

## Двойная идентичность приемного ребенка

Идентичность - знание того, из каких разных частей состоит наша личность, принятие себя, необходимое для того, чтобы успешно продвигаться по жизни с ощущением собственной целостности. Сумма знаний о себе как результат анализа собственного жизненного опыта - ответы на вопросы «Кто я?», «Какой я?». Но отношение к этому знанию, принятие себя, возникает благодаря соотнесению с системой социальных координат, нормами и ценностями той семьи и того общества, в котором живет человек. Рождаясь, ребенок физически отделяется от матери. Однако вплоть до подросткового возраста семья служит «психологической утробой», эмоционально питая и защищая ребенка. У ребенка чувство «Я» вырастает из чувства «МЫ», и для него вопрос «Кто я?» по сути значит «Чей я?». Ощущение принадлежности – это альтернатива одиночеству, источник жизненных сил: "Я - их, я нужен, меня любят - Я ЕСТЬ". Принадлежность семье не только определяет самовосприятие, но и задает вектор направления жизненного пути: «Откуда я?» - «К чему я иду?».

Дети-социальные сироты оказываются в ситуации чрезмерно ранней социального отделения от семьи. И их *психологическая* жизнеспособность не выше физической жизнеспособности ребенка, родившегося значительно раньше срока.

Разлука с семьей приводит не только к разрыву отношений привязанности, но и к перемене социального и психологического статуса. С утратой основных ориентиров (семья и ближайшее окружение) нарушается восприятие себя и собственной жизни – оно приобретает неустойчивый и фрагментарный характер, в результате чего создается ощущение неадекватности. При этом положение детей из неблагополучных семей оказывается более выигрышным, чем у детей из домов ребенка: даже плохая реальность лучше, чем совсем ничего. Мальчик-подросток, от которого отказались в роддоме, не имевший сведений о своей матери и предыдущих поколениях, выразил свои переживания так: «Я потерялся в космосе».

Знание о своих предках и своей семье - «чувство корней» - помогает человеку понять, каково его место в истории этой семьи и в жизни в целом, это знание тесно связано с понятиями «долг» и «смысл жизни», оно позволяет определить жизненные задачи и осознать значимость собственного жизненного пути. Сохранение важных для ребенка связей с другими людьми, допустимых привычек, личных, в том числе памятных, вещей, восстановление жизненной истории самого ребенка и сбор сведений о его семье (составление «Книги жизни») частично смягчают боль потери и способствуют формированию идентичности. При этом необходимо помнить, что идентичность ребенка несет в себе как положительные, так и отрицательные черты его кровной семьи. Этим объясняется частое стремление к воспроизведению детьми *поведенческих моделей*, принятых в кровной семье. Дело не только в научении («все мы склонны поступать с другими так, как когда-то поступали с нами»), но и в своеобразном подтверждении лояльности, верности своей родной семье со стороны ребенка. Дети, разлученные с родителями, которых они помнят, страдают не только от разлуки, но и потому, что не получили «родительского благословения» на свой дальнейший путь, разрешения жить счастливо и убеждения в том, что они не виноваты в разрыве с семьей. 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 уважения к ним и благодарности за свою жизнь – естественное и необходимое чувство, отсутствие которого ведет к глубоким психологическим проблемам. Но это не значит, что ребенок должен повторять их ошибки. Именно из любви к своим родителям ему предстоит научиться справляться с трудностями и добиваться успеха, строить свою жизнь и отношения с людьми – то есть сделать то, чего хотели, но не смогли 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 отношениям с людьми. То, что по-настоящему нужно ребенку в такой ситуации, - это помощь взрослых в том, чтобы отреагировать свой гнев приемлемым образом, и перейти к стоящей за ним потребности в родительской любви, постоянстве и заботе. Очевидно, что никакая терапия не сможет эффективно помочь, если одновременно с ней в жизни ребенка не появится новая семья. Но позитивные изменения в поведении ребенка происходят постепенно, и вопрос времени – очень серьезный. Достаточно помнить, сколько времени ребенок «учился жизни» в кровной семье, чтобы не ждать от него быстрых результатов. Принятие личности ребенка, укрепление привязанности с ним, терпеливое поощрение развивающихся положительных черт, поддержка и предоставление

альтернативных, социально адекватных моделей поведения постепенно приводят к тому, что новый опыт усваивается и начинает приносить плоды.

Самый болезненный для приемных родителей вопрос – контакты с кровными родственниками. Неприятие кровной семьи, ревность и страх того, что «они» могут «отнять» ребенка – обычные в таких случаях переживания. Однако восстановление в родительских правах – дело уникальное, а когда ребенок привязан к приемной семье (мнение детей в суде учитывается) – то практически невозможное. В то же время многие дети хотят знать (и имеют на это право), что происходит с их родителями, живы ли они. Если ребенок не видит своих кровных родителей и ничего не знает о них, он начинает думать, что не имеет для них никакого значения, а это очень тяжело. Кроме того, некоторую информацию о ребенке можно получить лишь от его родных родителей и других родственников.

Помощь приемным детям по восстановлению идентичности - **постоянство и непрерывность.**

**Настоящее:** разделение чувств и предоставление стабильности.

- Объяснение ребенку необходимости перемещения в новую семью приемлемым образом, понятным для ребенка ("правда не должна уничтожать").
- Сообщение о том, что будет происходить в ближайшее время и что планируется в будущем.
- Работа с возникающими эмоциональными проблемами. Признание страха, тревоги ребенка, его печали о людях, оставленных позади, и неуверенности по поводу будущего.
- Сохранение имени и фамилии, любимых вещей и допустимых привычек (еда, одежда, жизненный уклад).

**Прошлое:** осмысление и принятие

- Обеспечение информацией о прошлом (каждый ребенок в соответствии с обстоятельствами и возрастом должен представлять, кто он, каково его происхождение, где и когда он родился, где прежде жил, кто его биологические родители и где они сейчас, информацию о других родственниках).
- "Книга жизни" - материальные свидетельства о прошлом: фотографии самого ребенка прежде и теперь, значимых людей и мест, записи и т.д. Акцент - на успехи, положительные события. Негативные события также обозначаются, но сдержанно.
- Контакты, насколько они уместны, с кровной семьей и прежними знакомыми.
- Выяснение того, как именно ребенок объясняет расставание с семьей. Проблема ответственности и контроля. Работа с чувствами вины и потери. Прояснение разницы между любовью к родителям и принятием их плохого обращения с собой как "правильного".
- Помощь ребенку в понимании связи между имеющимися проблемами в настоящем (замешательство/депрессия/агрессия) и прошлым травматическим опытом.
- Нахождение ресурсов и сильных сторон в прошлом и настоящем ребенка.

**«Книга жизни»**

Особенность прошлого детей из неблагополучных семей состоит во фрагментарном характере, «выпадении» целых периодов жизни – некоторые из них дети не помнят в силу раннего возраста, а некоторые «вытеснены», как что-то ужасное. Семья может помочь ребенку, воссоздавая «линию жизни» в специальном альбоме воспоминаний. Там могут быть сохранившиеся или добытые у родственников ребенка фотографии, записи рассказов самого ребенка и других лиц о нем, рисунки, иллюстрирующие какие-то события, лист с наложенными одна на другую «обводками» контура руки ребенка в разных возрастах, и т.д. Для сбора информации используются воспоминания самого ребенка, материалы из личного дела, беседы с членами кровной семьи, людьми, знавшими ребенка и его семью раньше (соседи, работники социальных учреждений – поликлиника, детский сад, школа, дом ребенка и т.д.) Важны любые сведения о прошлом, факты – и комментарии приемных родителей к ним - о чувствах самого ребенка в связи с этими фактами, об их личном отношении, сопереживании ребенку в связи с тем, что излагается. Установление хронологической последовательности событий жизни ребенка, постепенное заполнение «пробелов» путем воссоздания утраченного и выявления неизвестных фактов, осмысление и переоценка значимых ситуаций, поиск положительного ресурса в судьбе ребенка – основные задачи такой работы.

**Будущее:** цели и перспективы.

- Признание различия между биологическим и психологическим родительством без оценивания этого различия.
- Помощь в построении моделей будущей самореализации.

## Свидетельства выросших приемных детей:

«О том, что я неродной ребенок, я узнала рано. В подготовительной группе детсада. В течение жизни два раза спрашивала: так ли это? Мама все отрицала. Когда мне стукнуло 33, я задала этот вопрос еще раз. И тогда мама мне рассказала. Я столько лет догадывалась, и почти знала об этом. Открытая правда меня сразила, я испытала бурю, шквал чувств. Я не думала, что это так перевернет меня. Три года мне понадобилось, чтобы принять решение, чтобы искать или не искать кровную маму. Да, искать. Мне надоело ощущение точки нуля. Ощущение, как будто каждый день заново. Ну, вроде как нет начала».

«Я не помню детства, но испытываю боль и помню стойкое ощущение одиночества, похожего на мрак, на заторможенность, и оцепенение, и желание убежать от этого, либо спрятаться и замереть. Сейчас я могу это описать, а в детстве не понимала, что со мной не так».

«Наркоз очень похож на то, что я ощущаю из детства. Пришлось пережить операцию под общим наркозом. Приходишь в себя, и сразу накрывает боль тела. Ты еще не сообразил: где? Как? Что? Организм тебе сигнализирует, что с ним и как было. А я не помню, я же под наркозом была. Потихоньку идет выздоровление, а недели через три-четыре после операции накрывает сильная депрессия. Теперь я знаю, что это последствие пережитого во время операции. Клетки и тело помнят, и мозг где-то там помнит, только я не помню, лишь чувствую последствия того, что происходило. Так было, видимо, и тогда, когда кровная мама меня оставила».

*(Этот образ – наркоз – очень точный. Попытка сохранить от ребенка тайну его происхождения похожа именно на наркоз, искусственное отключение сознания с целью избавить от боли. Как всякий наркоз, этот тоже безвреден и безопасен, и, избавляя от ощущения боли, не избавляет от самой травмы, но мешает человеку понять, почему ему плохо, и мешает получить помощь, ведь сама боль из его памяти вытеснена).*

«Помню Новый год в детдоме и салют над городом в окне, помню, как ходили в театр на «Дюймовочку» и потом артисты в фойе с нами общались. Помню, как приемная мама принесла мне в детдом пупса и ему мои товарищи тут же оторвали руки-ноги. Помню, как меня забирали из детдома и я не хотела уходить, потому что девочка из другой группы обещала дать лоскутики. Мама мне сказала, что дома у них целый мешок лоскутиков. Воспитатели на прощание дали мне куклу, и это меня поразило – потому что кукол нам играть не давали, они были только для интерьера. Теперь, конечно, странно, что со всеми этими воспоминаниями я НЕ ЗНАЛА, что я приемная. Но в детстве мои приемные родители на все вопросы находили подходящие ответы, например: «Ты была в круглосуточном детском саду, а мы уезжали в командировку». Дети во все верят, ко всем этим ответам я относилась совершенно не критически и не задумывалась об этом долгие годы. Мне только казалось, что все дети, как Том Сойер, считают себя подкидышами».

*(В 5 лет ребенок верит всему, что слышит от родителей, но позже вполне может задуматься и сформулировать вопросы: Что за командировки были у вас, что вы оставляли меня в странных местах? Где вы были, когда мне было плохо, страшно и одиноко? И не значит ли это, что я не могу положиться на вас и вы «уедете в командировку», когда мне станет по-настоящему трудно?)*

Рассказ мамы 8-летнего мальчика, который был усыновлен 2х-недельным и не знал, что он приемный, но истина прорывалась в его снах: «В последнее время он часто просыпается по ночам в слезах, а вечером долго не засыпает, вцепляется в меня, просит не выходить из комнаты, держать его за руку. Мы думали, он испугался чего-то, может, на даче, или что-то увидел по телефону. А недавно он мне вдруг утром говорит: «Мама, мне все время снится, что меня у тебя забирают, а потом – вроде это ты и забрала, и я хочу к той тебе, а сам на руках у этой тебя, просыпаюсь и плачу». *(Мальчик очень привязан к маме, но при этом часто злится на нее, грубит и тут же вцепляется в нее и говорит, что любит. Маме иногда кажется, будто он говорит не с ней, а с кем-то другим, что как будто видит в ней сразу двух мам: ту, которая оставила, и ту, к которой прижимается в поисках защиты. Фантазии, игры и сны про «украденного ребенка» часто встречаются у детей, растущих с тайной).*

Постепенно специалисты начали понимать, что связь между родителем и ребенком – глубже и сильнее общественных норм, справедливости и морали. Ее нельзя так просто разорвать и отменить, если нажимом заставить ребенка перестать любить родителя, он и себя любить не сможет, и новых родителей, и своих детей. Немецкий психотерапевт **Берт Хеллингер** назвал это явление «прерванным движением любви»:

«Давая детям жизнь, родители дают им не что-то такое, что им принадлежит. Вместе с жизнью они дают детям себя – такими, какие они есть.

Широко распространено мнение, будто родители должны сначала заслужить, чтобы дети их принимали и признавали. Это выглядит так, будто они стоят перед трибуналом, а ребенок на них смотрит и говорит: «Это мне в тебе не нравится, поэтому ты мне не отец, или «Ты не заслуживаешь быть моей матерью». Это полное искажение действительности. Результат всегда один: дети чувствуют себя опустошенными.

Только тогда ребенок может быть в ладу с самим собой и найти свою идентичность, когда он в ладу со своими родителями. Это значит, что он принимает их обоих такими, какие они есть. Принятие отца и матери – это процесс, который не зависит от их качеств, и это целительный процесс».