

## СТАТЬ ПРИЕМНОЙ СЕМЬЕЙ. О ДОВЕРИИ И ЕДИНСТВЕ

### ЦЕНТР УСЫНОВЛЕНИЯ ШВЕЦИИ

Bli adoptiv familj. Om tillit och samhörighet. Gunilla Andersson, fil.kand. i psykologi och terapiutbildad, anställd på Adoptionscentrum och medlem av gruppen Adoptionsrådgivningen.

**Гунилла Андерссон** – психолог. Работник Центра усыновления и член группы Консультации по вопросам усыновления.

**Перевод:** Светлана Деекк, Проект «К новой семье», 2005 г.

#### Что такое удачное усыновление?

На этот вопрос существует множество разных ответов. Все мы хотим, чтобы нашим детям было хорошо, чтобы они были счастливы, любимы, взрослыми имели интересную работу и собственную семью. В этом смысле приемные родители ничем не отличаются от «обычных» родителей. Мы, конечно, не знаем, как бы сложилась судьба ребенка, останься он со своими биологическими родителями при благоприятных обстоятельствах. Был бы он здоров, счастлив, удачлив? Но мы знаем, что трагические обстоятельства не позволили ребенку остаться в кровной семье, ребенок потерял право новорожденного, а именно свою семью и свою очевидную связь с ней.

В таком случае ответ на вопрос «Что такое удачное усыновление?» звучал бы так: удачное усыновление – это когда ребенок и его новые родители - приемные - обретают единство, взаимное доверие и подтверждение каждым из них своей уникальной роли: ты - наш ребенок, а вы – мои родители, чтобы ни случилось. В счастье и несчастье мы – одна семья, мы созданы друг для друга.

Биологическую семью ребенка невозможно заменить, она навсегда остается его происхождением, началом его появления на свет, источником его наследственных качеств. Но также невозможно заменить и приемную семью ребенка, которая помогает ему закрепиться в настоящем, дает ему то базовое, от чего он будет отталкиваться в жизни и формировать свое существование.

Когда будет заметно, что ребенок и родители обрели единство, можно будет говорить о сформированности привязанности, о том, что ребенок и родители привязались друг к другу.

Речь здесь идет о совместной работе. Кто же и что конкретно делает в этом процессе?

#### Давайте вначале взглянем на ребенка

Ребенок появляется в теле своей мамы, с которой он связан пуповиной. В течение девяти месяцев ребенок живет в животике у мамы, имеет общую с ней систему кровообращения, получает впечатления через ее органы чувств. Мы также знаем, что новорожденный малыш уже очень способное существо, которое знает, кому принадлежит: он может отличать запах своей мамы от запахов других мам, он может отличать человеческий язык от бессмысленных звуков. Было замечено, что ребенок в возрасте лишь нескольких недель реагирует телодвижениями на обращенную к нему речь, будь то китайский язык, хинди или шведский, но ребенок не двигается когда слышит бессмысленные слоги. То есть уже с самого начала с помощью органов чувств ребенок «помещается» в среду, частью которой он себя воспринимает.

Для многих приемных детей потеря этой среды происходит очень рано, сразу после рождения, когда мама еще в больнице или получает уход после родов иным образом, когда ребенок еще только в возрасте нескольких недель или месяцев. После происходит несколько перемещений – больница, дом ребенка, детский дом – пока ребенок в конце не попадает к своим приемным родителям.

Иногда к личной потере ребенка его биологического связующего прибавляется еще и потеря его культурного и этнического наследия<sup>1</sup>. В разных культурах ребенка носят по-разному – на бедре, на руках, на спине – купают и кормят по-разному, взрослые пахнут по-разному, говорят на разных языках, выглядят по-разному и т. д. Бутылочка и ее содержимое тоже не такие в больнице/доме ребенка в российской глубинке, как дома у родителей в Москве<sup>2</sup>.

Для детей, которые обретают родителей в возрасте 2-4 лет или еще позже, добавляется еще и разница в том, как взрослые с ними разговаривают, что от ребенка ожидается, какое поведение требуется для выживания в условиях детского дома по сравнению с поведением дома в семье.

Естественно, такое общее описание не может показать переживания одного конкретного ребенка: не все российские детские дома одинаковы<sup>3</sup>. Атмосфера и отношение к детям в маленьком детском доме в Благовещенске могут существенно отличаться от условий в большом детском доме Москвы<sup>4</sup>. А Миша<sup>5</sup> родился с гораздо большей способностью приспосабливаться к драматичным обстоятельствам в жизни, чем Рита, которая намного чувствительнее и которую легче оттолкнуть и обидеть. Необходимо увидеть индивидуальность ребенка и постараться понять как можно больше о предпосылках его развития.

Что же мы, приемные родители? Каков наш вклад в совместную жизнь с ребенком?

Во-первых, мы привносим собственный опыт детских воспоминаний и принадлежности к семье. Как взаимодействовали мы с нашими родителями, что от них получили, что могли принять? Каким наше детство кажется нам сейчас и каковы наши отношения с родителями сегодня, независимо от того, живы они или нет? Не обязательно иметь абсолютно солнечное и полное любви детство, чтобы самому стать хорошим родителем. Однако важно понимать, что и почему было проблематично и трудно. Это нужно для того, чтобы мы, как родители, могли понимать потребности ребенка и уметь отдавать предпочтение потребностям ребенка, а не своим, когда это требуется.

Кроме того, большинство приемных родителей прошло через период надежд и отчаяния, безрезультатно пытаясь завести биологического ребенка. Как и при других жизненных кризисах, из этого можно выйти сильным, с ясным пониманием собственного смысла жизни. Но также, вероятно, чувство уверенности в себе как у женщины, так и у мужчины получает огромную трещину, которая плохо влияет на отношения между супругами (особенно если им пришлось проходить долгий путь медицинских исследований и лечения).

Как далеко вы продвинулись в работе над вопросами и чувствами, возникшими в результате совместных переживаний бесплодия, когда вы решились на усыновление? Усыновление, конечно, разрешение проблемы бездетности, но не бесплодия, примирение с собственным бесплодием – нечто совершенное другое.

Если у вас уже есть биологические дети или вы знаете/думаете, что сможете их иметь и после того как усыновили, все равно существуют другие «ямы» для падения. Если у вас есть дети, и вы считаете себя хорошим родителем, вы можете быть готовы дать новому ребенку все то, что вам удалось с вашими другими детьми. А новый член семьи, может оказаться, совсем не желает принимать это от вас. Возможно, он боится, не умеет справляться с тем, что новая жизненная ситуация преподносит ему, тогда он отказывается от того, что ему предлагают родители. Тем, кто считает, что может справиться с любым ребенком, может быть трудно

<sup>1</sup> В оригинале: «К личной потере ребенка его биологического начала при международном усыновлении прибавляется и потеря его культурного и этнического наследия» *Здесь и далее примечания переводчика*

<sup>2</sup> В оригинале: «...не такие в доме ребенка в Колумбии или России, как дома в Швеции»

<sup>3</sup> В оригинале: «...не все детские дома в Индии одинаковы»

<sup>4</sup> В оригинале: «...Бангалоре...Бомбея»

<sup>5</sup> В оригинале: «...Мануэль...»

осознать, что приемное родительство требует больших перемен от взрослых и больше фантазии и воодушевления, чем они себе представляли.

Но это звучит почти безнадежно! Удастся ли кому-либо построить привязанность при таких условиях?

Да, несомненно! Потребность каждого ребенка в родителях, в привязанности, а также родительское желание дать любовь и уход своему ребенку – мощные силы. Но это и большая работа как для родителей, так и для ребенка. Это почти не отличается от отношений между взрослыми. «Влюбленность – это лавина, не подвластная воле сила. Любовь – тяжелая работа».

Есть ли способ для приемных родителей подготовиться к такой работе? Есть ли способ, чтобы подготовить к этому ребенка?

У приемных родителей много возможностей подготовки. Всем, кто собирается усыновить, предстоит знакомство с органами опеки, и во время сборов документов и разговора с работниками опеки<sup>6</sup> есть возможность не раз обдумать и прочувствовать все обстоятельства, которые привели вас к решению стать кандидатами в усыновители, а также задуматься, с каким багажом попадет ребенок в вашу семью.

Существуют курсы для приемных родителей, организуемые местными центрами усыновления. Эти курсы – отличная подготовка для построения семьи тем, кто решил усыновить ребенка.

Помимо этого, можно связаться с более опытными приемными родителями: с теми, кто уже усыновил, возможно, из того же региона<sup>7</sup>, что и вы, или с теми, кто усыновил ребенка того же возраста, над которым вы задумались (особенно если вы решили усыновить ребенка постарше). Для тех, кто активно ищет, есть много способов ознакомиться с вопросами, касающимися усыновления. Общаясь с другими приемными родителями, можно принимать участие как в огромной радости, так и в особенных проблемах и вопросах, которые актуальны для семей с приемными детьми.

### **Абстрактный ребенок – конкретный ребенок – наш ребенок**

Приемные родители при усыновлении должны сами забрать домой своего ребенка из детского учреждения<sup>8</sup>. Для того, чтобы дать привязанности начать формироваться там, где и положено, а именно - в месте, хорошо знакомом для ребенка.

### **Маленький ребенок**

При усыновлении маленького ребенка, малыша 1-2 лет, трудно представить себе его подготовку к появлению будущих родителей<sup>9</sup>. Часто просто-напросто у детского учреждения совсем нет на это ресурсов.

От органов опеки, а также от руководства детского учреждения зависит, когда будущие родители смогут посещать малыша<sup>10</sup>. Мы рекомендуем важные/желательные моменты, но в каждом отдельном случае вам решать, что важно, а что и невозможно.

<sup>6</sup> В оригинале: «...и во время разговора с социальным работником коммуны...»

<sup>7</sup> В оригинале: «...из той же страны...»

<sup>8</sup> В оригинале: «Почти все родители, проходящие через международное усыновление, теперь сами отправляются за ребенком в страну происхождения, чтобы участвовать в завершающей части процесса усыновления и самим привезти ребенка домой»

<sup>9</sup> В оригинале: «При международном усыновлении трудно представить себе подготовку маленького ребенка, малыша 1-2 лет, к приезду будущих родителей.»

<sup>10</sup> В оригинале: «Даже когда будущие родители уже прибыли в страну и город ребенка, принимающая организация решает, когда они могут увидеть ребенка. Наличие персонала, медицинское обслуживание, транспорт, языковые проблемы, разные взгляды на то, сколько ребенок уже понимает о происходящем, и на его потребности – очень многое определяет границы того, что действительно можно сделать.»

1.

Дайте ребенку возможность привыкнуть к новой ситуации. А именно: посещайте ребенка в больнице/доме ребенка каждый день, берите его на руки, если разрешено, или просто найдитесь рядом с ним, будьте вместе, чтобы ребенок привык к тому, как вы выглядите, и к вашему запаху. Если малыш с вами играет, а у вас с собой есть игрушка, оставьте ее у ребенка и в следующий ваш приход снова играйте с этой игрушкой.

2.

Попросите что-нибудь, что знакомо ребенку, увезти с собой. Предмет одежды, бутылочку, подушку (купите новую и оставьте взамен или спросите, чем можно заменить). Это поможет ребенку связать то, что было, с тем, что будет. Это также поможет ребенку в будущем связывать «до» и «теперь», а также подтверждать, что его прежняя жизнь на самом деле была, и что она такая же настоящая, как и жизнь, которой ребенок живет сегодня.

3.

Проследите, чтобы ребенка вам отдали не во время сна, то есть не спящего. Часто ребенка хотят передать спящим, «чтобы он не испугался и не заплакал». Лучше, чтобы та нянечка/воспитатель, которую ребенок знает, отдавала вам его из рук в руки, тем самым давая разрешение ему уйти в новую семью и новую жизнь. Иначе ребенок после может начать фантазировать, что вы его украли без ведома воспитателя.

4.

Делайте много фотографий на будущее! Сфотографируйте кроватку, в которой малыш лежал, персонал детского учреждения и других детей, само здание. Чтобы у вас были фотографии, которые вы сможете рассматривать, рассказывая его любимую сказку на ночь «как мама и папа поехали в Рязань<sup>11</sup>, чтобы забрать тебя!»

### Ребенок постарше

Если речь идет о ребенке возрастом постарше, то формирование привязанности можно начать еще до того, как ребенок попадет к вам домой<sup>12</sup>. Принесите<sup>13</sup> ребенку фотографии, простые фотографии дома, где он будет жить, кроватки, в которой он будет спать, и кухни, где вы готовите еду. Фотографию его новых родителей, где у мамы та же самая прическа и то же самое платье, а у папы тот же пиджак и борода, которые у них были<sup>14</sup> во время первого визита к ребенку. Если есть другие члены семьи – будущие братья, сестры, любимая собака или кошка – их фотографии тоже приложите. Чтобы кто-нибудь из взрослых в детском доме рассматривал с ребенком эти фотографии (которые, конечно, надежно завернуты в пленку и правильного формата для детских глаз и рук) и представлял вместе с ним его новую жизнь. Можно также оставить<sup>15</sup> запись маминого и папиного голосов на кассете, а также голоса больших братьев и сестер и некоторые<sup>16</sup> детские песенки, которыми вы уже запаслись.

<sup>17</sup>Для первой встречи действуют в основном те же правила, что и для встречи с малышом:

Дайте ребенку возможность привыкнуть к вам (несмотря на то, что ЕСТЬ дети, которые сразу же с первой встречи хотят идти с родителями домой).

<sup>11</sup> В оригинале: «...в Тайланд...»

<sup>12</sup> В оригинале: «...еще до того, как вы встретитесь с ребенком»

<sup>13</sup> В оригинале: «Пришлите...»

<sup>14</sup> В оригинале: «...которые они собираются надеть при первом визите...»

<sup>15</sup> В оригинале: «...прислать...»

<sup>16</sup> В оригинале: «...шведские детские песенки»

<sup>17</sup> В оригинале: «Самим вам следует заучить несколько слов и фраз на родном языке ребенка. Чтобы в первое время вы смогли общаться, могли показать ребенку, что вы хотите его понимать, даже если это не всегда получается. Чтобы дать ему понять, что вы считаете его язык ценным и владеть им – очень хорошо, даже если в Швеции его почти никто не знает»

Спросите, нельзя ли вам взять что-нибудь с собой из детского дома, с чем связана жизнь ребенка там.

Проследите, чтобы ребенок действительно попрощался с персоналом и своими друзьями, чтобы было ясно - все знают, что он уезжает, и взрослые это поощряют.<sup>18</sup>

Сделайте много фотоснимков. Они понадобятся вам уже с самого начала. Кроме того, что они помогают ребенку понять связь его маленького мира, они еще и помогают сохранить воспоминания, которые вы вместе сможете записать<sup>19</sup>.

Используйте фантазию! Пока вы ждете, когда ваш ребенок окажется с вами, пойдите к кому-нибудь, кого вы хорошо знаете и у кого есть ребенок такого же возраста, как и ваш будущий малыш, и спросите маму: если бы твоему сыну/дочке пришлось переехать<sup>20</sup> и попасть в другую семью, чего бы ты пожелала тем людям для того, чтобы они могли комфортнее устроить жизнь твоего ребенка?

### **А что же мы сами?**

Наша первая задача – попытаться понять, что же будет чувствовать ребенок, попав к нам. Но мы должны также думать о том, что происходит с нами самими, когда мы наконец-то принимаем в семью ребенка, которого мы долго ждали, о котором мечтали и думали.

Во время первой встречи с ребенком многие из нас чувствуют, как небо раскрывается над головой и слезы счастья текут ручьями. Все просто прекрасно. Другие ощущают, как свинцовая тяжесть ответственности ложится на их плечи: «Все, что бы я ни делал в жизни с этого момента, будет тем или иным образом связано с этим ребенком. Помогите, справлюсь ли я?»

А некоторые ничего не чувствуют, только пустоту. Их не переполняют родительские чувства, нет никаких мыслей «наконец-то мы – семья». Нет и страха. Лишь пустота и тишина. Надо же, и это все чувства?

Что бы мы ни чувствовали – ничего необычного или ненормального в этом нет. Отправиться порой за много верст<sup>21</sup>, встретиться с чужим ребенком, с которым вы будете делить свою жизнь, - это такое уникальное событие, к которому нет инструкции, нет схемы того, какие чувства вы должны будете испытать. (Даже если все вокруг вас – воспитатель, социальный работник, судья, кто бы то ни был - ожидают, что вы будете луниться от счастья).

Не предъявляйте к себе строгих требований, старайтесь не поддаваться панике, если чувства, которых вы ожидали, не приходят. «Послеродовой шок» не так уж и редок и «позволен» даже приемным родителям.

По прибытии домой весь наш мир совершенно изменился. Если это первый ребенок, мы учимся в первый раз тому, как жить с ним. Часто это большая радость, но и большая усталость, и растерянность. Что ДЕЛАЮТ люди с ребенком 24 часа в сутки?? Как мало сна необходимо новорожденному? Разве 5-летки никогда не играют сами?

А если это уже второй или третий ребенок, то вся семейная картинка меняется, когда семья увеличивается на одного. Наша старшая дочь так сильно ревнует, что ее нельзя оставлять одну в комнате с новым малышом. А мы же усыновляли ребенка в основном для нее! Новоприбывший 4-летка хочет иметь и делать все, что позволено 7-летнему, но это просто невозможно...

Так начинается наша ежедневная попытка уделить внимание всем детям и наладить ежедневный распорядок. Мы радуемся нашим детям и беспокоимся за них, и часто нам трудно выполнить все хорошие задумки и намерения, которые у нас были, когда мы хотели стать семьей

<sup>18</sup> В оригинале: «Попробуйте найти запись детских песенок на родном языке ребенка и купите ее домой!»

<sup>19</sup> В оригинале: «...которые вы позже сможете записать, когда научитесь понимать друг друга»

<sup>20</sup> В оригинале: «...переехать на другой край земли...»

<sup>21</sup> В оригинале: «...в другую страну...»

с детьми. Наша способность смотреть со стороны на себя и детей легко утопает в заботах о чистой одежде, развивающих игрушках и питательной еде.

Замечательно, если есть знакомые приемные семьи, с кем можно поговорить о схожей ситуации. Потому что намного легче увидеть, что правильно, а что нет, что плохо, а что хорошо, когда другие рассказывают о том, что происходит в их семьях, чем увидеть это в собственной семье, в центре которой сам находишься. И, конечно, вы чувствуете себя вправе высказывать свое мнение и свои размышления другой приемной семье, то есть тем, с кем вы разделяете особенности - силу и слабости - приемной семьи.

Но жизнь, как известно, устроена так, что мы учимся на прожитом опыте, а живем будущим. Годы идут, а дети растут.

И приходит день, когда дети уже подростки, а у нас совсем другой взгляд на моменты радости и забот, которыми делятся другие приемные семьи. Мы уже можем оглядываться назад и выделять узоры – как в поведении ребенка, так в нашем собственном - то, что мы не могли разглядеть, когда дети были младше. И когда мы начинаем говорить об ошибках, то большинство из нас говорит об одном и том же – о расставаниях. О ненужных расставаниях, которым мы подвергали наших детей, потому что не понимали тогда.

Виктория<sup>22</sup> рассказывает о нахождении дочери в больнице, когда той был годик. Аня к тому времени жила в семье только два месяца. Это было в 60-е годы, и тогда нельзя было лечь в больницу вместе с ребенком<sup>23</sup>. Персонал больницы считал, что маме нужно отдохнуть от ребенка, они понимали, как тяжело было ей эти месяцы с таким активным маленьким ребенком. И никто не думал, что малышке, который первые десять месяцев своей жизни провел в доме ребенка, мама нужна 24 часа в сутки в первый год, чтобы он не чувствовал себя брошенным и забытым опять. Виктория, конечно, ходила навещать свою дочь каждый день, но эта неделя в больнице разрушила начальное чувство защищенности у ребенка. Сначала Аня отталкивала мать от себя, не хотела узнавать ее, а потом, по возвращении домой, стала «липучкой», которая отказывалась отпускать маму от себя даже на секунду долгое, долгое время. Страх, что что-то сможет опять отнять у нее дом и родителей, выражался у Ани в кошмарных снах много лет. Степан<sup>24</sup> рассказывает, как они с женой, после более чем трех лет неразлучной жизни вначале с одним, а потом и с двумя маленькими детьми, решили, что они заслужили побыть неделю только вдвоем. Дочь Миру, которой было четыре года, они оставили с бабушкой, а тетя взяла к себе 2-летнего сына. Взять на неделю сразу двоих детей было никому не по силам. Мира так сильно переживала, что заболела от расставания, от страха подскочила температура до 40 градусов и держалась несколько дней. А когда родители вернулись, она не смогла подойти к ним, а только посмотрела и упала в обморок от волнения.

Мы можем, конечно, удивляться, как это родители Ани и Миры не знали, что так нельзя. Мы же знаем, что каждый приемный ребенок уже пережил как минимум одну серьезную потерю, а именно - биологической матери, а часто и несколько таких потерь, при смене воспитателя и среды обитания: больница, дом ребенка, детский дом.

Но так как мы, взрослые, знаем, что ребенок попал к нам навсегда, то нам трудно представить себе, что сам ребенок может этого не знать. Мы знаем, что катание на лыжах в горах – всего неделя отдыха, а потом мы опять будем дома. Но как 3-летка, который попал к нам в семью восемь месяцев назад, может это знать?

Мы знаем, что бабушка – лучшая нянька на свете, и что нас не будет лишь одну ночь, мы же вернемся домой в воскресенье после обеда. Но как Петя должен об этом знать? Нас же нет в

---

<sup>22</sup> В оригинале: «Биргит...»

<sup>23</sup> Такovy были порядки в Швеции в 60-х годах.

<sup>24</sup> В оригинале: «Стефан...»

кроватях, как обычно утром, когда он просыпается. А так уже было однажды<sup>25</sup>, когда он спал, а его биомама пропала.

Поэтому для того, чтобы мы и ребенок смогли работать над привязанностью и чувством защищенности, нужно, в первую очередь, ВРЕМЯ. Время, чтобы быть вместе, быть просто НАМИ. Речь идет о нашем времени с ребенком, не бабушек или дедушек или наших лучших друзей, как бы сильно они ни желали разделить с нами нашу радость и побыть вместе с нашим новым членом семьи. Бабушки, тети и друзья – все будут, мы надеемся, важными и любвеобильными взрослыми в жизни наших детей – но только мы будем родителями. Если мы хотим стать незаменяемыми родителями нашему ребенку, теми, кому он постепенно начнет доверять, теми, кто всегда придет ему на помощь, к кому он не побоится привязаться – сейчас как раз есть такая возможность. Мы будем продолжать работать в направлении единства с ребенком в течение многих лет, оно будет менять форму и содержание по мере того, как ребенок растет. Но сейчас закладывается фундамент.

### Четыре заповеди для начинающих приемных родителей

#### Заповедь первая

Не подвергайте ваших детей новым расставаниям, какими бы короткими и незначительными они вам ни казались. Проводите как можно больше времени с ребенком.

Жизнь – ваша должница. Долг ее в том упущенном времени, которое вы не были вместе. Как бы мал ни был ваш ребенок при усыновлении, те девять месяцев до родов и время сразу после родов вам не было дано. Историю невозможно переписать, а прошедшего времени не вернуть. Поэтому постарайтесь использовать время, когда вы можете быть вместе, и наполнить его содержанием, которое поможет ребенку в построении чувства доверия к своим новым родителям и к жизни.

Помните, ребенок может воспринимать все, что вы даете ему через чувства. То, что вы ДЕЛАЕТЕ вместе, то, что ребенок чувствует кожей, пробует языком, слышит в тоне голоса, чувствует телом, когда вы его касаетесь, играете с ним. Слова не несут смысла для ребенка, только что попавшего в семью, не важно, грудничок он или постарше. Через чувства и инстинкты вы можете общаться и понимать друг друга. Не играет роли, поете вы русские<sup>26</sup> народные песни, Биттлз или оперу для ребенка, главное, что вы поете.

Очень хорошо для телесного контакта нежничать и гладить друг друга, а также бороться на ковре, главное, ЧТО вы дотрагиваетесь друг до друга с радостью и любовью.

Первое понимание вы получите с помощью языка тела. И важнее в это время не научить ребенка выговаривать новые слова, а учиться понимать друг друга.

Все это труднее, чем кажется. Дети – требовательные личности, и родитель часто чувствует себя вымотанным до предела, без теплых чувств к ребенку, который все время требует и требует, и, возможно, еще долго не заговорит в ответ.

Хорошо, если родителей двое, чтобы вы могли сменять друг друга. Иногда НЕОБХОДИМО пойти пройтись одному, поговорить с другими взрослыми о чем-то другом, кроме детей, пойти в кино, почитать книгу. Если эти взрослые потребности не восполняются, то сил продолжать давать не остается.

Или, даже если все и делается, но через силу, возникает внутреннее сопротивление, похожее на отчаяние: «Ты когда-нибудь будешь доволен?». То есть ребенку посылается двоякий сигнал – вы говорите: «Я тебя люблю и дам все, что тебе нужно» словами и делами, а язык тела и глаза

<sup>25</sup> В оригинале: «...в России...»

<sup>26</sup> В оригинале: «...шведские...»

говорят нечто противоположное: «Вообще-то я тебе ничего не хочу давать сейчас, ты слишком много требуешь от меня».

Ребенка это сбивает с толку, он не может доверять происходящему. Тогда подрывается доверие к вам, которое вы пытаетесь наладить.

Такие двойные сигналы все родители посылают хоть раз в жизни. Это неизбежно. Не бывает безошибочных, всегда все позволяющих, всегда искренне щедро-дающих родителей. Ребенок это понимает. Но если такие двойные сигналы поступают слишком часто в большом количестве, это уже опасно. Поэтому, кроме прочего, важно, чтобы вы, родители, уделяли внимание и своим потребностям, получали эмоциональную зарядку и могли продолжать давать.

А если родитель-одиночка? В этом случае часто возникает настоящая дилемма, потому как у вас нет человека, на которого можно было бы безоговорочно оставить ребенка, когда вы сами находитесь на грани срыва и должны отдохнуть. В этом случае необходимо найти кого-то, кто сможет быть Важным Взрослым в жизни ребенка долгое время, кто будет в вашем ближайшем окружении и кто захочет взять на себя роль помощника родителя. Человека, который будет разделять будни ребенка на условиях, которые существуют в вашей семье. Того, с кем вы можете разделить привязанность ребенка, не чувствуя себя при этом «за бортом» или свою незначительность как родителя.

### **Заповедь вторая**

Рассматривайте привязанность между вами и ребенком как совместную работу – работу, в которой вы, родители, и ребенок принимаете активное участие.

Даже новорожденного ребенка нельзя считать чистым листом, куском пластилина, из которого можно вылепить все что угодно. Ребенок попадает к вам со своим характером, своими унаследованными чертами, своими собственными ощущениями и телесной памятью того, что с ним было до усыновления. Если ему 3-4 года или больше, у него уже есть осознанные воспоминания прошлого. Родителям потребуется немалая доля фантазии и воодушевления, чтобы разглядеть именно этого ребенка. А не просто ребенка определенного пола и возраста, который теперь стал вашим.

Для этого требуется присмотреться к ребенку, понять, что он за личность, чтобы вы смогли слаженно существовать с малышом, а не просто обрушить на него всю свою любовь и тоску, которую вы пронесли через все время ожидания стать родителями. Нужно постараться понять сигналы, которые ребенок посылает вам, - что он готов принять уже сейчас. Это поможет ребенку почувствовать, что его слышат и понимают, а также поможет научиться связывать собственные разные потребности с правильной формой помощи и утешения.

От голода спасает еда, от холода теплая кофта, потребности изучать мир поможет свобода движения и разрешенные предметы для изучения. Против одиночества помогает физический контакт и контакт глазами.

### **Заповедь третья**

Третья заповедь, которая становится все важнее по мере взросления ребенка, звучит так: запрещенных чувств нет.

Все дети – все люди - испытывают чувства радости, злости, ненависти, скорби, зависти, беспокойства, страха. Даже очень маленькие дети могут скорбеть. Они скорбят о потерянном, о знакомом, о предсказуемом.

Задача родителей попытаться почувствовать ребенка, понять, что он переживает и показать, что вы можете разделить это чувство с ним. Как справиться с чувством, если это чувство ненависти, зависти или страха – другой вопрос, который появляется позже. Важнее сейчас, чтобы ребенок почувствовал, что его переживания вам понятны, что ими можно поделиться, что

он не единственный, кто испытывает подобное, и ошибается, думая, что его никто никогда не сможет понять. Чувство одиночества и отверженности обычно испытывают люди, подвергшиеся тяжелым, травматическим переживаниям, – а наш приемный ребенок всегда имел как минимум одно такое переживание – потерю биородителей и начальной среды обитания.

Дети постарше иногда могут использовать специальный способ, чтобы справиться со своими тяжелыми потерями. Они прекращают вести себя соответственно возрасту. Четырех- или пятилетка, возможно, захочет стать грудничком опять, надеть памперс и есть из бутылочки, чтобы его носили на руках и давали соску.

Это способ получить то, чего он однажды недополучил или совсем не получил будучи грудничком. У ребенка в детдомовской кроватке или дома с одинокой, всегда отсутствующей биомамой<sup>27</sup> никогда не было возможности получить ту заботу и телесный контакт, в котором нуждается любой малыш, поэтому он пытается добрать это в своей новой среде. Чаще всего, если родители идут навстречу и позволяют ребенку возврат в младенчество, регрессию, не чувствуют нежелания кормить его из бутылочки и менять памперсы, то надобность всего этого быстро проходит, и ребенок возвращается к своему обычному поведению пятилетки.

Регрессия также может быть способом избежать выполнять требования, которые ставит новая семья и новая среда. Мы, взрослые, тоже часто так делаем. Когда нам очень страшно, когда мы расстроены или злимся, внезапно мы ведем себя «по-детски» и совершенно не повзрослому и рационально, как от нас ожидается. Когда трудности позади, мы возвращаемся к нормальному функционированию. Если поискать в памяти, можно достаточно быстро вспомнить, когда такое последний раз случилось с нами. Скорее всего, не так уж и давно...

#### **Заповедь четвертая**

Если вы через какое-то время, скажем, через полгода, не чувствуете, что процесс привязанности пошел, что вы и ребенок нашли подходы друг к другу, не раздумывая обращайтесь за помощью. За такое короткое время не удастся достичь безоговорочного доверия и чувства надежности, но процесс должен начаться. Легче всего получить помощь когда ребенок достаточно маленький и недавно в семье, чем когда вы застаете в негативном узоре поведения дома или ребенок находится в фазе, когда он очень занят изучением окружения. Обратитесь за помощью к детским специалистам в поликлинике, к детскому психиатру или подростковому психологу, или к кому-нибудь из специального центра по усыновлению, которые существуют в основном в больших городах.

#### **Начался ли процесс привязанности?**

Как узнать, продвинулись ли вы в процессе привязанности? В основном вы, как родитель, в этом не сомневаетесь, вы просто знаете. Вы это чувствуете интуитивно, вы чувствуете боль в сердце, если замечаете, что не можете «достучаться» до ребенка. Но есть еще и внешние признаки:

##### **для маленьких детей:**

- с ребенком невозможен контакт глазами

##### **примерно от 0 до 1 года:**

- ребенок остается скованным и отвергает родителей, когда его берут на руки, он не прижимается телом к взрослому
- ребенок, которого невозможно утешить, пассивный ребенок, которому не интересны новые впечатления, который не изучает свой мир

<sup>27</sup> В оригинале: «...работающей мамой в Боготе...»

**ребенок после 8 месяцев:**

- с одинаковым удовольствием сидит на коленях и у соседа, и у вас (так называемые неселективные дети), то есть дети, которые не делают разницы между родителями и чужими людьми

- ребенок, который не ищет утешения у родителей, когда расстроится

**для детей постарше:**

- ребенок, который слишком самостоятелен, никогда не просит помощи

- ребенок, которого не интересуют новые впечатления

- ребенок, который не обращается к взрослому, когда ему нужна помощь, когда он ударился, то есть который не ждет, что взрослые могут дать что-то позитивное

- ребенок, который очаровывает всех, но настолько требователен, что никто не может с ним общаться долгое время

- ребенок, который не умеет выражать разные чувства, такие как боязнь, радость, разочарование

- ребенок, который никогда не доволен, всегда хочет «еще», не может удержать чувство удовлетворения уже полученным, а всегда в пути к следующему бутерброду/подарку/впечатлению

- ребенок, который не реагирует, когда родители приходят или уходят

- ребенок, который ведет себя как липучка, преувеличенно привязан к родителям

Вам также необходимо прислушиваться к себе самому. Может быть и так, что ребенок тянется к вам, но вы этого не понимаете или не можете это принять, не идете навстречу ребенку. В такой ситуации следует немедленно обратиться за помощью. Потерянное время будет очень трудно наверстать.

**В заключение**

Когда вы наконец стали приемными родителями, конечно, не стоит все свое время тратить на то, чтобы найти что-то в себе или в ребенке, пытаться обдумывать и мусолить каждую фразу или действие. Нужно жить и существовать в ежедневной жизни, не анализируя все, что происходит и случается. Все написанное выше - не полноценная картина жизни приемной семьи. Это нечто вроде путеводителя, когда вы, как родитель, хотите понять, на правильном ли вы пути в этой особенной жизненной ситуации, которую несет в себе построение семьи через усыновление.

*На задней обложке:*

Усыновить означает взять к себе как своего собственного. Когда используется это выражение, в голову приходят взрослые, берущие ребенка, чтобы сделать его частью своего семейного существования.

Но ребенок-то тоже усыновляет, он должен принять родителей как своих собственных. У них ребенок должен получить ту базу уверенности, чтобы он смог расти и развиваться, к ним он должен возвращаться в моменты радости и печали.

Эта брошюра рассчитана на тех людей, кто находится в начале своего пути приемных родителей, на тех, кто еще не усыновил и размышляет о том, как лучше подготовиться к появлению ребенка. Каким оптимальным способом они смогут дать ребенку возможность усыновить их? Как избежать, по крайней мере, некоторых ошибок, которые нередко совершали первые поколения усыновителей<sup>28</sup>...

<sup>28</sup> В оригинале: «...международного усыновления...»