

Вопросы, возникающие у приемных родителей и тех, кто желает ими стать

Генетика не так важна, как мы боимся

Приемных родителей очень волнует вопрос наследственности, ее негативного влияния на развитие, характер ребенка. Тем не менее, роль генетических факторов слишком переоценивается, а вот роль психологических факторов недооценивается. Недооценивается роль психологической травмы, пережитой ребенком, оставшимся без родителей или никогда их не знавшим, недооценивается травмирующая роль отсутствия хорошей заботы, любви в первые дни, недели, месяцы жизни, недооценивается травматизм жизни в приюте, детском доме, недооценивается влияние душевного страдания на развитие как психическое, так и физическое ребенка.

Есть тенденция любые проявления «дурного» характера и поведения относить на счет «плохой генетики», но характер и поведение гораздо больше определяются именно психологическими факторами, влиянием реального окружения, и именно на эти факторы можно влиять психотерапевтическим вмешательством.

Мотивации усыновления

Перед тем как принимать решение об усыновлении ребенка, необходимо выяснить (лучше с помощью психолога), каковы причины, по которым вы хотите совершить столь серьезный шаг. Похвально желание дать любовь, помочь, проявить нереализованные родительские инстинкты, заботу. Но есть множество скрытых причин внутри каждого из нас, которые могут привести и к негативным последствиям – невозможности найти общий язык с усыновленным ребенком, конфликтам, отрицанию, проявлениям агрессии. Иногда случается, что приемные родители сами возвращают ребенка в детский дом, поняв и приняв для себя тот факт, что они не в силах справиться с образовавшимися проблемами. И этого не стоит стесняться, ведь лучше дать ребенку шанс на нормальное существование, чем скрывать проблему и мучить и себя, и его. Действительно бывают ситуации, когда ужиться родителям и приемному ребенку практически невозможно, даже, несмотря на прилагаемые усилия и терпение.

Особенно драматичным является случай, когда решение взять приемного ребенка, возникает в результате потери родного. Приемный ребенок, по мнению родителей, должен тогда заменить место умершего. Родители не отгоревали свою потерю, они стараются заглушить ее заботой о другом ребенке, который становится "заместительным", до такой степени, что ему буквально может отводиться роль двойника. Проблема в том, что такое решение не уменьшает горя, которое было просто в состоянии отрицания, заместительный ребенок никогда не заменит утраченного, который, к тому же, все больше и больше будет идеализироваться. Это очень травматичная ситуация для приемного ребенка, так как сам по себе он не существует и не интересуется своих приемных родителей, он призван играть роль, соответствовать ожиданиям, в чем он никогда не преуспеет по определению. В итоге, неизбежное разочарование, плохие отношения вплоть до отказа от приемного ребенка, чувство вины у родителей, мощнейший травматизм у ребенка. Возможно также проявление агрессии по отношению к приемному ребенку, наказания, избиение - "расплата" за то, что ребенок абсолютно не похож на родного.

Тайна усыновления

Речь идет о прописанном в Законе об усыновлении обязательстве всех органов и организаций, имеющих отношение к усыновлению не сообщать никаких данных об усыновлении биологическим родителям, которые от ребенка отказались или лишены родительских прав и другим лицам, но речь не идет о тайне усыновления для ребенка, что очень часто под этим понимают. Ребенок имеет полное право знать всю имеющуюся информацию о своих биологических родителях, так же, как и приемные родители. Мало того, всю эту информацию им следует получить в соответствующих органах.

Правда об усыновлении

Вопрос, волнующий всех без исключения приемных родителей: говорить ли ребенку правду, как и когда. Родители должны признать и понять, что их ребенок имеет свою собственную историю, что его жизнь не началась в момент усыновления, что он имеет человеческое право знать свои истоки, свою историю, что является основой его прочного чувства собственной идентичности и самоуважения. Родители опасаются, что правда может ухудшить отношения с ребенком, что связь, недостаточно крепкая, поскольку некровная, может легко порваться. Это напрасные опасения. Только отношения, построенные на правде, могут быть прочными. Нет смысла прятать голову в песок, играть роль «обычной» семьи, отрицать реальный травматизм, пережитый ребенком. Приемная семья – семья особенная, но и она может быть счастливой. Сохранение факта усыновления в секрете может оправдываться самыми благими намерениями, прежде всего нежеланием травмировать ребенка. Сам же ребенок, чувствуя, что эта тема щекотлива и неприятна для родителей, не будет задавать вопросов, чтобы беречь их спокойствие, быть для них хорошим. Но травма была, это факт, отрицать это, значит отрицать реальность, а, следовательно, застряв в этой травме и потом пожинать ее плоды. Напротив, разговор о ней способствует преодолению горя, его переживанию, что открывает новый путь в развитии. Легче всего было бы постараться утешить ребенка какими-то поверхностными словами, отвлечь его, но не это ему нужно. Гораздо важнее пережить вместе с ним его боль, грусть, страдание. Переживание горя – одно из ключевых переживаний в приемной семье, которое она должна пройти, чтобы иметь возможность строить хорошие, доверительные, любящие отношения. В этом переживании есть несколько стадий, этапов. Сначала горе отрицается, делается вид, что ничего не было, ни своих собственных разочарований и боли, ни горя брошенного ребенка. Потом отрицание сменяется гневом, отчаянием, за которыми следует понимание и успокоение. Говорить ребенку правду нужно всегда, даже если он был усыновлен в младенчестве. Говорить правду нужно как можно раньше, не драматизируя ситуацию. Например, одевая, умывая ребенка, сказать: «Какой же у нас замечательный сыночек, как мы рады, что ты живешь с нами, что мы тебя усыновили!» Кажется демонстративным следующий пример из жизни. Приемная девочка 4-х лет, зная о том, что ее удочерили, однажды перед сном заплакала и сказала маме, что скучает по своей родной маме. Мама ей ответила, что это невозможно, так как родную маму она не может помнить, ее удочерили в 2 месяца. Девочка перестает плакать, но в течение последующих дней ее поведение меняется, она становится капризной, непослушной. Мама задумывается и понимает, что была неправа и решает поговорить с дочерью. Она говорит малышке, что на самом деле обманула ее, была неправа, ведь девочка 9 месяцев прожила в животе у родной мамы и потом еще 2 месяца с ней вместе, поэтому она, конечно, может помнить и скучать по ней. Обе плакали, но на утро поведение девочки стало обычным. Через несколько дней она сказала маме: «Ты знаешь, я теперь совсем не так скучаю, когда думаю о моей родной маме. И я поняла, что это по тебе я скучала, когда была у нее в животе!» В нашей памяти сохраняются все пережитые нами события, даже если сознательно мы этого не помним. Опыт первых недель и месяцев жизни также остается в памяти, причем эта память не словесная, а телесная, память на уровне ощущений. Психика ребенка строится, начиная с этих телесных ощущений, которым ближайшее окружение постепенно учит ребенка придавать словесную форму, смысл. Если же какая-то часть опыта, особенно травматичного, оказалась вне этой работы по приданию смысла, символизации, то она остается в психике как некое инородное тело и в дальнейшем является причиной непонятного, необъяснимого страдания. Очень важно говорить с ребенком о его чувствах, пережитых им событиях, чтобы свести к минимуму их травмирующий эффект. В противном случае травматизм останется непроработанным и патогенным, он может весьма драматичным образом повлиять на всю психическую жизнь, развитие. Все непонятное требует объяснения. Если объяснений нет совсем, ребенок их

придумает сам, но обычно эти фантазии оказываются гораздо страшнее любой правды, тем более ребенку свойственно причину всех этих событий искать в себе, в своем плохом поведении, своей плохости. По мнению психологов, чем раньше вы расскажите ребенку о том, что он усыновлен, тем легче пройдет реакция на это. Даже если сначала ему будет трудно это осознать, у него будет гораздо больше времени, чтобы понять и жить с этим фактом как с данностью, чем если вы скажете ему это уже во взрослом возрасте, когда личность и психика уже практически сформированы. Маленький ребенок примет вашу версию того, откуда он появился, и будет жить дальше, доверяя вам, понимая, что он может получить от вас ответы на все его вопросы.

Общение с биологическими родителями

Ребенок имеет право знать свою историю, знать своих биологических родителей, если он того пожелает. Не оправданы опасения родителей, что ребенок будет больше любить своих биологических родителей. Нет, ребенок любит тех, кто любит его и заботится о нем. Обычно встретиться с биологическими родителями хотят более взрослые дети, подростки, взрослые, чтобы что-то понять о себе, о своей судьбе, может быть, чтобы понять, что и почему произошло, высказать все, что они чувствуют и думают.

Важно: никогда не стоит отзываться негативно о биологических родителях вашего усыновленного ребенка. Ни в коем случае нельзя рассказывать страшные истории о том, как плохая мать бросила его, описывать в красках ее моральный облик. Для ребенка важно расстаться с мыслями о родной маме именно в позитивной форме, с положительными эмоциями. Разумно будет объяснить ребенку, что его родители были хорошими людьми, но мама сильно болела, либо попала в такие обстоятельства, что просто не могла растить ребенка, и оставила его, чтобы он мог быть счастлив в приемной семье. Тогда ребенок сможет отпустить негативные эмоции, и они не будут тянуться за ним шлейфом, омрачая жизнь даже во взрослом возрасте.

Рекомендации для будущих приемных родителей

Просто необходимо пройти курсы, консультации, тренинги. Не бояться рассмотреть ситуацию до конца и решить, насколько вы готовы к таким трудностям и переменам в своей жизни. Серьезно подготовиться, оценив свои моральные, физические и материальные возможности. Не взваливать на ребенка весь груз ваших ожиданий. Помнить: полная адаптация может занять время до 3 лет. Не менять резко привычки ребенка, обязательно оставлять с ним зону его комфорта. Не трогать любимые вещи, талисманы, игрушки, даже если с вашей точки зрения это нечто ужасное. Иметь как можно меньше запретных тем. Больше объяснять - это только поможет вашему сближению. Не бояться обращаться за помощью. Существуют бесплатные психологические службы, которые консультируют и наблюдают семью с приемным ребенком. Ничего удивительно, если вы вдруг столкнетесь с проблемами и почувствуете, что сами с трудом находите выход. Если вы действительно хотите, чтобы все закончилось хорошо, на этом этапе вы можете обратиться к специалисту.

Подготовка к усыновлению, помощь специалистов

Помощь специалистов совершенно необходима как перед усыновлением, так и в первое время после, а потом периодически на протяжении длительного времени. Эта помощь направлена на то, чтобы родители, решившие усыновить ребенка, имели достаточное понимание своих сознательных и бессознательных мотивов этого чрезвычайно ответственного решения, чтобы уменьшить количество разочарований, неоправданных надежд. Психологи, психотерапевты, социальные работники обладают необходимой информацией и знаниями о правовых и социальных аспектах усыновления, особенностях психологии нормального ребенка и ребенка с особенностями развития, могут помочь быть достаточно подготовленными к этой новой, непростой, но насыщенной, интересной жизни. Приемные родители должны иметь представления о переживаниях брошенного ребенка, ребенка, пережившего горе и быть готовыми помогать ему это преодолеть. Помощь необходима ребенку для уменьшения негативного влияния пережитых им травм, для его лучшей адаптации к новой жизни, для решения возникающих проблем, которые неизбежны.

Периодические консультации у психотерапевта помогут строить хорошие, удовлетворяющие всех отношения, чувствовать себя достаточно хорошими родителями и детьми.

Качества, желательные для приемных родителей

Помимо социальной стабильности, сильного желания, других обязательных требований, есть ряд качеств, наличие которых очень важно для родителей, желающих усыновить ребенка:

- важно уметь приспосабливаться к непредвиденным изменениям, ситуациям
- быть достаточно физически активным, здоровым физически и психически
- иметь оптимизм, терпение, чувство юмора
- иметь прочную веру в себя, уметь противостоять мнению окружающих
- уметь контролировать гнев, импульсивность
- физически быть готовым кормить, прикасаться, заботиться, ласкать ребенка, который вышел из чужой утробы, с другой кожей и волосами
- быть способным жить под взглядом других и помочь ребенку тоже жить под этим взглядом
- уметь любить и давать, но и уметь заботиться о себе
- иметь глубокое, личное желание стать родителем
- иметь желание учить ребенка, но и учиться у него
- иметь позитивный взгляд на различия
- уметь быть нежным, мягким, но и твердым в родительской роли
- быть открытым к разговору с ребенком о его происхождении
- уметь успокаивать стресс
- знать свои сильные и слабые стороны, уметь их назвать и пошутить над ними
- знать этапы нормального психологического развития ребенка
- хорошо понимать эмоции, связанные с горем