и наркотиками (во время беременности и после рождения ребенка), физического, сексуального или эмоционального насилия, пренебрежения потребностями ребенка, наконец, его отвержения. Когда ребенок выражает гнев и ярость, бывает очень тяжело сдержаться и не разделить с ним эти чувства. Жестокое обращение с детьми совершенно недопустимо, но замещающие родители не могут позволить себе роскошь высказать все, что думают о его виновниках.

Приведенные ниже комментарии приемлемы и полезны для ребенка:

1. *«Я рад, что теперь мы можем защитить тебя от всего этого»;*
2. *«Я понимаю, почему ты так злишься»;*
3. *«Тебе, должно быть, было очень тяжело. Я могу сейчас чем-нибудь тебе помочь?».*

А эти комментарии неприемлемы и могут причинить ребенку вред:

1. *«Если бы твоя мать была разборчивее в выборе любовников, ты никогда не стал бы жертвой насилия»;*
2. *«Я даже представить себе не могу, как можно бить ребенка. Для этого нужно быть просто ужасным человеком»;*
3. *«Твоих родителей надо запереть на замок и выбросить ключ. То, что они сделали, нельзя простить».*

Если ребенок внутренне хранит верность (лояльность) своей кровной семье, то в замещающей семье у него как то не складываются отношения. Если в конфликте лояльностей ребенок больше находится на стороне замещающих родителей, то внутренне он будет чувствовать, что предает своих кровных предков. Часто замещающие семьи сталкиваются с такой проблемой, когда ребенок адаптировался в семью, все вроде бы идет хорошо, но вдруг объявляется биологическая мать, и начинается борьба за ребенка. Ребенок попадает в поле борьбы за его внимание и любовь, а точнее в конфликт лояльностей. Конфликт лояльности не может быть решен на уровне ребенка, он решается на уровне родителей, с «выводом» ребенка из зоны конфликта.

Если обе семьи (кровная и принимающая) имеют значение для ребенка, задача родителей и специалистов – создать все условия для того, чтобы у ребенка была возможность любить и уважать обе семьи.

Всё вышеизложенное позволяет сделать вывод: принимая ребенка в свою семью на воспитание, каждый приемный родитель должен быть готов иметь дело не только с отдельно взятым ребенком, а членом другой семьи. Принимая ребенка, мы принимаем его семью, а принимая его семью, принимаем ребенка.

### ***Как обсуждать с ребенком опыт проживания в кровной семье.***

Вы можете начать с вопроса: «Что мне нужно знать о твоей семье (о вашей семье), чтобы лучше помочь (понять)?». Если ребенок намеренно пытается шокировать вас, например: «Ненавижу их, чтоб они умерли», «Моя мать продала меня, когда мне было 7 лет» и т.д., имеет смысл уточнить: «А что еще?». Если ребенок теряет, то это означает, что у него нет основной, ключевой характеристики своей семьи – этот опыт не проработан и постоянно дает «разряд» эмоциональной нестабильности.

### ***Что делать, если ребенок вас шокирует, и вы чувствуете себя скованно при обсуждении кровной семьи.***

Такое поведение – далеко не редкость, особенно если приемный родитель стремится показать свою опытность, как можно быстрее проникнув в причины проблем ребенка, вскрыв «тайные» механизмы его поведения. Поэтому есть одно общее правило – будьте аутентичны своему эмоциональному состоянию, научитесь говорить ребенку о том, что чувствуете. Если статус и ваше понимание позиции родителя сопротивляется такому поведению, то, возможно, лучше и не углубляться в работу с семьей, а поискать посредника – психолога или психотерапевта. Однако преодолеть свои установки возможно, хотя бы для того, чтобы ребенок начал говорить о семье не только для того, чтобы шокировать, вызвать жалость, но и решить свои проблемы. Помните, что ребенок хочет быть понятым – это становится условием его дальнейшей способности самому понимать себя.

### ***Риск эмоциональной возгонки.***

Часто обсуждение семейной истории запускает механизмы аффектизации ребенка – чрезмерные эмоциональные проявления (чрезмерные на взгляд не очень искусственного родителя) могут шокировать и располагать к таким реакциям, которые затруднят общение с ребенком. Применяйте прием рационализации: если ребенок говорит, что был готов убить себя, потому что расстроил маму, отвечайте, что вы видите, как ему пришлось нелегко. Таким ответом вы одновременно показываете и понимание, и снижаете «градус» аффекта. Несомненно, аффектизация удлиняет время контакта - и часто приемные дети в первые месяцы и даже годы жизни в замещающей семье ведут себя истерически, чтобы компенсировать недостаток контакта. Поэтому вы можете использовать прием «выбор приоритетов», предлагая ребенку в определенное время обсудить ту или иную проблему.

### ***Сепарация от семьи.***

Особое место занимают случаи конфликта интересов семьи и ребенка. Например, ребенок проживал в семье, которая вела асоциальный образ жизни и не проявила стремления изменить образ жизни, ребенок пострадал от своих родителей или близких родственников. Ребенок может испытывать самые разные чувства по этому поводу: кто-то из детей считает себя провокатором: «Если бы я вел себя хорошо, мама меня бы не била и не пила с горя», а кто-то неистово ненавидит родителей. Это травматичный опыт, который может настораживать и пугать. Тем не менее, вам придется иметь дело с этими воспоминаниями и последствиями этого опыта. Травматичный опыт

прорабатывается – однако если прошло сравнительно немного времени, ребенок обладает чувствительной нервной системой или у него не было шанса справиться со своими воспоминаниями, вам придется участвовать в преодолении травмы. Лучшее решение – обратиться к психологу, и решать проблему вместе. В условиях дома могут помочь все те же приемы кинотерапии (на самом деле, в фильмах и книгах для детей не мало историй об утрате и насилии, обсуждение которых может помочь ребенку справиться и выработать конструктивное отношение к своему опыту).

***Как позиционировать отношение к кровной семье ребенка в общении с ним.*** В первую очередь, избавьтесь от любых штампов (не стоит ни ругать и уничивать родителей, ни превозносить – потому что в каждом случае отношения ребенка и кровных родителей могут не совпадать с рекомендациями). Идите от отношения ребенка, а если у вас есть ваш личный опыт общения с кровными родителями, то вы можете найти адекватные слова для выражения своего отношения к родителям и родственникам ребенка, сказать, что в их поведении вас располагает, а что удивляет, настораживает или даже заставляет задуматься.

***Как вести себя в ситуации сравнения с кровными родителями не в вашу пользу.*** Сравнение одного человека с другим уже манипуляция, которую нужно останавливать, хотя бы потому что, что таким приемом сравнивающий уходит от конструктивного обсуждения и решения проблемы. Подумайте, а потом обсудите с ребенком, зачем он сравнил вас с родителями – чтобы уколоть ваше самолюбие, чтобы вынудить к чему-то, чтобы добиться гневной реакции? Можете отшутиться: «Я такой, какой есть...», можете сказать, что вам не очень нравится такое сравнение, можете вполне серьезно согласиться с ребенком: «Я понимаю, что твои мама и папа – это одно, а мы совсем другое, мы никак не собираемся их заменить». В любом случае, ваша реакция не должна быть возвращенной оценкой родителям, не стоит сообщать ребенку, что он превозносит достоинства своих родителей и т.д.

***Как вести себя в ситуации нелестного сравнения против кровных родителей.*** Иногда дети сравнивают и «в обратную сторону»: например, сообщают, что с вами им интереснее. За таким признанием может стоять и манипуляция, и неуклюжее стремление выразить признательность. Вы можете сообщить ребенку, что тоже можете допускать педагогические промахи, а можете спросить ребенка о том, что ему в вашем поведении нравится больше, а что меньше. Сравнение с кровными родственниками открывает возможность обсудить отношение ребенка к вам и формировать отношения с вами: пользуйтесь такой возможностью.

***Как вести себя в трехстороннем общении «приемная семья – ребенок – кровная семья».*** На вашей стороне право регулировать правила такой коммуникации – есть ситуации, которые следует пресекать в таком общении. Например, невозможные обещания – когда чувство вины перед ребенком вынуждает кровных родителей давать обещание сделать что-то, что родитель сделать не может. Ребенок верит и ждет исполнения обещанного, однако, не

получив, чувствует себя обманутым. Следует пресекать всякие выяснения отношений в присутствии ребенка, как между вами и кровными родственниками, так и между ними. Если у вас есть нерешенные вопросы – выясните их без ребенка. Избегайте поспешных суждений о поведении кровных родителей – даже если они неряшливы, необязательны и т.д. Других кровных родственников у ребенка нет, не стоит вступать в прямую и опосредованную конкуренцию между вами и кровными родственниками. Сохраняйте прагматический настрой и помните о перспективе возвращения ребенка в кровную семью. Помогите кровному родителю, проявите уважение, постарайтесь шаг за шагом выстроить паритетные отношения – это поможет и в деле адаптации ребенка к вашей семье.

### **ПРАВО НА КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ**

При работе с жизненной историей важным моментом является не только то, как представить саму историю для ребенка. Естественным образом возникает вопрос, как говорить про историю жизни ребенка с другими людьми.

#### ***Почему дети не хотят говорить с другими о своем прошлом?***

Бывает, что приемные дети испытывают трудности в близких отношениях, потому что не готовы обсуждать с другими детьми историю своей жизни, а в дружбе неизбежно возникают вопросы («А твои родители... А мои родители... А у тебя дома... А у меня дома...»). Дети не знают, как говорить про это, поэтому предпочитают не говорить вообще и избегают близких контактов с другими детьми. Иногда, например, в случае с «отказниками», дети объективно мало знают или не знают совсем ничего о своем прошлом. Им просто нечего рассказывать. Но окружающим это кажется странным, и они показывают это ребенку. Со временем дети привыкают избегать подобного рода разговоров или сочиняют себе прошлое, чтобы не попадать в такие ситуации. Однако обман обнаруживается, и окружающие негативно реагируют на это.

Опыт социальной жизни после изъятия из неблагополучной кровной семьи очень ясно показывает детям, что отношение к их родителям со стороны социума негативное. И для детей, даже если они сами гnevаются на своих кровных родителей, осуждение извне – болезненно. И они стараются этого избегать. Кроме того, каждый разговор о прошлом – это прикосновение к болезненным воспоминаниям, которое также не хочется повторять.

#### ***Почему дети говорят не то, что есть, о своем прошлом?***

В некоторых ситуациях дети находят выход, сочиняя альтернативную историю: «Мой папа миллионер, а я случайно живу тут с дядей и тетей, но это временно». Или, если ребенок благополучно привязался к приемной семье, он может рассказывать не только другим, но и самим приемным родителям, что «а мы с мамой каждое воскресенье в цирк ходили», – после того, как приемные родители отвели ребенка в цирк. Или, например, увидев во дворе красивую машину, ребенок может сказать: «А у нас дома был „мерседес“...» Это не ложь как таковая, ребенок берет из существующей

действительности реальные элементы и «помещает» их в свое прошлое, заменяя ими «пустоты» в воспоминаниях или то плохое, что было: нищету, голод... Это своего рода попытка исцелить себя, но подлинное исцеление возможно, конечно, только путем проработки реальных травм и нахождения реальных позитивных моментов в прошлом ребенка. Сам ребенок подобного рода работу провести не в состоянии. Все, что доступно детям в качестве психологической защиты, – это вытеснение («забывание») и фантазирование.

Еще один вариант создания альтернативной истории – когда ребенок, не имеющий в силу возраста (раннее изъятие) или обстоятельств («отказной» с рождения) информации о своем раннем детстве и семье, слушая истории других детей, «присваивает» их. Этот феномен связан с тем, что в процессе формирования личной идентичности любому человеку нужны устойчивые представления о себе. Отсутствие воспоминаний приводит к тому, что ребенок не может сам себе ответить на вопросы «Откуда я?», «Чей я?». Пустота в воспоминаниях приводит к специфическому ощущению «я непонятно кто», и это неприемлемо. И тогда дети «заимствуют» чужие воспоминания или фантазируют для заполнения своей пустоты.

### ***Почему в принципе важно уметь рассказывать другим о себе?***

«Я для других» – это в том числе то, как человек представляется другим людям. Социальное зеркало – это информация о нас, почерпнутая из взаимодействия с другими людьми. Благодаря ей мы лучше узнаем себя. Очень многие наши представления о самих себе по своей природе социальны. Корни самооценки любого человека лежат в отношениях со значимыми людьми. С течением времени, по мере взросления, человек занимает все более сознательную позицию в формировании представлений о себе, но в детстве мнение окружения – это непосредственный источник представлений ребенка о самом себе. Поэтому необходимо учить ребенка рассказывать о себе, учитывая, где и с кем он говорит.

### ***Степень подробности***

Поскольку детям важно уметь каким-то образом представлять историю своей жизни для других людей, нужно, чтобы близкие взрослые совместно со специалистами помогли создать «публичную» версию жизненной истории ребенка. Также важно научить ребенка разным вариантам реагирования на вопросы окружающих. Ребенок имеет право не рассказывать о себе, даже если его прямо спрашивают: «А что с тобой было? А ведь это не твои родные родители?» и т.п. Право на отказ в обсуждении, в том числе на отказ старшим по возрасту (учителя, воспитатели, вожатые, старшеклассники и пр.), – это непростой для ребенка навык, связанный не только с «техническим» умением, но и с внутренним ощущением своей правоты. И помочь в его формировании должны близкие взрослые, поскольку это право на самозащиту. Кроме разговоров и объяснений важно в игровой форме (игра с куклами, ролевая игра) потренироваться, как вести себя в таких ситуациях. Нужно, чтобы ребенок побывал в разных ролях – в своей собственной и в роли того, кто пристает с расспросами. Необходимо предложить конкретные способы действия и фразы, которые он может говорить. Например: «Я не

хочу сейчас с вами об этом говорить»; «Мы обсуждаем эти вопросы только дома/в кругу семьи». Кроме отказа от обсуждения ребенку важно восстановить справедливость и ответить на такого рода расспросы: «У меня хорошая семья и я люблю своих родителей». Родители могут выбрать вместе с ребенком такую фразу, которая больше подходит для их ситуации. Но важно, чтобы это был конкретный вариант поведения, который позволит ребенку не растеряться, дать отпор любопытствующим, сохранив при этом свое достоинство.

Версия истории жизни ребенка, которая подходит для обсуждения с теми, с кем можно и хочется поделиться (близкие друзья ребенка, друзья семьи), должна заключать в себе краткое описание действительных событий.



«Действительных событий» – потому что в случае придумывания взрослыми ложных фактов ребенок четко поймет, что ему есть чего стыдиться и с ним не все в порядке. Важно найти приемлемый и безопасный вариант изложения того, что в реальности было с ребенком. Разумеется, с другими людьми не обсуждаются подробно факты жестокого обращения и насилия, если они имели место в жизни ребенка. Также нет необходимости отображать абсолютно все перемещения ребенка из одного

места в другое; или такие факты о кровной семье, как убийства, самоубийства, тюрьма, психические или венерические заболевания кровных родителей.

Информацию о том, что ребенок в одной семье родился, а в другой живет, можно отобразить следующим образом:

*«С семьей, в которой я родился, случилась беда. Остаться жить с моими родителями было нельзя, и сейчас я живу с папой... и мамой... (плюс братья/сестры/кошки/собаки)».*

*«Родители, у которых я родился, умерли, и сейчас у меня другая семья».* (Если кровные родители действительно умерли! Недопустимо говорить «умерли» о тех родителях, которые на самом деле живы или про которых неизвестно, где они и что с ними сейчас.)

*«Я действительно родилась в другой семье и раньше жила в другом городе. Так случилось, что меня забрали в детский дом. Но сейчас у меня есть семья, которую я люблю».*

Соответственно, если ребенка продолжают расспрашивать о причинах произошедшего, то возможен либо вариант с отказом от обсуждения, либо предложение спросить об этом приемных родителей.

Дети подросткового и юношеского возраста всегда имеют собственное мнение относительно того, что им следует делать. Они могут захотеть обсуждать достаточно подробно свою жизнь с друзьями, которых считают

своими близкими. В этом случае задача взрослых не настаивать на том, как лучше поступить, а гарантировать своему ребенку поддержку в любой ситуации. Даже если он обсуждал историю своей жизни с другими людьми вопреки совету родителей не делать этого и потом пострадал, важно не упрекать ребенка, а посочувствовать и сказать, что никто не вправе осуждать другого человека за ту боль, которую он пережил в своей жизни. Тем более что ребенок не виноват в том, что с ним было. Если подросток интересуется мнением родителей, то можно рассмотреть с ним варианты последствий такой откровенности: разные реакции окружающих, чувства ребенка по этому поводу в каждом отдельном случае. В том числе отдельно нужно обсудить проблему «возможности несохранения секрета», когда даже лучший друг в минуту гнева или по небрежности может рассказать другим то, что ему доверил ребенок. Важно обсудить с ребенком, что он хочет получить в ответ на свою откровенность, чего он опасается и чего реально можно ожидать. В этом случае ребенок будет хотя бы относительно психологически готов к возможным последствиям своей самостоятельности в данном вопросе. И в случае с подростками именно это является основной задачей родителей: подготовить ребенка к самостоятельным поступкам и принятию возможных последствий, сохраняя контакт с ним.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

К счастью или к сожалению, никто не в состоянии переписать свою историю, но изменить отношение к тому, что было раньше, человек может. И тогда раны прошлого будут болеть меньше, а события будут восприниматься как опыт, который станет ресурсным. Все это касается и детей, которые пережили трудные времена и которым посчастливилось войти в новую семью. Они, конечно, останутся продолжением на древе своего рода, который, как это и бывает, имеет как сильные, так и слабые вехи своей истории.

Принимать чувства детей – это лучшее, что могут сделать замещающие родители в ситуации, касающейся биологической семьи. Поэтому взрослым, которые замещают кровных родителей, важно научиться справляться с сильными эмоциями, чтобы помочь травмированному ребенку справиться с его чувствами. Категоричность и непримиримое отношение могут только усилить переживания и испортить взаимоотношения между обеими сторонами. Ребенку нужны в такой ситуации зрелые взрослые, которым можно довериться.

«Убегать от тени» кровных родителей путем замалчивания и игнорирования их роли по сути означает оставлять ситуацию без контроля. Искаженные воспоминания и ложные выводы, к которым может прийти ребенок без участия взрослых, разрушительным образом повлияют на его представления о себе и на отношения с людьми. Трудная задача «сопровождения» ребенка по его истории в конечном итоге приводит к формированию адекватных представлений о прошлом и сохранению базовой способности к доверию. Далеко не всегда у приемных родителей хватает

моральных сил и знаний для того, чтобы самостоятельно проводить такую работу со своим ребенком. Кроме того, многим детям требуется психотерапевтическая помощь в проработке их прошлого. Для этого семьи могут обратиться к специалистам.

Вопреки бытующему мнению, работа с жизненной историей является не препятствием, а средством для формирования привязанности к новой семье. Однако эта работа достаточно сложная, требующая времени и терпения со стороны приемных родителей.

### *Рекомендуемая литература:*

1. Книгу Татьяны Панюшевой «Приемный ребенок. Жизненный путь, помощь и поддержка» можно прочитать здесь <https://educ.wikireading.ru/5511>.



Эта книга адресована как специалистам, работающим в сфере семейного устройства (психологи, педагоги, социальные работники), так и приемным родителям, настоящим и будущим. Она станет источником знаний, стратегий и вдохновения для каждой семьи, которая хочет ребенку в этом помочь. Также эта книга может заинтересовать людей, которые сами были приемными детьми, и, став уже взрослыми, сталкиваются с болезненными вопросами прошлого и хотят лучше осознать, что с ними произошло и как можно себе помочь.

2. Статью Е.Б. Жуйковой, Л.С. Печниковой «К вопросу о психологических особенностях семей, сохраняющих тайну усыновления» можно прочитать по ссылке: <https://cyberleninka.ru/article/v/k-voprosu-o-psihologicheskikh-osobennostyah-semey-sohranyayuschih-taynu-usynovleniya>

В статье описаны психологические особенности семей, усыновивших ребёнка и сохраняющих тайну усыновления. Обозначены проблемы, стоящие перед научной психологией и практикой в связи с необходимостью оказания помощи принимающим семьям, сохраняющим тайну усыновления. На основе анализа случаев обращения принимающих семей за психотерапевтической помощью, а также обобщения литературных данных выделены психологические характеристики семей, сохраняющих тайну усыновления, которые рассматриваются в контексте перспектив формирования стратегии помощи таким семьям.

3. Со статьей Дарьи Менделеевой «Почему усыновленные дети ищут кровных родителей» можно ознакомиться по ссылке: <https://www.miloserdie.ru/article/pochemu-usynovlennye-deti-ishhut-krovnyh-roditelej/>

Зачем приемному ребенку знать о кровной семье, и почему иногда спустя годы дети начинают искать своих биологических родителей? Об этом три истории и мнение специалиста.

4. Справочно-информационное пособие «Выстраивание взаимоотношений между кровными родителями и приемной семьей» для психологов и специалистов, осуществляющих сопровождение замещающих

семей, которое составлено специалистами автономного учреждения социального обслуживания населения Тюменской области «Центр социальной помощи семье и детям «Мария» можно скачать по ссылке: <http://www.psihdocs.ru/metodicheskie-rekomendacii-dlya-psihtologov-i-specialistov-rabo.html>

5. Со статьей Марианны Лапиной «Незримое присутствие биологических родителей в жизни приемного ребенка» можно ознакомиться по ссылке: <http://sirotstvy.net/ua/tips-professionals/psychologist/nezrymoe-prysutstvye-byologycheskykh-rodyteley-v-zhyzny-pryemnogo-rebenka/>

6. Со статьей М. Д. Гуровой «Формирование психологически грамотного отношения к кровным родителям приемного ребенка» в двух частях можно ознакомиться по ссылкам: <http://excellentfamily.ru/новости/формирование-психологически-грамотн/>  
<http://excellentfamily.ru/новости/формирование-психологически-грамот-2/>

### *Видео:*

1. Видеозапись и текстовую расшифровку вебинара «Прошлое приемного ребенка: что с этим делать. Вводное занятие» Татьяны Панюшевой – кандидата психологических наук, детского психолога, психотерапевта можно посмотреть по ссылке: <https://changeonelife.ru/2014/06/02/videozapis-i-tekstovaya-rasshifrovka-vebinara-proshloe-priemnogo-rebenka-cto-s-e-tim-delat-vvodnoe-zanyatie/>

2. Вебинар "Кровные родственники приемных детей. Ресурсы и риски" приемного родителя Натальи Городиской можно посмотреть здесь: <https://www.youtube.com/watch?v=fJGwEngXBng>

3. Вебинар «Кровные родственники - чувства приемных детей» с участием Алекса Гилберта, усыновленного из России в Новую Зеландию, можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=5pNJZvKLhfo>

Многие усыновители задаются вопросом, а что чувствует их ребенок по отношению к кровным родственникам. Будет ли он искать своих настоящих родителей, когда вырастет (если он их не знает). Осуждает ли он их, хочет ли с ними общаться, зачем вообще ему знать что-то о них. И нужно ли помогать своим приемным детям в поиске кровных родителей или "меньше знает, крепче спит" и "зачем ему лишний стресс, в нашей семье его любят и считают родным".

Ответы на эти очень важные вопросы можно услышать "из первых рук".