

*Людмила Петрановская*

**ДИТЯ  
ДВУХ СЕМЕЙ**

**Книга для приемных родителей**

**Москва  
Студио-Диалог  
2012**

Л.В. Петрановская

**Дитя двух семей**

Книга для приемных родителей

**Редактор:**

А.Белокрыльцев

**Дизайн бложки:**

В.Верещак

**Верстка:**

М. Зарипов, В. Верещак Руководитель проекта: О. Суворова

Книга «Дитя двух семей» адресована прежде всего приемным родителям и тем, кто планирует принять ребенка в семью. Автор - семейный психолог, специалист по семейному устройству - обратилась к очень сложной и вызывающей дискуссию теме - формированию сложной идентичности приемного ребенка. В книге поднимаются такие непростые вопросы, как целесообразность сохранения тайны семейного устройства, отношение к кровным родителям, прием в семью ребенка, который помнит своих родных. В качестве примеров, иллюстрирующих выводы автора, приводятся рассказы выросших приемных детей.

Это издание интересно и полезно для всех специалистов, которые в своей работе сталкиваются с приемными детьми - специалистов органов опеки и служб семейного устройства, детских психологов, студентов педагогических и психологических факультетов, приемных родителей и для тех, кто только задумывается о том, чтобы взять ребенка в семью, а также для широкого круга читателей, интересующихся детской психологией.

*Издана при финансовой поддержке Департамента семейной и молодежной политики города Москвы.*

© Л. Петрановская © Студио-Диалог (495) 250-64-63  
[www.admil.ru](http://www.admil.ru) Москва, 2012 [admil@inbox.ru](mailto:admil@inbox.ru)

**СОДЕРЖАНИЕ**

Введение .....	5
<b>ГЛАВА 1. Как ему сказать?</b> .....	6
К тайне и обратно.....	6
Семейные тайны: цена вопроса .....	11
Он никогда не узнает .....	15

А как он узнает? .....	18
Боимся его ранить .....	20
Догадывается, но сказать сейчас мы не готовы .....	21
Глазами ребенка .....	24
И все-таки: как ему сказать? .....	25
А если он не хочет знать? .....	27
Не могу спокойно об этом говорить .....	28
Если потом скажет: вы мне не родные? .....	31
Если он захочет найти кровную маму .....	32
<b>ГЛАВА 2. Рана в его душе</b> .....	34
Боль, которая не уйдет до конца .....	35
Не бросайте его одного в аду .....	38
Как это бывает .....	40
Ребенок «плохих» родителей .....	43
Как говорить о родителях, которые причинили столько боли? .....	47
Если бы у меня была машина времени .....	49
Правила разминирования .....	50
А если ничего такого не происходит? .....	53
<b>ГЛАВА 3. Меж двух семей</b> .....	54
Он любит своих кровных родителей. Как же он сможет любить нас? .....	55
Не рвите ему сердце .....	58
Заблудившийся аист, биошка и «тетя, которая тебя родила» .....	59
Он совсем их не вспоминает .....	61
Как понять, что встречи на пользу ребенку? .....	63
Встречаться: как и где? .....	67
Когда третий - не лишний .....	68
Если надо встать между .....	69
А если ему после встреч плохо? .....	70
Он хочет, а они не хотят .....	72
Они только балуют и развлекают, а все проблемы нам .....	74
А если он станет таким, как они? .....	77
Собрать мозаику: составная идентичность, или дитя двух семей .....	81

*Самое ценное в этой книге - живые рассказы приемных родителей или уже выросших приемных детей. Везде, где было возможно, я старалась давать их от первого лица.*

*Поэтому особая благодарность автора - приемным родителям Анастасии Добровольской, Леониду Кондратенко, Ирине Кожухаровой, Дине Сабитовой, которые разрешили использовать тексты из своих блогов или даже специально их написали для этой книжки.*

*Я не знаю по именам, но от этого не менее глубоко благодарю участников ЖЖ-сообщества выросших усыновленных детей <http://usynovlen.livejournal.com>, которые имели мужество разместить свои истории в открытом доступе.*

*Особая благодарность - создателю этого сообщества и приемной маме Марине Трубицкой. Работа, которую она делает - бесценна. Никакие рассуждения специалистов не заменят исповеди людей, которые пережили все сами.*

*Хочу сказать спасибо всем приемным родителям и детям, которые делились своими историями на семинарах и тренингах, которые были так открыты, имели столько мужества, так глубоко и честно говорили о своих чувствах на консультациях.*

*Спасибо!*

## **ВВЕДЕНИЕ**

В начале любой истории про приемного ребенка лежит боль. Потом, позже, эта история может стать светлой, доброй, теплой, полной любви и радости. Но начинается она всегда с боли. С того, что ребенок был оторван от своих родителей, по их ли решению, по воле ли злого рока или государственных служб, но то положение дел, которое задумано природой: дитя на руках у своей матери или отца, рядом с ними, под их защитой и заботой - было нарушено, сломано. Европейские коллеги так и называют приемных родителей: «специалисты по потере».

Приемные дети могут быть очень разными - большими и маленькими, больными и здоровыми, вредными и покладистыми, тугодумами и живчиками, но есть нечто общее для любого приемного ребенка. Он всегда дитя двух (иногда трех, четырех) семей. Он всегда рожден в одной, а растет в другой. И ему надо что-то с этим делать, как-то это осознать, пережить, принять. А приемным родителям надо ему в этом помочь, а сначала - самим осознать, пережить, принять.

Это совсем не просто. Возможно, это одна из самых сложных задач, стоящих перед приемными родителями, потому что здесь сплетаются в один узел очень много разных чувств, мифов, рисков. «Как ему сказать? А надо ли говорить? Лучше позже или раньше? А если он нас перестанет любить? У него не будет травмы? Как ему объяснить, что его бросили? Как говорить о родителях, которые были с ним жестоки? Как справиться с собственными чувствами, если я не могу говорить об этом без слез? А вдруг он захочет к ним уйти? Что делать, если он хочет с ними встречаться? А если, наоборот, боится или затаил на них обиду? Как помочь ему простить родителей? Как рассказать о наследственных рисках, чтобы не подтолкнуть к плохому и не испугать?» - это лишь некоторые из вопросов, которые я слышу от приемных родителей на каждом тренинге, на каждом семинаре и на консультациях.

Цель этой книжки - помочь приемным родителям разобраться в своих чувствах и чувствах ребенка, найти правильные слова, не наделать ошибок, создать из боли - любовь, из внутреннего разлада - гармонию. Это требует смелости, честности, мудрости, но не надо думать, что это задача для сверх людей. Я знаю очень много приемных родителей, у которых все очень хорошо получилось. И у вас получится.

## **Глава первая**

### **Как ему сказать**

Этот короткий вопрос безусловно вошел бы в шорт-лист вопросов, которые приемные родители задают психологам на консультациях, семинарах, по Интернету или просто поймав за рукав в коридоре. За ним очень много всего: страх за ребенка и за себя, любовь и ревность, внутренний раздрой между «может, лучше не надо» и «если не сейчас, то когда».

Сегодняшним приемным родителям непросто, потому что однозначной, непротиворечивой традиции «говорить ли и как» не существует. Совсем недавно было принято одно, сейчас считается правильным другое. На это есть разные точки зрения в обществе и разные - внутри семей. Иногда мама хочет сказать, а папа или бабушка против. Кто-то прочитает в Интернете хорошую историю и уже готов своему все рассказать, а потом натывается на критику, объяснения, что все это было неправильно и опасно для ребенка. И тоже вроде звучит убедительно. Кого слушать? Пробираешь со своим ребенком так, как написано, а он совершенно иначе реагирует, и не знаешь, как быть.

Все это совершенно естественно, и, к сожалению, действительно не существует рецепта, универсального для всех детей и всех семей - говорить или не говорить, а если говорить, то когда, как и какими словами. Дети разные, ситуации разные, отношения с приемными родителями разные. Все равно придется многое делать по наитию, по ситуации. Но с некоторыми принципами и подходами имеет смысл познакомиться и разобраться - внутри себя, заранее. Тогда и в разговоре с ребенком легче будет ориентироваться по ситуации.

### **К тайне и обратно**

Прежде всего стоит разобраться с традицией, чтобы понять, откуда взялись стереотипы и представления, которые влияют на нас сегодня.

Когда-то давно все было просто. Детей, которые росли не со своими кровными родителями, было много, поскольку материнская смертность была высока, да и мужская тоже. Осиротевшего ребенка брали в дом родственники, реже соседи. Иногда его растили совсем как своего, искренне любя и заботясь, иногда просто помогали выжить и вырасти, иногда жестоко эксплуатировали - это уж кому как везло. Но с его статусом все было ясно: все знали, что ребенок - сирота, что его

родители умерли. Только особые ситуации, например, угроза жизни ребенка как наследника чьего-то кровного врага, могли заставить скрывать от него и окружающих факт приемности.

Во многих культурах существовали и обряды усыновления. Обычно они имитировали роды и могли применяться (и в основном применялись) к взрослым людям, к примеру, если к родовому племени присоединился скиталец-одиночка или нужно было "оформить" имущество присоединившегося к общине. Где-то "чужака" травили, где то, наоборот, ценили и считали особенным, так, герои мифов и преданий - часто "чужие" дети, потомки богов или духов. Но, приравняв человека (в том числе ребенка) к членам семьи в смысле прав и обязанностей, тайны из его происхождения, конечно, не делали.

Но мир менялся, а в последние сто - двести лет менялся с головокружительной скоростью. Жизнь в городах больше не определялась традициями общины, заниматься судьбой детей, оставшихся без родителей, стали другие инстанции - церковь, городские власти, государство. Хотя большинство осиротевших детей по-прежнему попадали под опеку в семьи родственников, а в деревнях ими по-прежнему занималась община, появились сироты «ничьи». Чаще «ничьими» оказывались дети либо родителей, безнадежно обнищавших в городе и утративших связи с деревенской родней, либо незаконнорожденные, либо дети людей, осужденных за преступления. Так тема сиротства стала сплетаться с темой стыда, греха, вины. То, что прежде воспринималось лишь как несчастье ребенка, его злая доля, становилось клеймом, постыдной тайной, дурными корнями. Поскольку сироты чаще всего воспитывались при церквях или в религиозных приютах и школах, ханжества и презрения к их кровным родителям хватало. О них либо не говорили вовсе, либо их участью пугали и стыдили детей.

Параллельно изменялись и семьи. В городах люди стали жить отдельными - нуклеарными - семьями по принципу: одна семья - один дом. И если раньше бездетная женщина могла найти себя и удовлетворить свой материнский инстинкт, возясь с многочисленными племянниками и прочими родственниками младшего возраста, и при этом она была востребована, уважаема и любима, то теперь эти возможности для нее резко сузились. Она могла вязать племянникам чепчики и приглашать их в гости, но и только.

Также осложнилось положение мужчины: если раньше он приумножал своим трудом или защищал с оружием в руках общее состояние большого семейного клана, и для него не так важно было «непременно оставить своего наследника», то теперь мужчина без своих детей не понимал, для кого он работает, кому оставит свое дело, опыт, состояние, дом. А если некому - тогда зачем все, ведь с собой на тот свет не унесешь?

Кроме того, непонятно было, как жить в старости. В семье-общине и дети, и старики общие, а что делать состарившимся в городе супругам или вдове, если нет детей, которые о них позаботятся?

При этом бездетность, неспособность родить ребенка для большинства была бедой и знаком своей «неполноценности», нереализованности в мире. То есть вызывало стыд, чувство вины и уязвимости. Новая городская реальность, жизнь отдельными нуклеарными семьями у людей с традиционной системой ценностей эти чувства многократно усиливала.

Вот на таком социальном и эмоциональном фоне и проходило становление процедуры официального, государственного усыновления. С одной стороны - "позорные" семьи. Неудивительно, что из такого сплава и возникла идея сохранения тайны приема ребенка в семью. Ведь если никто не будет знать, что ребенок усыновлен, можно жить «как все», быть «нормальными», не боясь осуждения и отчуждения в социуме. Все это более чем понятно, тем более что социум и правда мог затравить ребенка, про которого, например, стало бы известно, что он незаконнорожденный. Слова «толерантность» тогда еще никто не знал. Так год за годом складывалось и укреплялось «очевидное» правило: лучше, чтобы никто ничего не знал.

Максимального развития этот подход достиг сразу после Второй мировой войны, когда было немало детей как осиротевших, так и незаконнорожденных (в том числе и рожденных «от врагов», в результате насильственных контактов). Интересно, что в Советском Союзе, лишенном вроде религиозных предрассудков, скрывать от окружающих и от самих детей их происхождение начали в связи с «неправильными», «постыдными» родителями - когда появилось много осиротевших детей «врагов народа».

Со временем в идее сохранения тайны усыновления все меньше оставалось защиты от социума, и все больше было защиты ребенка (и его приемных родителей) от правды, связанной с его происхождением. Да и сама эта правда оказывалась все тяжелее: сиротами во второй половине 20 века в основном становились не из-за физической смерти родителей, а по причине их отказа от детей или неспособности быть родителями: жестокого обращения, алкоголизма, наркомании. Казалось несомненным, что самое лучшее для ребенка, потерявшего родителей, тем более «плохих» родителей - забыть все, как дурной сон, начать жизнь с чистого листа, искренне верить, что ты был, как все, рожден в своей семье, с самого рождения был желанен и окружен любовью.

Будущие усыновители разрабатывали все более сложные стратегии сохранения тайны, меняли место жительства и работу, заранее привязывали будущей приемной маме искусственный «живот», подбирали ребенка по цвету глаз и группе крови, меняли задним числом его дату рождения, чтобы подогнать под срок заявленных окружающим «родов». Появилась целая «индустрия тайны» - резиновые животы, постепенно увеличивающиеся в размерах, услуги посредников, помогающих найти ребенка «по параметрам» и точно в срок. Некоторые ухитрились сохранить тайну даже от собственных родителей и старших детей.

В СССР в Кодексе о браке и семье 1969 года была законодательно закреплена «тайна усыновления» - то есть запрет сообщать кому-либо (в том числе самому ребенку) сведения об усыновлении против воли усыновителей, а усыновителям разрешалось изменять не только фамилию, имя и отчество ребенка, но и место, и дату его рождения. Все это объяснялось благом ребенка - пусть ничего не знает и будет счастлив, потому что правда может заставить его страдать. Другим аргументом была защита спокойной жизни приемной семьи от возможных попыток кровных родителей найти и вернуть своего ребенка.

Однако когда дети, на сохранение счастливого неведения которых их родители потратили столько сил, выросли, все оказывалось вовсе не так радужно. Кто-то из них все же узнавал правду, кто-то догадывался, кто-то не узнавал, но всю жизнь чувствовал, что «с ним что-то не то» (об этом феномене чуть ниже поговорим подробнее). А нередко дети, в которых было вложено столько любви, в подростковом возрасте начинали вдруг ломать свою жизнь, рвать отношения с приемными родителями и копировать поведение кровных, о которых они знать не знали. Кто-то попадал в ужасные, в том числе криминальные, истории, кто-то пытался покончить с собой или убежать из дома куда глаза глядят. Если этого не было, то все равно приемные дети пугали своих любящих приемных маму и папу лютой ненавистью, отчуждением, недоверием и неблагодарностью.

К счастью, не все и не всегда. Многие дети и родители все же справлялись с кризисом, а кто-то просто тихо - мирно миновал все опасные «пороги», но случаев было достаточно много, чтобы у окружающих возникло стойкое впечатление: «сколько волка не корми», «от осинки не родятся апельсинки», «гены есть гены» и т.п. Тогда специалисты глубоко задумались. Жизнь показала, что судьбу человеческую нельзя переписать так же просто, как свидетельство о рождении, что ложь во спасение никого не спасает.

Тем временем продолжались глубинные перемены в семьях. Семья все меньше была просто «ячейкой общества», рациональным способом совместного ведения хозяйства и выращивания потомства. Семья стала миром душевной близости, доверия, глубоких личных отношений. Утаивание «неудобной» правды, лицемерие, отчуждение среди членов семьи, которое веками воспринималось как неприятная, но норма, стали непереносимы для многих людей. Все больше родителей просто не могли себе представить, что им придется годами лгать близкому человеку. Это чувство было важнее и сильнее давления стереотипа о «тайне», и приемные родители, как могли и как получалось, говорили с детьми об их приемном, подбирая слова, придумывая образы и истории, и стараясь сказать правду так, чтобы не ранить ребенка. Одновременно и специалисты начали рекомендовать не скрывать от ребенка историю его прихода в семью. Кроме того, прием в семью ребенка стал все больше восприниматься не как «решение вопроса бездетности», а как акт помощи ребенку, самореализация, общественно значимое дело. Детей стали активно принимать и усыновлять семьи со своими детьми, которые, не страдая от своей бездетности, обычно легче относились к тому, что ребенок не своерожденный. В результате в большинстве стран нормой стало открытое усыновление.

Это имело огромное значение для развития семейного устройства, потому что теперь, без тайны, стало обычным делом усыновление детей, вышедших из младенческого возраста, усыновление детей другой национальности и расы, прием в семью ребенка, который помнит и любит своих кровных родственников. Тайна усыновления была одним из тяжелых «камней» на пути развития семейного устройства детей-сирот, и этот камень был сдвинут совместными усилиями приемных родителей, специалистов, СМИ, знаменитостей, которые открыли общественности историю своих семей, а главное - выросших приемных детей, которые начали отстаивать право знать про свою жизнь и свои корни. Не везде и не полностью, но сдвинут, чтобы не мешать живому движению вперед.

В России этот процесс существенно запоздал, но он тоже идет, и он набирает силу. Если десять лет назад почти все кандидаты в приемные родители имели установку «соблюдать тайну» и лишь в процессе работы ее иногда меняли, то сейчас установка на открытость - практически норма, особенно в больших городах. Даже те, кто изначально тайну соблюдал, задумываются и приходят посоветоваться о том, как ее открыть. Помощь приемным родителям, в том числе усыновителям, со стороны государства тоже часто делает тайну бессмысленной, ведь где помощь, там и отчетность, списки, контакты с множеством специалистов - какая уж тут тайна.

Закон о сохранении тайны все еще существует, несмотря на почти солидарное мнение специалистов о его ненужности и даже вредности. Причем на практике он почти никогда не применялся для того, чтобы оградить семью и ребенка от посторонних (судебные процессы были единичны), но до сих пор успешно ограждает от правды самих выросших приемных детей, не давая им возможности найти кровных родных. К сожалению, на данный момент даже достигший совершеннолетия приемный ребенок вынужден добиваться права узнать о себе правду через суд, впрочем, чаще всего суды идут навстречу таким искам.

Вот с таким «букетом традиций» имеет дело современный приемный родитель. А поскольку смена представлений происходила очень быстро, то все эти представления вполне могут встретиться, и встречаются, в пределах одной семьи. Например, прабабушка, которая по-деревенски не видит проблемы в том, чтобы приютить сироту, раз есть возможность, и не городить огорода ни с какими тайнами, бабушка, которая в ужасе от того, «что люди скажут» и «как же ему жить, зная, что неродной», и мама с папой, которые не только взяли ребенка, но и готовы, например, пропагандировать идею приемного родительства и давать интервью в СМИ. Договориться бывает непросто.

Да и в самой последней, современной традиции открытого приема ребенка в семью тоже есть разные направления, но о них речь пойдет позже. А сейчас все же о тайне.

### **Семейные тайны: цена вопроса**

Есть любимая подростками довольно жесткая игра, называется «Правда или последствия». Компания бросает жребий и тот, на кого он выпал, должен выбрать: правда или последствия? Если он выбирает «правду», то обязан совершенно честно ответить на любой вопрос. Если «последствия» - выполнить без отговорок то, что придумает компания. Подростки любят экстремальные переживания, поэтому и вопросы, и задания обычно не из легких. Кто кого тайно любит, кто кому когда соврал - а ну, иди признайся, а ну, давай разденся, а ну, спрыгни в холодную воду, и все в таком роде. Но подросткам нравится - они любят испытывать себя и друзей.

Приемным родителям приходится играть в эту игру независимо от того, нравится она им или не очень. Им приходится поддерживать тайну, мучительно ожидая всех ее последствий, либо признаваться, что соврали, оставаться беззащитными, душевно голыми, перед трудными вопросами и чувствами ребенка, и окунаться, как в холодную воду, в очень тяжелую правду о его судьбе. Они не могут отказаться играть, не могут махнуть рукой и уйти, им приходится выбирать каждый день: правда - или последствия? Если все же правда, то чего тогда ждать? Или не надо правды, потому что последствия еще когда будут, а может, и обойдется? И, кстати, разве не будет последствий у самой правды? Так что игра получается на порядок сложнее, и на кону - не



авторитет в компании, которую на худой конец можно сменить, а отношения с ребенком, жизнь семьи.

Давайте попробуем разобраться, о какой правде и о каких последствиях идет речь»

Собственно, сама идея сохранения любой семейной тайны (тайна прихода ребенка в семью не исключение) исходит из желания предотвратить последствия. В истории нашей страны немало примеров, когда семьи были вынуждены что-то скрывать: свое происхождение из «не того» социального класса; свою национальность и религию; свое родство с «не теми людьми» (репрессированными или иностранцами), факты из жизни родных, которые официальной пропагандой подавались как «постыдные» (пребывание в плену или на оккупированных территориях во время войны).

Каких последствий при этом избегали, всем было понятно: от прямых репрессий и ограничений на учебу и карьеру до просто неудобных вопросов при устройстве на работу и запрета на выезд за границу.

Но были и другие последствия, о чем тогда догадывались немногие. Лишь через годы были проведены исследования, которые показали чисто статистическими методами, насколько дети, искусственно отрезанные тайной от своих «не тех» родственников, особенно прямых: родителей, бабушек и дедушек, оказывались менее благополучными в жизни. К зрелому возрасту они чаще болели, были в целом более несчастными в семейной жизни, не преуспели в самореализации, имели больше психологических проблем. Напротив, дети, чьи приемные родители пошли на риск осложнений отношений с репрессивным государством, отказались врать детям об их родных и делать вид, что тех не существовало вовсе, были в конечном итоге, несмотря на некоторые сложности в молодости, более успешны, здоровы и счастливы. Конечно, когда речь шла о простом выживании семьи и детей, выбирать не приходилось, тайна была меньшим злом. А вот когда хранить семейные тайны продолжали «по инерции», или из соображений прагматических: карьера, выезда за рубеж, оказывалось, что последствия - себе дороже<sup>1</sup>.

Сейчас мои коллеги семейные терапевты все еще работают с уже третьим-четвертым поколением людей, травмированных семейной тайной, страдающих от чувства "потери корней". Вот их типичные высказывания: "Словно я кого-то потерял и горюю, но не знаю, кого», «С моей семьей что-то не так, она не такая, как надо», «Я не могу быть счастливым со своими детьми, как будто все время смотрю не на них, а назад, в прошлое» и т.п. Очень часто потомки обретают душевный покой, только восстановив воспоминания о прабабушках-прадедушках, вынужденно вычеркнутых из семейной памяти и долгие годы запрещенных к упоминанию, поплакав над их найденными в дальнем углу чердака фотографиями или письмами<sup>2</sup>.

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.

Однако вот что вспоминают сами приемные дети, дети, которые жили, по мнению родителей, «в счастливом неведенье».

### «Вроде бы как нет начала»<sup>3</sup>

«О том, что я не родной ребенок, я узнала рано. В подготовительной группе детского сада. В течение жизни два раза спрашивала: правда 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

<sup>1</sup>Подробнее можно прочитать здесь: К. Бейкер, Ю. Б. Гиппенрейтер «Влияние сталинских репрессий конца 30-х годов на жизнь семей в трех поколениях», «Вопросы психологии», №2, 1995 или <http://www.voppsy.ru/issues/1995/952/952066.fotm>.

<sup>2</sup>См. например, об этом в книге Е. Михайловой «Веретено Василисы, или Я у себя одна».

<sup>3</sup>Здесь и далее звездочкой (\*) отмечены отрывки из текстов, написанные выросшими приемными детьми, участниками Интернет-сообщества <http://usynovlenjivejournal.com>. Иногда в текстах изменены или опущены указания на конкретные факты, которые могли бы нарушить конфиденциальность.

это так перевернет меня. Три года мне понадобилось, чтобы понять и принять решение искать или не искать биомаму. Да, искать. Мне надоело ощущение точки нуля. Ощущение как будто каждый день заново. Ну, вроде бы как нет начала.»

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

«Наркоз очень похож на то, что я ощущаю из детства. Пришлось пережить пару операций 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 ее помню, я же под наркозом была. Потихоньку идет выздоровление, а недели через 3-4 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 биомамма меня оставила.»

В этих рассказах есть поразительно точный образ. Попытка сохранить от ребенка тайну его происхождения больше всего похожа именно на наркоз, искусственное отключение сознания с целью избавиться от боли. Как всякий наркоз, этот тоже небезвреден и небезопасен, и, избавляя от ощущения боли, не избавляет от самой травмы, но при этом мешает человеку понять, почему ему плохо, и мешает получить помощь, ведь сама боль из его памяти вытеснена.

Очень многие приемные дети, оставленные матерями с рождения, даже те, кому никто ничего не говорил и не намекал, вспоминают об этом чувстве «пустоты вначале». Они говорят, что «не понимали, откуда взялись», ощущали себя «нецелыми», «словно с дырой внутри», «как будто внутри, в глубине что-то очень болит, хотя непонятно, что и почему». Многие из них уже во взрослом возрасте отмечают у себя «синдром годовщины» - резкое ухудшение самочувствия и настроения в первые дни и недели после дня рождения, никак не связанные с реальными обстоятельствами жизни чувство тоски, страха, одиночества, депрессию, нежелание жить. Облегчение приносит только осознание того, что это эмоциональная память пережитого давным-давно ужаса оставленного матерью ребенка, и это дает возможность утешить себя или обратиться за помощью.

Дети, которые осиротели позже, тоже сохраняют в глубине памяти воспоминания ранних лет, до взрослого возраста не осознавая их смысла.

### «Помню, но не знаю»

«В 21 год я случайно, из найденного дома старого письма, узнала, что я приемная.

Помню, что дня три я не могла в это поверить. Маму спросить у меня язык не повернулся, а папа умер, когда мне было девятнадцать лет. Я перерыла весь дом, достала все фотографии и старые открытки. Получалось, что до пяти лет обо мне ничего не было. Пересмотрела по-новому свои детские воспоминания. А я помню очень много, с двух с половиной лет или раньше. Помню мать, отца (какого-то дядю Юру) и братика, больницу, детский дом, как мне меняли имя в пять лет, и много других не очень веселых вещей» Например, как отец за матерью с ножом носился, и мы с братом Колей прятались под столом, как мать в ванной смывала кровь с руки, как она плакала, а мы с Колей ее с двух сторон утешали, как мы опять-таки с Колей полезли за игрушкой и выпали из окна второго этажа, я при этом сломала ногу. Мне было два с половиной года, брату полтора.»

«Помню Новый год в детском доме 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 детский дом пупса и ему мои товарищи тут же оторвали руки-ноги. Помню, как меня забирали из детского дома и я не хотела уходить, потому что девочка из другой группы обещала дать мне лоскутики. Мама мне сказала, что дома у них целый мешок лоскутиков. Воспитатели на прощание дали мне куклу, стоящую на шкафу, 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 некритически и не задумывалась об этом долгие годы. Мне только казалось, что все дети, как Том Сойер, " иногда считают себя подкидышами.»

В пять и в семь лет ребенок верит всему, что слышит от родителей, какой бы натянутой ни была их версия. Однако позже он вполне может задуматься и сформулировать более точно: что за важные командировки были у вас, что вы оставляли меня в странных местах, где дети выпадают из окон, и кто-то бежит за кем-то с ножом? Где вы были, когда мне было плохо, страшно и одиноко? И не значит ли это, что я и теперь не могу положиться на вас, и мне следует ждать, что вы «уедете в командировку», как только мне станет по-настоящему трудно? Конечно, ребенок может и не пустить эти вопросы в сознание, но останется со смутным ощущением «что-то не то, не так».

### **Он никогда не узнает**

Есть старая поговорка: дети и собаки знают все» Это и так, и не так. С одной стороны, конечно, знают, как девочка из этой истории.

#### **«Господи, взрослые люди...»**

На консультации бабушка и девочка-подросток. У нее проблемы в школе, предположительно из-за них плохое самочувствие. Девочку удочерили в возрасте нескольких недель и «она не знает» (это мне заранее сказала коллега, когда просила их принять). Таким образом, я знаю, но делаю вид, что не знаю - довольно глупо, но мне не привыкать [кто-то так годами живет, а у меня только час консультации, грех жаловаться].

Говорим о школе, о семье, в какой-то момент бабушке кажется, что мне пора узнать об «обстоятельствах» (наверное, ее не предупредили, что я знаю - вот как все сложно) и она сначала делает в мою сторону странные многозначительные пассы, а потом прямо просит «выйти с ней на минутку в коридор». Вообще я таких вещей не делаю на сессии, и предлагаю все, что представляется важным, говорить здесь или не говорить вовсе. Но бабушка в полном раздоре и явно не может дальше продолжать разговор. Соглашаюсь на минутку выйти, просто чтобы сказать, что я в курсе и она может так не волноваться.

Так вот, никогда не забуду взгляда, которым нас проводила девочка. Его можно было перевести примерно так: «Господи, ну что за детский сад, честное слово... Взрослые люди ведь...». Было ясно, что она прекрасно понимает, зачем эти «выходы в коридор», но поднимать тему сама не будет из жалости к бабушке, но вообще она очень от всего этого цирка устала, хотя уже привыкла постоянно быть ответственной за душевный комфорт своих взрослых родственников.

Жалобы, кстати, у нее были на головокружения и приступы невыносимой усталости, а врачи ничего не нашли. Возможно, просто подростковая астения. А с другой стороны - есть от чего устать, я сама за час этой сложной игры устала. Я извинилась перед ней и постаралась как-то поддержать - а что оставалось? Я не имею права начинать разговор о чужой тайне, если семья к нему не готова. Девочка спросила, может ли она как-нибудь прийти одна, мы договорились, но потом несколько раз звонила ее мама и под разными предлогами встречу отменяла. Все, говорит, прошло. Не знаю, правда ли прошло, или просто семья испугалась возможного развития событий.

С другой стороны, дети могут «и знать, и не знать», все время полудогадываясь и «зная в глубине души», что не мешает им испытать потрясение при первом же откровенном разговоре.

#### **«Все пазлы сошлись»**

«Сказать, что был шок - ничего не сказать. Я читала, читала (письмо от матери, в котором раскрывалась тайна), и краем сознания думала, что читаю книгу, смотрю очередной слезливый сериал. Что угодно мне думалось, но только не то, что все написанное касается меня. Но потом, потом, я стала думать и наконец все, все, что казалось мне в моей жизни непонятным, странным, чему я не находила ответа, все нестыковки, все встало на свои места - все пазлы сошлись.»

У многих народов есть сказки о том, как тайное становится явным. Как душа убитой злодеем девушки прорастает из ее крови тростником, из тростника пастух делает дудочку, и эта дудочка всем вокруг сообщает, что произошло. Это образ, метафора того, как из подсознания человека наверх, к свету прорастает правда, иногда в другом обличий, но она хочет быть осознанной и пробивается мощно, как тростник. Вот рассказ мамы восьмилетнего мальчика, который был

усыновлен совсем маленьким, в две недели, и ничего не знал о своей приемности, но истина прорывалась в его снах.

### **«Меня у тебя забирают»**

«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 быть, на даче, или что-то страшное увидел по телевизору. 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 бывает на нее зол, дерется, 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 он прижимается в поиске защиты.

Фантазии, игры и сны про «украденного ребенка» часто встречаются у детей, растущих с тайной. Есть даже психологическая теория, объясняющая склонность приемных детей к вранью и воровству: так они отыгрывают свои фантазии о том, что приемные родители украли их у «настоящих», и теперь им врут. Может быть, это и не всегда так, с враньем и воровством, к сожалению, приходится сталкиваться и приемным родителям, никогда не скрывавшим от ребенка правду (подробнее об этих видах трудного поведения приемных детей можно прочитать в книге Л.Петрановской «Как ты себя ведешь? 10 шагов по изменению трудного поведения»). Однако я давно заметила: если приходит приемный родитель, которого от детского вранья просто трясет, и отношения с «ребенком, который мне лжет» кажутся невозможными, вплоть до мыслей о возврате, который с пафосом цитирует заповедь «Не лжесвидетельствуй» и рассуждает о лжи как непрощительном грехе, можно с большой вероятностью предположить, что в данной семье хранят тайну усыновления или утаивают часть правды. Просто наблюдение.

Есть еще одна проблема. Настаивая на том, что «мы и есть твои настоящие родители», приемные родители часто не отдают себе отчета, что тем самым берут на себя ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ВСЕ воспоминания ребенка. За то, как его отдали и ушли, или не приходили, когда ему было очень плохо, за то, как с ним плохо обращались. Маленький ребенок не в состоянии разобраться, где кто, он смешивает родителей тех и этих в единый образ, и порой злится на людей, которые ничего плохого ему не сделали, или отказывается верить тем, кто его никогда не бросал. В результате страдают его отношения с новыми родителями - и это тоже цена тайны.

### **А как он узнает?**

Как дети узнают тайну своего рождения? По-разному. Часто об этом говорят родственники и знакомые. Часто они находят документы. Некоторые умники сопоставляют группы крови и вообще глубоко задумываются, когда слышат на уроке биологии, что «рецессивный аллель гомозиготен». Самый разрушительный для отношений (и, к сожалению, довольно частый) вариант - когда сами же приемные родители, годами охранявшие тайну, во время конфликтов с подростком в ярости кричат, что «лучше бы мы тебя не брали из детского дома, такую свинью неблагодарную».

Но бывает, что тайна хранится так, что комар носа не подточит, никто ни слова не говорил, а ребенок все равно чувствует. Потому что дети, как тонкие антенны, настроены на своих родителей. Мы часто говорим, что знаем своих детей «как облупленных», хотя на самом деле они-то знают нас гораздо лучше. По одной простой причине: они зависят от нас больше, чем мы от них. От нас зависят их безопасность и благополучие, вся их жизнь: отругаем мы или похвалим, накормим вкусно или запретим сладкое, разрешим гулять или оставим дома. Они зависят от отношений между родителями, от конфликтов между родителями и бабушками-дедушками, от отношения к ним старших братьев или сестер. Они зависят от того, как и с кем мы, взрослые,

решим жить, как надумаем изменить свою жизнь - ведь детям придется менять ее вместе с нами. Зависят от нашего настроения и самочувствия, от наших страхов, от того, что мы считаем хорошим и правильным, а что нет. Чтобы «уметь обращаться» с нами, чтобы хоть как-то прогнозировать последствия для себя наших реакций, дети вынуждены нас очень хорошо изучать. И они это делают, совершенно незаметно для себя. А мы порой вообще об этом не догадываемся, замечаем только изредка, когда, например, еще сами не поняли, что нам плохо, а ребенок уже смотрит внимательно и спрашивает: «Мам, ты чего?».

Так вот, очень большую часть информации о родителях – дети получают вовсе не из слов. Первые годы жизни они вообще не очень-то владеют речью, к тому же слишком неопытны, чтобы точно понимать смысл слов и оценивать сказанное. Поэтому они гораздо больше верят другим каналам информации, чутко и точно считывая позы, мимику, интонации, даже запах взрослого.

Представим себе родителей, которые растят малыша, скрывая от него правду о том, что он приемный. Они далеко убрали все документы, поменяли квартиру, они не сказали ни друзьям, ни знакомым, позаботились о версии про первые фотографии (потеряли, не было тогда фотоаппарата), а может быть, взяли ребенка таким маленьким, что и фото у них есть. Но сами-то они помнят, знают. И поэтому когда заглядывает соседка и, умиляясь на малыша, говорит: «Ой, какой рыженький! Это он у вас в кого?» мама, конечно, произносит заранее заготовленный ответ: «У нас папа в детстве тоже был рыжеватым», но сама при этом едва заметно напрягается. Легкая пауза, едва напрягшиеся плечи, чуть-чуть вспотевшие ладони. Она и сама не заметила. А ребенок - заметил.

Маленький ребенок - детектор лжи получше любого полиграфа, потому что его природные инстинкты еще живы и остры, он все видит, слышит, чувствует. Но не осознает. Поэтому он не может сформулировать вопрос: «Мам, а почему ты всегда так нервничаешь, когда кто-то спрашивает, на кого я похож?». Он просто смутно чувствует, что маму что-то пугает и расстраивает, когда речь идет о нем. А поводы для этого родителям жизнь подбрасывает постоянно: сюжет про усыновление по телевизору, вопрос ничего не подозревающей невестки за семейным столом: «А у тебя с Васькой токсокоз сильный был?», забытая по неосторожности на столе медицинская карта, да мало ли что еще. Какие-то родители очень сильно нервничают, живут буквально «как на иголках». Другие уже сами так поверили в свою версию, что лишь едва заметно меняют голос в некоторые моменты. Но ребенок считывает эти знаки и растет со смутным ощущением «что-то со мной не так», «я не такой, как надо». Это неосознаваемое чувство своей «нелегитимности» в сочетании с неосознанными же ранними воспоминаниями одиночества и тоски часто становятся основой низкой самооценки вплоть до непонятно откуда берущейся мысли «я не имею права здесь быть».

### «Я как все»

Девочку Леру удочерили очень маленькой и она ничего не знала о своем происхождении. Росла, училась, все было неплохо. Потом в семье усыновителей начались проблемы, конфликты, пьянство. В конце концов они отменили удочерение и Лера, будучи уже подростком, оказалась в приюте. Ей было очень сложно поверить в свою приемность и принять то, что ее родители - не родные ей люди, которые просто ее обманывали. Затем она вроде успокоилась, не возражала против идеи познакомиться с новой семьей. В этой семье тоже оказалось непросто, девочка была очень нервной, часто устраивала «концерты», но в целом отношения сложились хорошо, со временем все вроде наладилось.

Но когда Лере исполнилось 15, у нее начались перепады настроения, долгие депрессивные состояния, конфликты с приемными родителями, уходы из дома, и все это с остротой, превышающей обычные подростковые «взбрыки». Потом случилась попытка суицида, к счастью, неудачная. С Лерой работали психиатры, но психических заболеваний не обнаружили, только сильный невроз. В работе с психологом она начала все чаще говорить о своих навязчивых, непонятных ей самой чувствах и мыслях: «я как будто не имею права здесь быть», «я словно с Луны, не как все», «меня никто никогда не поймет, потому что я другая».

В какой-то момент приемной маме пришла в голову мысль пойти вместе с Лерой в роддом, где она родилась (он был известен из личного дела). Там пошли навстречу, достали архивные тетради с

записями рождений. И в общем списке, среди других детей - «мальчик, рост 47, вес 3200» , «девочка, рост 45, вес 2900» - они вместе нашли запись про Леру. Дата, время, пол, рост, вес, баллы по шкале Апгар - все как у всех. Заурядно. Фамилия мамы - обычной женщины, которая обычным, «как все», способом родила свою дочь. Свидетельство нормального начала жизни, «законного», как у всех остальных, права жить на свете.

Больше попыток суицида не было, Лера постепенно восстановилась и смогла расти и учиться дальше, обрета почву под ногами.

### **Боишься его ранить**

Часто бывает, что родители вроде бы и не хотели ничего от ребенка скрывать, но очень боятся, что этот разговор принесет ему боль, а они не смогут помочь. Особенно переживают родители детей чувствительных, ранимых, или детей, у которых начало жизни связано с особенно болезненными травмами: насилием, долгим одиночеством в доме ребенка, опытом голодной жизни на улице. Сейчас он в безопасности, весел и счастлив, ну зачем его расстраивать? Лучше потом, а потом еще потом, а потом скоро подростковый возраст, первые конфликты - а ну как скажет: «Вы мне никто, чтобы мной командовать», а потом уже подростковый, и так все сложно, а потом поступать в институт - куда уж стресс добавлять, и так далее. Так и живут год за годом, откладывая, не решаясь, оберегая - и на самом деле лишая своего ребенка очень важного ресурса.

### **«Это – мой сын»**

Семейная пара, приемные папа и мама мальчика-подростка, непростого, но очень любимого. Много проблем со здоровьем, хотя благодаря заботе родителей сейчас все намного лучше, чем могло бы быть. Мальчик одаренный, интересный, но неуверен в себе, тревожно привязан к родителям, хотя знает, что любим.

Взяли его около двух лет, о своей приемности он «не знает, но, возможно, догадывается». Задавал наводящие вопросы, но родители смущались, терялись и переводили разговор. Сомневаются: сказать - не сказать, как сказать, не разрушит ли это отношения, не начнется ли у мальчика депрессия (он очень впечатлительный, ранимый). Или, может, еще подождать, когда вырастет.

Я прошу рассказать, как они познакомились с мальчиком. И слышу вот что: супруги и не думали ни о каких приемных детях, просто попали с шефским концертом (они музыканты) в дом ребенка. И увидели мальчика - тщедушного, слабенького, не ходячего, не говорящего, едва держащего большую голову на тонкой шейке. Рассказывает папа: «Я просто увидел, что это - мой сын. Не знаю, почему, просто сразу. Потом мне заведующая долго рассказывала, какой он больной, что он обречен на глубокую инвалидность, перечисляла диагнозы, объясняла, что никаких сил и денег не хватит его лечить, намекала, что ребенок другой национальности и будут трудности, что-то говорила про наследственность. Мы были вообще не в теме, никогда не думали об этом, все это звучало страшно, мы всему верили. Но при этом я слушал ее как сквозь стену, вроде все ясно осознавал, уточнял, переспрашивал, а внутри себя точно знал: этого ребенка я отсюда заберу как можно скорее, потому что он - мой сын и должен быть с нами.»

Этот спокойный рассказ невозможно было слушать без слез. Не потому, что кого-то жалко, просто так бывает иногда - прикасаешься вдруг к самой сути, самой глубокой истине жизни, и слезы текут сами. Я только сказала: «Просто подумайте, чего вы его лишаете, какой силы и какой правды, когда скрываете от него приемность, а значит, не можете рассказать ему эту потрясающую историю».

В самом деле, какое лекарство может быть лучше для чувствительного, тревожного ребенка, чем такая история родительской любви, история, которая сама по себе - мощнейший ресурс? Какой смысл, имея сосуд с живой водой в руках, хранить ее в тайне до каких-то там лучших дней, когда ребенку она нужна прямо сегодня?

Для многих приемных детей рассказ о первой встрече с новыми родителями становится любимой «сказкой на ночь». Они бесконечно уточняют и переспрашивают, впитывая в себя эти мельчайшие, такие важные для них подробности: как хотели, как узнали, как увидели, какой был

маленький, что сказал, как посмотрел, как впервые взял за руку, как сразу понравился, как хотели скорее забрать домой, как покупали кровать и обещали бабушке, что «скоро-скоро». Каждая деталь этого рассказа для них лекарство от «пустоты вначале», потому что это история нового начала, «перезагрузки», и история хорошая. Справедливо ли лишать ребенка такого лекарства?

### **Догадывается, но сказать сейчас мы не готовы**

Откладывать разговор, отшучиваться, менять тему после того, как ребенок уже дал понять, что догадывается, и начал задавать наводящие вопросы - хуже не придумаешь. Родительская неуверенность, полуложь и утайки вызывают у ребенка тревогу и протест. Что слышит ребенок за полуправдивыми ответами? Примерно вот что: «С тобой, с твоим происхождением связано нечто настолько ужасное, что мы не в силах этого вынести, мы просто не выдержим, расстроимся, расплачемся, с нами что-то плохое случится, если об этом пойдет речь. Пожалуйста, не настаивай».

Как потом ребенку оставаться ребенком при столь слабых духом взрослых, как чувствовать себя защищенным? Что же, ему придется взять на себя и нести ответственность за их душевное равновесие, чтобы они, не дай бог, не расстроились чрезмерно. Тогда какой резон ему их слушаться, если в их отношениях реально старший - он?

Вот несколько историй, из моей практики и не из моей, о том, чем оборачивается для детей родительская слабость, страх перед «нежелательной» правдой и малодушное желание спрятать голову в песок.

### **«Я оплакивала мать, чье лицо не видела никогда»**

«Когда мне было двенадцать, умерла от рака мама моей лучшей подруги. Помню, как ее семья медленно следует за гробом по проходу церкви. Когда другие прихожане встали, чтобы проститься с покойницей, мое тело затряслось, забилось от рыданий, это было чувство страшного горя. Такие проявления были не очень-то уместны - это же не моя мама умерла... или моя?»

Как ни старались успокоить меня родители, они не знали, что похороны не очень близкого человека вернули меня в состояние моего собственного неоплаканного горя. Меня просто посчитали излишне эмоциональным подростком.

Никто не предполагал, что в тот момент я оплакивала мать, которая носила меня девять месяцев, чье лицо я не видела никогда, но чье сердцебиение было для меня первым источником уверенности. Конечно, моя утрата была иной - ни покойника, ни похорон, ни пустого стула за поминальным столом. И все-таки она была не менее настоящей.

В дальнейшем родители старательно оберегали меня от всего, что могло бы меня расстроить. Поэтому на похороны бабушки, которая умерла несколько месяцев спустя, меня уже не взяли. Я знаю, они старались сделать как лучше, но вышло иначе. Моя утрата оказалась запятана еще глубже, потому что я сделала вывод - другие люди не примут мое горе, его надо держать подальше от чужих глаз.» (Из книги Шерри Элридж «20 вещей, которые усыновленный ребенок хотел бы, чтобы знали его родители»).

### **«Я горю в огне»**

Пишет женщина, в 44 года узнавшая, что была приемной дочерью.

«У меня была дичайшая истерика, обзвон всех родственников, и выяснилось, что знали все, кроме меня. Даже мои друзья были в курсе. И МОЛЧАЛИ... ВСЕ, ВСЕГДА. И главное - молчали папа и мама. (..) Для меня мир рухнул, просто обвалился в никуда. (..)

Я не смогла родить детей, выкидыши, мертворождения, делали ЭКО не раз... Но я, примирившись с неизбежным, знала, что у меня есть братья, сестры, племянники - какая-никакая, пусть двоюродная, но кровь. А оказалось, что нет НИЧЕГО И НИКОГО. Мне страшно жить теперь. Я ОДНА. Что теперь, как теперь. С того дня я горю в огне. Мозг просто отказывается думать о чем-то другом. Паранойя - в каждом мало-мальски похожем человеке ищу свои черты. Что дальше?..»

### **«Близким нельзя врать? Вот как?»**

Приемная мама мальчика Вани 11 лет рассказала такую историю.

Ваня дома с раннего младенчества, с 10 месяцев. Тайну не то чтобы строго блюли, родные знали, но с сыном не говорили о приемности. Просто речь не заходила, как-то все было не вовремя. На вопрос Вани, где его фотографии совсем маленьким, ответили, что потеряли при переезде, и он больше не спрашивал.

Когда Ваня был маленьким, он был милым ребенком, без особых проблем. Класса с третьего начались трудности: грубил, не приходил вовремя из школы, дружил с «не теми» ребятами. И главное - все время врал. Смотрит в глаза, обещает, что придет вовремя - и загуляет по дороге из школы, родители бегают, ищут. Нахватал «двоек» - врет, что не спрашивали. Курить пробовал, запах явный - врет, что не было этого. И так во всем. Ругали, стыдили, выводили на чистую воду, все без толку. Жизнь в семье стала невеселой.

Однажды вечером мама решила: хватит на ребенка давить, надо по душам поговорить попробовать. Села рядом, обняла, начала говорить о том, как важно близким людям друг другу верить, как без этого тяжело, как обидно бывает, когда самые близкие люди тебя обманывают. Хорошо так говорила, душевно. Ваня слушал, а потом вдруг с такой взрослой горечью спрашивает: «Значит, близким нельзя врать? Вот как? А фотографии вы потеряли, да?». Сбросил ее руку с плеча и вышел из комнаты.

Непросто им было объясниться. Потом все плакали, и обнимались, и просили друг друга прощения. И очень долго разговаривали про то, про что столько лет молчали. Хорошо, что Ване было только 11, в 14 лет все могло быть гораздо сложнее. Он мог выйти не из комнаты, а из дома, и - поди догони. Или выйти в окно, не дай Господь. И плакать, и обниматься в этом возрасте ему было бы гораздо сложнее.

Нередко дети в ситуации «полузнания» додумывают историю, которую от них скрывают. Либо сочиняют красивую сказку о кровной маме-кинозвезде, у которой он был украден и которая с тех самых пор страдает и ищет его, а однажды найдет и уж точно не будет запрещать есть шоколад или заставлять пылесосить. Как такие фантазии отражаются на отношениях с приемными родителями, легко догадаться.

Другой вариант - наоборот, самые ужасные фантазии, намного более ужасные, чем действительность. Ребенок может найти самое невероятное объяснение своему чувству «со мной что-то не то»: родители хотели девочку, а я мальчик; они вообще не рады, что я у них есть; я плохой и им не нравлюсь; я должен был умереть, но почему-то (пока) не умер; меня подменили в роддоме и они мечтают найти того, «своего», ребенка и т.п. Причем эти фантазии пугают ребенка так сильно, что обычно он не может никому о них рассказать и мучается в одиночестве. Лишь иногда - в играх, снах, рисунках, на приеме у психолога - они находят свое выражение в словах и образах.

Как ни странно, но довольно часто семьи приходят на консультацию, начиная разговор со слов: «Он не знает. Но, кажется, догадывается». Иногда выясняется, что это зависание между правдой и тайной длится уже несколько месяцев, а то и годы. В каком состоянии все это время живет ребенок, у которого уже отнято безмятежное неведение, но и правды ему не сказали, трудно даже представить. Сколько душевных сил он тратит на то, чтобы справиться с тревогой «полузнания»? Как много часов проводит, мысленно прокручивая в голове слова и факты, продумывая, как спросить и что? У таких задач роста и развития отбираются жизненные силы, которые он тратит на фантазии о возможной приемности или, наоборот, пытаясь придумать приемлемые объяснения и заглушить тревожные вопросы?

Пожалуйста, не мучайте детей. Если уж процесс пошел и есть основания думать, что он задался вопросом и догадывается, если ребенок начал «закидывать удочку», спрашивать про фотографии, документы, историю рождения и т.п., поздно думать, говорить или нет. Не тяните, не откладывайте разговор.

## Глазами ребенка



Правда? Или последствия? Это решает каждая семья. Закон по-прежнему оставляет за родителями право скрывать правду о жизни ребенка от него самого. Но, принимая решение, стоит задать себе несколько вопросов, посмотрев глазами ребенка.

- Хотел бы я сам, чтобы самые близкие мне люди, зная нечто очень важное обо мне, от меня это скрывали? Что бы я подумал и почувствовал, если бы узнал об этом?

- Что бы я чувствовал, подозревая, что моя жизнь не принадлежит мне, и я ничего не могу с этим поделать? Смог бы я потом стать хозяином самого себя, быть ответственным за свои выборы и поступки, сознательно планировать свою жизнь, если она - не моя, и я даже не могу о ней знать?

- Хорошо бы мне было жить в доме, в котором всегда еле слышно тикает бомба семейной тайны, в семье, где родители не могут быть искренними со мной и часто говорят так, словно идут по минному полю? Смог бы я доверять им, смог бы полностью расслабиться рядом с ними?

- Сколько сил у меня уходило бы на то, чтобы преодолевать постоянную тревогу, связанную с непонятным напряжением родителей, и откуда мне придется эти силы брать, на чем экономить? На развитии способностей? На увлечениях? На любознательности?

- Каково бы мне было получать от родителей невысказанное послание: «Мы хотим знать о тебе только хорошее и приятное. Про трагедию, которая была в начале твоей жизни, мы ничего слышать и знать не хотим, и говорить с тобой об этом не будем, разбирайся сам, как знаешь, и уж постарайся нас не расстраивать». Смог бы я потом обратиться к ним за помощью в других трудных и пугающих меня ситуациях?

- Наконец, смогу ли я пережить, и какой ценой, если тайна все же вскроется в самый неподходящий момент, в момент кризиса наших отношений с родителями, или в тяжелый период моей жизни, когда все и так будет сложно и плохо, и мне будет казаться, что весь мир рушится, и я один на свете?

То, что кажется очевидным, разумным и самым безопасным с точки зрения взрослого, может выглядеть совсем иначе глазами ребенка. Посмотрите его глазами. И только потом решайте.

### **И все таки: как ему сказать?**

Давайте сначала о том, как говорить точно не надо. Понятно, что никому не придет в голову сделать это так: «Сядь, сынок. Сейчас я сообщу тебе ужасную вещь: ты нам не родной». Нисколько не лучше молча протянуть ему в 12 или в 16 лет его настоящие документы, или написать письмо, или передоверить это сообщение постороннему человеку. Конечно, раскрытие тайны способом «обухом по голове» всегда травмирует.

Самый лучший вариант - если вам сообщать вообще ничего не придется. Потому что ребенок будет знать правду об истории своего появления в семье всегда, с того времени, как начнет осознавать себя. Если он вырастает со знанием о своей приемности, он считает ее само собой разумеющимся делом. Конечно, маленьким он не вполне понимает, о чем речь и что это значит, поэтому ему важны не столько слова, сколько интонации и состояние родителя, когда он затрагивает эти темы. Если родитель спокоен, уверен в себе, если говорит об истории встречи с ребенком как о прекрасном событии в своей жизни, ребенок усваивает такое отношение.

Один из способов сделать знание о приемности естественной частью жизни ребенка - сделать традицией семейный праздник в тот день, когда он пришел домой (или когда вы впервые встретились). В этот день смотрят старые фотографии, вспоминают «как это было», возможно, дарят небольшие подарки, пекут пироги. Конечно, это не праздник для школьных приятелей - это тихий, домашний ритуал, только для своих.

Можно вместе смотреть фильмы или читать книжки про приемных детей, благо чуть ли не каждый второй сказочный герой - приемный ребенок. И говорить о том, что у вас так же, а что - совсем по-другому.

Если среди ваших друзей есть семьи с приемными детьми, хорошо бы общаться с ними, чтобы дети могли обсудить свои переживания и между собой, если захотят.

### **«Семейная сказка»**

Знакомая многодетная приемная семья рассказывала; что для своих детей (у них малыши-погодки) родители сочинили «интерактивную сказку». Интерактивную - потому что она рассказывается при активном участии детей, которые в нужный момент вставляют свои слова. Устроена сказка примерно так:

«Жили-были мама и папа, и не было у них деток, и они очень скучали и мечтали, чтобы у них появился сынок. А в другом месте жил мальчик... Ваня! (вставляют дети). У него не было родителей, и было ему грустно и одиноко. А потом они встретились и стали жить вместе, и получилась у них... семья! Ваня был маленький-маленький, совсем ничего еще не умел, только спал, кушал, немножко плакал и улыбался. А потом он рос, рос, и научился всему: и ходить, и одеваться, и (дети добавляют последние Ванины достижения) на велосипеде кататься, и в мяч играть, и рисовать красками. А скоро еще подрастет и тогда научится хорошо кушать, девочек не обижать (тут идет список, так сказать, педагогических задач на ближайшее время).

Жили-были родители и Ваня, и стали они мечтать, чтобы у них появился еще один сынок, а у Вани братик. А в другом месте жил мальчик... Дима (Дима аж не дышит, когда до него очередь дошла) и история повторяется: как встретились, как Дима был маленький, чему потом научился и чему научится совсем скоро.

Потом идет рассказ о сестренке, потом о еще одном братике. Дети слушают внимательно, и каждый чувствует себя главным героем, когда идет «его» часть. Эту сказку обязательно рассказывают на каждом семейном празднике, и просто «по заявкам слушателей», под настроение. А недавно в семье появилась еще одна дочка: осиротела соседская девочка-подросток, и ее взяли под опеку. Приемные родители думали, что уж в 13-то лет такая сказочка ей ни к чему. Каково же было их удивление, когда после окончания сказки Света требовательно спросила: «А про меня?». Рассказали и про Свету, конечно.

Иногда родители не то чтобы специально скрывают тайну, просто «речь не заходит», ребенок не спрашивает, и они считают, что пока рано. Но это чревато тем, что дело так и дотянется до подросткового возраста, когда это известие «обухом по голове» будет вовсе некстати. Заметить тот момент, когда ребенок переходит порог между «не спрашивает, потому что еще не дорос» и «не спрашивает, потому что не решается спросить» очень непросто, и лучше не рисковать, а взять дело в свои руки.

Поднимая по собственной инициативе вопрос о происхождении ребенка, родитель дает ребенку важнейшие сигналы: «Мы можем говорить об этом, это нормально», «Я все знаю, и это меня не разрушает», «Ты можешь положиться на меня во всем, я отвечаю за тебя, я принял тебя в дети и принимаю твою судьбу целиком». Это дает ребенку чувство безопасности и силу духа, чтобы пережить правду, тоже не отворачиваясь, не разрушаясь и при необходимости опираясь на поддержку родителя.

### **А если он не хочет знать?**

Иногда детям не нравится разговор об их приемности, они сердятся, убегают или просто требуют, чтобы приемные родители признали, что они - родные и «сами меня родили». Особенно часто это бывает с маленькими детьми, около 5-6 лет, и с детьми в периоде адаптации, ближе к его завершению.

Это совершенно нормально. Дошкольный возраст, как и период адаптации в стадии завершения - время глубокого осознания привязанности к приемным родителям. Маленький ребенок не может одновременно решать, две задачи: укреплять и осмысливать свою привязанность к новым родителям, и как-то перерабатывать мысль о приемности. Он защищается, отталкивая от себя неприятную для него сейчас информацию. Не стоит на него давить, но и идти на поводу и говорить неправду тоже не надо. Можно просто сказать, что вы готовы поговорить с ним об этом потом, когда он захочет.

Если ребенок раз за разом уходит от разговора об истории своего прихода в семью, убедитесь, что вы не пугаете его собственной тревогой во время этой беседы. Если его «нежелание знать» вам как бальзам на сердце, если для вас оно важно как подтверждение того, что вы «хороший, настоящий»

родитель и любит он именно вас, а не кого-то там, не исключено, что ребенок «не хочет знать» в угоду вам, а сам будет мучиться от невозможности поговорить открыто.

Некоторые дети очень переживают, осознавая, что в их жизни был период, когда мамы и папы рядом не было. Они настойчиво просят рассказать, как их катали в коляске, заворачивали в пеленки, даже если им пять лет и они прекрасно помнят, что попали домой всего три месяца назад. Не меньше переживают и приемные родители, когда не умоглядно, не из книги или рассказа психолога, а своими глазами видят и сердцем чувствуют, чем обернулись для ребенка месяцы или годы одиночества, какие шрамы оставила в его душе разлука с кровной мамой, как невосполнима его утрата.

«Мне было больно от того, что я не носила в животе мою младшую, не кормила ее грудью, не видела ее маленького личика, когда она только-только появилась на свет. Я плакала о том, что это были не наши с ней 9 месяцев, о ее одиночестве первых месяцев, которое я с ней не поделила. Я плакала о той пустоте, которую, уходя, оставила в сердце моей дочери ее биологическая мать. Я поняла, что в моменты этой «ностальгии» мы очень нужны друг другу. В течение последующих лет я часто заговаривала с ней об этом чувстве утраты. Она залезала ко мне на колени, а ее маленькое напряженное тело расслаблялось в моих объятиях. Немало часов мы провели вот так - обнявшись, деля нашу грусть, и наша любовь росла в этих объятиях» (Из книги Ш. Элридж «20 вещей, которые усыновленный ребенок хотел бы, чтобы знали его родители».)

Если ребенок и родитель могут вместе горевать о том, чего у них не было, они смогут вместе и наслаждаться тем, что есть.

Еще важнее, что ребенок и родитель могут воссоздавать то, чего никогда не было, в игре и фантазии. Если ребенок расстроен, что вы не могли заворачивать его в пеленку, когда он был младенцем – сделайте это сейчас, поиграйте в малыша», подержите его на руках, покачайте. Вечером перед сном пофантазируйте, «как все было бы, если бы мы встретились раньше» только обязательно обозначайте вход в мир фантазии: «А давай придумаем, как...», и выход из него: «Тебе понравилось, как мы придумали? Правда, хорошо?». Для детей (да и для взрослых) фантазии имеют целительную силу, при условии, что они являются именно фантазиями, а не ложью. Ложь вызывает сшибку, конфликт между сознанием и подсознательными смутными ощущениями, полузабытыми воспоминаниями. А при фантазировании образы проникают в подсознание и лечат его раны, заполняют черные ямы, а сознание присматривает за этим, сохраняя контроль, и конфликта не возникает.

### **Не могу спокойно об этом говорить**

Некоторые приемные родители признаются, что просто не могут начать с ребенком разговор о том, как он пришел в семью, потому что их душат слезы, накрывает жалость к нему, тревога, даже паника. Если такое происходит через месяцы и даже годы после того, как в семье появился приемный ребенок, стоит серьезно подумать о том, что же спрятано в душе родителя, что так болезненно резонирует с разговором о приемности.

Возможно, это не пережитая травма бездетности или горе после потери своего ребенка. Сознание своей неспособности дать жизнь ребенку, продолжить свой род вызывает множество тяжелых чувств: стыд, боль утраченной мечты, отчаяние, вина перед партнером и его семьей. Вина может быть абсолютно ни на чем не основанной - ну, ничего не делал человек такого, от чего предостерегают врачи, не в чем вроде себя упрекнуть, а все же... И вот найден спасительный выход: взять приемного ребенка. Здесь проходит очень тонкая грань, с которой важно разобраться. Если травма бездетности не пережита и не принята, а лишь «прикрыта» появлением приемного ребенка, то все тяжелые чувства, с ней связанные, представление о своей «неполноценности» как родителей никуда не деваются и живут внутри. Любое воспоминание о том, что ребенок приемный, вновь берedit рану. Говорить об этом панически страшно, и это страх «разоблачения» - сейчас он узнает, что мы «ненастоящие» родители, самозванцы. Поэтому тайна ревностно хранится, и даже если разумом родители понимают, что это неправильно, и хотят с ребенком все

обсудить, чувства «бастуют» - начинают душить слезы, дрожать руки, спазм в горле не дает заговорить.

Такое состояние не очень хорошо не только с точки зрения тайны. Порой это проявляется в том, что родители все делают слишком и чересчур, словно доказывая самим себе и окружающим свою полноценность: слишком много ходят по врачам, слишком усердно готовятся к школе, слишком переживают из-за любого пустяка. Как только ребенок доставляет неприятности, супруг, с которым связана бездетность пары, начинает чувствовать себя особенно виноватым («родной ребенок так бы не сделал»). Хорошо еще, если в пылу ссоры вслух не произносятся обвинения типа: «Это все из-за тебя, ты и разбирайся» или «Если бы я вышла замуж за нормального мужика, у меня и ребенок был бы нормальный». Все это, конечно, не прибавляет семейной жизни стабильности, а родителям - уверенности. В результате получается самоподтверждающийся прогноз: исходя из предпосылки, что приемное родительство - это «суррогат» родительства, они ведут себя нервно, неуверенно, не могут расслабиться, транслируют эту тревогу ребенку, и в итоге и правда чувствуют себя «не вполне родителями», да еще получают проблемы с формированием привязанности, потому что ребенку всегда сложнее привязаться к неуверенным в себе взрослым.

### **«Нормального ребенка родить не смогла»**

На консультации приемные родители 16-летнего Валеры. Он с ними с нескольких дней от роду, помогла знакомая главврач роддома (не вполне законно, но так вышло). К тому времени они были женаты уже четыре года, жили не очень дружно, но детей хотели, а их не было. Причина - первый по молодости сделанный аборт супруги. И вот ее мать подсказала идею: дождаться отказного новорожденного в роддоме соседнего района, где главврачом ее школьная подруга, и «никто ничего не узнает».

Так и сделали, ребеночек оказался здоровым и симпатичным, усыновление прошло гладко, зажили вместе. Все было хорошо: любили, растили, развивали, ничего для него не жалели. На время даже отношения между супругами наладились. Но потом переехали в большой город, муж пропал на работе, жена занималась Валерой, отчуждение нарастало.

В школе у мальчика начались проблемы. Папа, который всегда был отличником, достаточно способным и очень усердным, не мог принять «раздолбайство» Валеры. Мама не могла смириться с тем, что после всех ее усилий, развивалок и подготовок к школе Валера не из лучших в классе. В каждой его выходке она словно видела напоминание о том, что он «не такой» ребенок.

Словом, к тому времени, как они пришли ко мне, ситуация была следующая: мама с папой уже полгода не разговаривали после того, как она узнала о его измене, а он в ответ ей выдал: «Да зачем ты мне сдалась, ты мне даже нормального ребенка родить не смогла, мучайся теперь вот с этим». Мама не разговаривает со своей мамой, потому что «это она все придумала». Валера не разговаривает ни с кем, если не считать разговором требование денег в ультимативной форме и посылание родителей матом. О своем усыновлении зато он не знает - тайну сберегли.

К сожалению, дело в семье зашло так далеко, что помочь им уже было трудно.

Поэтому специалисты и не советуют торопиться с приемом ребенка сразу после того, как стало ясно, что своих детей не будет. Образ себя как отца или матери, мечты о детях как своем продолжении очень важны для большинства людей, и когда звучит приговор «у тебя не будет детей», это означает очень болезненную потерю. Она заслуживает того, чтобы ее оплакать, чтобы погоревать столько, сколько надо, и уже потом, приняв потерю, жить дальше. Если вас душат слезы при попытке поговорить с ребенком о его приемности - возможно, вы не дали себе поплакать тогда, когда для этого были причина и время. И нужно сделать это сейчас, возможно, обратившись за помощью к психологу, или просто проговорив свои чувства с супругом(ой), друзьями, родными, или доверив их дневнику.

Иногда основным чувством, накрывающим родителя при попытке поговорить с ребенком, становится не горе и не стыд, а нестерпимая жалость.

### **«Мама, почему ты плачешь?»**

Рассказывает приемная мама.

«Наш мальчик был подкидышем. Точнее, нет, он как раз не был подкидышем. Потому что подкидыш - это тот, кого подкинули, положили в какое-то место, где его быстро найдут, ближе к людям, которого положили в корзинку, укутали одеяльцем, может быть, записку приколоты с именем и просьбой позаботиться. Может быть, молились о нем, может быть, плакали, когда оставляли.

А моего мальчика его мать-наркоманка родила в буквальном смысле под забором и просто вышвырнула в ближайшие кусты. Голого, даже с неотделенной пуповиной. Впрочем, за это спасибо, говорят, это ему помогло продержаться. Потому что был ноябрь, и случись это на пару часов раньше, он бы до утра не дожил. А так его писк услышали дворники, и он выжил, хотя застуженные почки мы лечим до сих пор.

Я знаю, что должна говорить с ним о его приемности, даже если не во всех подробностях - ему всего шесть. Но как только начинаю, сразу представляю его себе в тех кустах, такого маленького, замерзшего, совсем беспомощного, одного. Мне становится плохо при мысли, что я была всего в двадцати минутах ходьбы от этого места. Почему не почувствовала, почему не пришла к нему? И все, начинают душить слезы, не могу ни слова вымолвить, только прижимаю его к себе и ничего не говорю. Он спрашивает: «Мам, почему ты плачешь?». Я отвечаю: потому, что очень тебя люблю. Глупо ужасно... И, боюсь, это его пугает.»

В следующей главе мы подробнее поговорим о тех случаях, когда прошлое ребенка очень травматично. А сейчас поделюсь одним наблюдением: часто не могут без слез думать о начале жизни своего приемного ребенка люди, которые сами в детстве имели опыт брошенности, потери, одиночества. Иногда это гибель или долгий отъезд кого-то из родителей, иногда долгое одинокое лежание в больнице, иногда слишком ранние ясли. Тогда, думая о том, каково пришлось их малышу, родитель словно соединяется с ним, и его одновременно накрывают две волны: взрослое чувство жалости к брошенному ребенку и свои давние, младенческие ужас и отчаяние. А это значит, что их приемный ребенок оказывается в объятиях не сильного, надежного взрослого, а такого же несчастного малыша, которому в пору самому искать защиты и утешения.

Поэтому очень важно, если есть подозрение, что собственная травма резонирует с травмой ребенка, осознать это и отделить свою боль от его боли. Со своей болью взрослый должен справиться сам (или с помощью специалиста), - только тогда он сможет помочь преодолеть боль ребенку. Как в самолете: сначала наденьте кислородную маску на себя, потом на ребенка. Потому что если вы попытаетесь сделать наоборот, может так случиться, что ребенку помочь вы уже не успеете.

### **Если потом скажет: вы мне не родные?**

Скажет, обязательно скажет, к гадалке не ходи. Даже родные говорят в подростковом возрасте не слишком приятные вещи, а тут такой козырь в руках, как не использовать.

Тут все дело в том, как вы отреагируете. Если, конечно, начнете хвататься за сердце, плакать, обижаться или обвинять, то услышите этот тезис еще не раз, в разных вариациях. Потому что своим поведением продемонстрируете неуверенность в своем статусе родителя, как будто у вас и правда «рыльце в пуху», как будто вы сделали что-то плохое, недостойное. Ваша неуверенность мгновенно вызовет в ребенке приступ тревоги, его способность справляться с собой снизится, поведение станет хуже и он будет снова и снова задавать вам провокационный вопрос, ваш панический или агрессивный ответ на который его никак не может устроить. Да, будет задавать - в надежде, вдруг вы образумитесь и ответите так, как ему нужно.

А как ему нужно? Прежде всего - спокойно, с чувством собственной правоты и уверенности в том, что именно вы и есть его родители, которые за него отвечают, его любят и на которых он всегда может положиться, несмотря на все свои выкрутасы. Если вы уверенно и без лишних эмоций скажете: «Знаешь что, родные - не родные, но растим тебя мы, и давай-ка ты все же помой посуду», то, вполне вероятно, что «ужасный» вопрос вы услышите в первый и в последний раз в жизни.

### **Если он захочет найти кровную маму?**

Скорее всего, захочет. Это нормально, связь, которая возникает между ребенком и матерью во время беременности и родов, очень глубока и прочна, она глубже осознания, глубже слов, глубже всяких представлений о том, что такое хорошо и что такое плохо. Мы можем сколько угодно повторять, что «мать не та, которая родила, а та, которая вырастила», но эта истина является безусловной только для тонкого слоя сознания цивилизованного, социально ответственного человека. А под этим тонким слоем - бездонная глубина нашей досознательной, миллионнолетней природы, для которой мать, которая родила - это неотъемлемо, что бы ни произошло потом.

Не надо этого бояться. Это сильная и правильная связь, которая не несет в себе никакой угрозы вашим отношениям. Взрослые могут глубоко и сильно любить приемных детей, имея кровных, и дети могут глубоко и сильно любить приемных родителей, сохраняя в душе связь с кровными. Мы будем говорить об этой связи в отдельной главе, а разговор о тайне хочется завершить письмом, написанным взрослой уже женщиной своей кровной маме, о которой она не знает ничего, и даже не знает, жива ли она. Письмо «в никуда» тому, кто очень важен.

### «Письмо маме»

«Это письмо я тебе пишу осознанно уже второй год. С тех пор, как ТОЧНО узнала о своем удочерении. Хотя тема неродного ребенка идет со мной лет с шести.

Всегда же найдутся добрые люди, которые намекнут и поведают, кто ты, что ты и откуда. Не тебе лично (ты еще маленький), а всем окружающим, и они начинают к тебе относиться по-другому. (...)

Вопрос родителям - родной ли я ребенок - я смогла задать через несколько лет. Очень я любила сладкое и его от меня прятали. При очередном поиске заветных конфет я обнаружила бумажку об удочерении. В ушах стучало так, что из всего написанного я запомнила, что раньше мое имя было Жанна. Очень оно мне не нравится и по сей день. Спросила у мамы про удочерение. Мама стояла на своем: я родной ребенок и они брали девочку из детдома, но она оказалась очень слабенькой и они отдали ее обратно, а потом родилась я.

Поверила ли я в это? И да, и нет. Но поняла, что болеть очень плохо, опасно. Состояние раздвоенности вошло в мою жизнь. Оно и раньше было, но после этого эпизода усилилось. Наступил переходный возраст, и мама со мной не справлялась. Бросала угрозы, что сдаст меня в колонию для несовершеннолетних. А во время скандалов кричала, что я не ее. Потом, конечно, что-то придумывала, отыгрывала назад. Да мне и факты подтверждали, что приемный.

Когда училась в институте, нам хорошо преподавали анатомию и биологию - резус-фактор, группа крови и т.д. По этим параметрам я тоже неродной ребенок.

Потом я подумала: может, мне как-то выгодно или удобно думать, что я неродная - состояние жертвы, а на самом деле все не так. Я очень устала от этого состояния: да, да и нет, нет. А почти два года назад я посмотрела на свое свидетельство о рождении, а оно повторное. Подошла к маме и спросила: почему? Я почти на 100% знала ответ. И думала, что нормально его приму.

Состояние шока все-таки было, но паззлы сложились, и стало немного легче: это не мое большое воображение, все так и есть, все так и было. Теперь я знаю правду. Я знаю, когда мой день рождения: в апреле, а не в октябре. Я знаю, что тебя уговорили меня кормить грудью, так как я была очень слабенькая, ты работала в доме малютки и кормила меня, а потом ушла и больше не пришла.

Говорят, что женщина, приложившая ребенка к груди и кормившая свое чадо, чаще всего меняет свое решение оставить, бросить своего ребенка. Зачем я пишу все это тебе? Наверное, чтобы понять и принять все эти факты. Я долго злилась на тебя. За то, что ты лишила меня любви, базового чувства принятия мира и принятости миром через тебя. Самое страшное наказание, которое я для тебя хотела, это одиночество. Но я расту и много думаю. Я не знаю, почему ты так поступила. Бог тебе судья. Это твое решение. Спасибо, что не убила.

Твоя биодочка Жанна P.S.

Наверно, я хочу тебя найти.»

## **Глава вторая**

### **Рана в его душе**

Сам по себе факт приемности - это лишь небольшая часть той правды, которую хочет и должен узнать ребенок. Сразу вслед за этим фактом встают вопросы еще более сложные. Почему мама меня оставила? Как она могла? Она меня не любила? Я ей не понравился? Она про меня сейчас помнит? Какая она была? Где она теперь? У меня есть сестры и братья? А где мой отец? Я похож на него? Он знает, что я есть? Почему вообще это все случилось со мной?

А иногда ребенок прекрасно помнит свою жизнь в кровной семье, и вопросы, встающие перед ним, не менее болезненны. Они не заботились обо мне - почему? Не любили? Почему обижали? Я был плохим? Они могут исправиться, чтобы все стало снова хорошо? Я вернусь домой? Они придут ко мне? Почему они не приходят? Они забыли меня? Они живы? Им сейчас плохо? Они могут перестать пить? Я могу им помочь? Их посадили в тюрьму - из-за меня? Это я виноват, что пожаловался? Они простят меня? А если они потом меня найдут и накажут? А если они меня найдут и заберут отсюда? Могу ли я их любить? Или мне теперь нельзя? Должен ли я быть таким же, как они? Должен ли я забыть о них, если этого очень хотят мои приемные родители?

Наверное, те, кто вырос «как обычно», у своих собственных родителей, даже не могут себе представить, как трудно и больно жить со всеми этими вопросами в душе. С вопросами, на многие из которых просто нет ответа. А на другие есть, но от этих ответов порой еще больнее, чем от вопроса. И никуда не убежать и не спрятаться.

#### **«Ты мне больше не нужна»**

Девочка пришла домой из школы в слезах. Только через час безутешных рыданий приемной маме удалось вычленить из бессвязных всхлипов суть: «Учительница сказала, что я ей больше не нужна!». Мама удивилась - учительница была хорошая и к ребенку относилась всегда с пониманием. Позвонила. Учительница в недоумении: ни конфликта не было, ни замечаний, все хорошо, прекрасно общались. На уроках работала, еще и убирать потом помогала. И тут вспомнила: «Точно. Она мне помогала в классе все по местам разложить, задержалась для этого на перемене, и потом я ей сказала: «Все, детка, спасибо, иди, ты мне больше не нужна». Боже мой, неужели она так меня поняла?».

Да, она так поняла. От девочки в младенчестве отказалась мать, узнав о ее дефекте физического развития. С текстом: «Мне такой ребенок не нужен».

Любое родительство требует силы духа, приемное – вдвойне, ибо это значит быть родителем раненного ребенка. Ребенок, пострадавший от своей семьи - это ребенок, раненый в душу. Рана может быть более или менее глубокой, чистой или инфицированной, сам ребенок может быть устойчивее или чувствительнее к ней, но она есть всегда. Очень важно, чтобы ребенок был уверен в силе своих приемных родителей, в том, что он будет принят ими целиком, вместе со своей историей. Вместе со своей болью. Что они не оставят его один на один с ней.

#### **Боль, которая не уйдет до конца**

От историй некоторых приемных детей кровь стынет в жилах. Девочка, на глазах у которой ее мать в приступе белой горячки убила двух младших братьев. Крохотная малышка с телом, совершенно синим от побоев - с головы до пят. Мальчик, которого в четыре года заперли в доме на две недели вместе с парализованной прабабушкой, он за ней ухаживал и делился обедками, найденными в помойном ведре. Другой мальчик, которого собственный отец едва не сжег заживо. Девушка, которую мать продавала дальнбойщикам. Подросток, которому пришлось вынимать

мать из петли. Дети, на глазах которых избивали, насиловали, убивали их близких. Дети, которые испытали голод, холод, унижение, страх, жизненный опыт которых несравним с опытом «обычного» взрослого.

Сейчас они дети как дети, симпатичные, веселые, хорошо одеты и причесаны, ходят в кружки и любят мороженое, у них новая жизнь и новая семья. И только иногда вдруг натыкаешься на совершенно недетский, тяжелый взгляд, или слышишь шепотом сказанные слова, от которых холод по спине. Или не шепотом, а громко, при всех - как девочка, пережившая насилие отца, за праздничным семейным столом в гостях у бабушки с дедушкой спросила звонким детским голосом и с детским любопытством, как о чем-то само собой разумеющемся: «Деда, а ты мою маму в детстве трахал?».

Некоторые приемные родители годами вздрагивают, вспоминая первые недели и месяцы жизни ребенка в семье, потому что с ним рядом было больно находиться, такие волны страха и отчаяния излучало маленькое существо.

Первая и вполне естественная реакция на такое прошлое ребенка - пусть он поскорее все забудет. Мы будем любить и беречь, и нашими заботами, нашими поцелуями и ласковыми словами сотрем с его тела и с его души все синяки и шрамы, все следы грязных прикосновений. Мы отогреем, откормим, отлюбим, и все наладится.

Многие приемные родители рассказывают, как в первые недели и месяцы жизни в семье дети готовы были часами лежать в теплой ванне, не только потому, что раньше в их жизни не было такого аттракциона, а словно испытывая психологическую потребность в этой теплой воде, нежно пахнущей пеной, в руках родителей, которые трут спинку и моют волосы. Они как будто хотят смыть с себя страх, боль, напряжение, в буквальном смысле слова «отмокнуть».

Другие дети готовы бесконечно наслаждаться объятиями, прикосновениями, возней, массажем, совместным сном, как будто создавая себе новую кожу, кожу, пропитанную нежностью и заботой, а не болью и грязью. Кожа и правда меняется, становится более «детской» - мягче, здоровее, и даже пахнет со временем иначе.

Еще частый сюжет - ненасытный «жор» в первые полгода-год дома (даже если до этого в детском доме питался неплохо), до тошноты, до несварения, котлеты под подушкой, конфеты по всем карманам, ночные пробежки к холодильнику, словно ребенок хочет наполниться новой жизнью «по самые уши», забросать едой огромную черную дыру внутри, которую в нем образовали страх и одиночество, насытиться наконец во всех смыслах.

Все это совершенно нормально и вполне работает. Если приемные родители понимают потребности ребенка и не начинают сразу «воспитывать, чтобы не избаловался», эти методы интуитивной «самотерапии» ребенка очень способствуют его реабилитации после пережитого.

Но есть раны и раны. Царапины и синяки проходят без следа, а после серьезных травм шрамы остаются на всю жизнь. Также и душевные травмы: есть те, которые вылечиваются покоем, заботой и новыми радостями. А есть те, которые так просто не затягиваются. И даже если ребенок о них не вспоминает, они есть внутри, и они болят.

### **«Мама лежала вот так...»**

Девочку нашли на вокзале. Худенькая, прозрачная, восточного типа, лет трех на вид, по-русски не говорит и не понимает. Как зовут - лепечет что-то вроде «Лейла». Назвали Лолой, фамилию дали покрасивее и отправили в детский дом. Сначала обследовали в больнице, сделали рентген - а ей не три, а все пять лет, просто перестала расти в какой-то момент. Голодала, видимо, или от сильного стресса - не поймешь. Ребенок был сильно перевозбужден, в больнице его держали на таблетках.

Потом Лола оказалась в семье Анны и ее троих сыновей (один уже жил отдельно, а двое подростков с мамой). Анна взяла отпуск на работе, к счастью, было лето, а она - преподаватель, отпуск длинный. Так что все хорошо складывалось - как раз, рассчитывала Анна, во время отпуска первая адаптация пройдет, а потом можно будет подумать о садике. Как бы не так.

Лола была больше похожа на звереныша, чем на ребенка. Дикого, ничего не соображающего и мало пригодного для общения. Девочка не могла спать. Вообще. Стоило ей начать задремывать, как она с криком ужаса просыпалась и долго кричала и плакала. Или впадала в буйство еще с вечера, скакала, хохотала и спать не ложилась. Более-менее удавалось ее успокоить, если носить



на руках. Так и носили по очереди, ночи на пролет, мама и мальчики, еще старший приезжал иногда, тоже носил. Взад-вперед по комнате, и так до утра. Девчонка вцеплялась мертвой хваткой, судорожно прижималась всем телом, прямо душила. Потом потихоньку расслаблялась от укачивания и хоть немного дремала. Прошло три с лишним месяца, прежде чем Лола смогла спать в кровати несколько часов подряд, И еще очень долго просыпалась по несколько раз за ночь и звала маму.

Дальше - еда. Лола не брала в рот ничего, кроме хлеба - только одного вида, белого батона - и молока. Видимо, этим ее подкармливали на вокзале. Ни крошки никакой другой еды ее нельзя было уговорить взять в рот. А недовес - жуткий, чуть ли не дистрофия, отставание в росте на два года, врачи говорят: нужно усиленное питание. А как? Плясали, играли, отвлекали, умоляли... Чего только не было. Сначала она конфеты распробовала, потом печенье. Сколько радости было у всей семьи, когда ребенок конфету попросил!

Играть Лола не могла вообще, могла только беситься. Карабкаться по братьям, как по пальмам, виснуть, возиться. Липла, лезла каждую секунду, целовала взасос. Потом быстро начиналось перевозбуждение, скандал, истерика, слезы. Игрушки не признавала очень долго никакие, ей нравилось, чтобы ее катали, качали, таскали, кружили - и все. Кубики, мячики, куклы - до всего этого было еще очень, очень далеко.

Зато не могла пройти мимо мелочи. Как увидит монетку - прямо бросается. И - в рот. Засунет за щеку и так может целый день ходить, не уговоришь выплюнуть. Зайдет кто-нибудь в гости - тянет ручку, просит денежку. Или сама к соседям пойдет - и кланчит: «Деньгу, деньгу дай». Видимо, девочку использовали для попрошайничества. Долго пытались не давать, отвлекать, объяснять, деньги изо рта со скандалом выковыривали. Потом придумали: собрали по знакомым целый таз мелочи, чисто вымыли с мылом и раскидали по всему дому. Лола сначала рот набила. Но неудобно же, да и не помещается все... В общем, несколько дней ребенок ходил как бурундук с мелочью за щеками, потом интерес к деньгам постепенно пропал. Что за интерес за ними охотиться, если везде валяются... Зато у старших эти дни были веселые - ведь все время боялись, что она подавится, глаз не спускали.

Через полгода более-менее начала говорить, строить предложения. А еще через какое-то время стала вспоминать и рассказывать о своей прошлой жизни. Вот тут Анне стало по-настоящему страшно. Лола вспоминала, как жила с мамой и папой «в доме как дача» - то есть не в квартире, а в сельском доме. Потом началась война. Они бежали, было очень страшно, грохот. Потом мама лежала вот так (показывает), смотрела вверх и не отвечала, когда Лола звала. Долго-долго. А к папе еще раньше пришли люди в форме и сделали так: показала, как горло перерезают, и у него голова отлетела. То-то она так от охранника в детской поликлинике шархалась...

В общем, ребенок был из Чечни, видимо, во время тех событий ей было года три, и у нее от шока остановились рост и развитие. Как потом ее в Москву кто-то привез - неизвестно, она сама мало помнила, что было после того, как «мама лежала вот так». Были какие-то люди, которые ее кормили.

Эти сбивчивые рассказы возникали вдруг, неожиданно, вроде бы ни с чего. И повторялись раз за разом, иногда дополняясь новыми подробностями. Анна слушала, обнимала, старалась запомнить. Потом Лола пыталась как-то все это объяснить себе. Начались вопросы: «А ты ведь не моя мама. Моя мама была с волосами вот так (длинными). А где моя мама?». Анна отвечала, как могла: «Твоя мама, наверное, на небе, она на тебя смотрит и хочет, чтобы ты росла большая и красивая, и здоровая, и кушала хорошо (больная тема!)» - «А теперь ты - мама?!» - «Теперь я, я тебя тоже очень люблю» - «Моя мама - красивее тебя!» - «Конечно, она очень красивая, ведь ты же красивая, а ты на нее похожа» - «А я ее не помню...» - «Ну, все-таки немножко помнишь. Давай ты ее портрет нарисуешь?», Лола рисует: принцесса в бальном платье с короной и длинными светлыми волосами: «Вот мама!» - «Да, очень красивая, давай здесь повесим, ты будешь смотреть».

Сейчас Лола школьница. Озорница, красotka, характер взрывной. Но пережитое «аукается» до сих пор, хотя большей любви и заботы, чем есть у нее, я просто не могу себе представить.

**Не бросайте его одного в аду**

Ограждая ребенка от болезненной правды, родители невольно впадают в иллюзию, что могут переписать задним числом его судьбу, как будто «ничего такого не было». Они искренне считают, что вопрос стоит так: причинять ребенку боль или побережь его? Однако на самом деле вопрос в другом. Боль уже есть. Он живет с ней каждый день и каждый час, справляясь, как может. И вопрос в том, будут ли приемные родители с ним в переживании этой боли, или он останется один, без поддержки, помощи, совета, а они отгородятся от него «ложью во спасение»?

«Закрывая тему», исключая все разговоры о том, что произошло, или успокаивая себя мантрой, что «любовь все лечит», мы становимся похожи на малыша, который, испугавшись, зажмуривается: если я не вижу страшной собаки, то ее как бы нет. Чем мы будем полезны приемному ребенку, если так поступаем? Как ему восстанавливаться после пережитого, имея вместо родителя, перепуганного малыша, закрывшего глаза и уши? Как доверять такому родителю? И с чего бы вдруг его уважать и слушаться?

Не бросайте ребенка. У него нет выбора «знать или не знать», ему придется что-то делать с ранами в душе, придется пережить и принять то, что случилось, и очень важно, чтобы он не был одинок на этом пути, чтобы он всегда был уверен, что вы - рядом.

### **«Она больше не делала вид, что все хорошо»**

Рассказывает Катя, 19 лет, приемная дочь.

«Мы с сестрой оказались в приюте после того, как наша мать выбросилась из окна. Мне было 12, сестре три. Мама очень плакала после какого-то телефонного звонка, она и до этого часто плакала, особенно когда пьяная была, и говорила, что хочет сдохнуть и что это не жизнь. Я ее хотела пожалеть, но она меня оттолкнула, а потом вдруг вскочила на подоконник и прыгнула. Я не успела ничего сделать. Позвонила в «скорую», потом в дверь соседке - сказать, что сестра одна, спит в кроватке, и побежала вниз. Почему-то не села в лифт, побежала по лестнице - семь этажей, ноги ватные. До сих пор помню эти бесконечные ступени под ногами... Меня не подпустили к маме, там были уже люди. А потом я узнала, что она еще была жива, и меня так мучило: вдруг она хотела меня увидеть? Или что-то сказать? Или я ей могла что-то сказать, поцеловать хотя бы. Но потом я ее увидела уже в гробу, и это была совсем не она, чужой кто-то.

Потом нас увезли, сестру быстро забрала ее тетя по отцу, а я почти год была в приюте. Отца я никогда не видела, и никакой другой родни не знаю, кроме сестры и мамы. Потом я пошла жить к Лене (приемной маме).

Лена очень хорошая. Мы с ней сразу друг другу понравились. Она не похожа на мою маму совсем: большая такая, спокойная. Она, конечно, не такая красивая, как мама, и ей неважно, во что она одета, она даже не красит волосы, но я ее тоже очень люблю. Я как во сне была, когда к ней попала, все было словно через толщу воды: школа, другие ребята... Только о сестре беспокоилась, а все остальное - безразлично. Хотелось только лежать и чтобы не трогали. И Лена не трогала сначала, только есть позовет или подойдет, укроет. Она хорошая, я же говорю, совсем не вредная и никогда почти не орет.

У Лены я начала как будто просыпаться. Снова стала танцами заниматься. Школа нормальная, ребята, новый брат (родной сын Лены, взрослый уже) тоже нормальный, и его жена. Они меня часто с собой брали, то в поход, то в кино, потом у них родился Колька, он клевый такой, очень смешной.

Я не думала совсем почти о маме, о том дне, не хотела. Было и было, как будто не со мной. С Леной мы никогда не говорили об этом, с братом тоже, а больше никто и не знал. Только как окно открытое видела, всегда хотелось подойти и вниз посмотреть. Прямо тянуло. Не прыгнуть, просто посмотреть, что там. Дурацкая такая мысль, но в голову лезла, отвязаться невозможно. И Лена заметила, и такой ужас у нее был... Видимо, думала, что я тоже, как мама... А я и не собиралась совсем, честно, и вообще никогда этого не сделаю, ни за что! Чтобы Лена вот так же, как я тогда, бежала вниз. Я никому такого не сделаю! Просто посмотреть хотела.

Потом она на окна сетки поставила, типа от комаров. И боялась меня оставлять в комнате, где балкон, одну. Шутила, разговаривала, как будто как всегда, а сама боялась. Если на работе была, а я дома, звонила каждый час. К психологу отвела, вроде про учебу поговорить, но я думаю, хотела «про это» узнать.

И как-то стало тяжело. Что-то висело между нами. Она мне не верила, но мы об этом не говорили. Я все равно из окон вниз смотрела, где могла. Уходила из дома, из школы, шаталась где-то, знала, что она ищет, волнуется, но почему-то видеть ее не могла. Заходила в чужие подъезды, поднималась повыше, открывала окно и смотрела. Учиться не хотелось совсем, все раздражало. Иногда вспыхивало перед глазами, как мама к окну бежит, как я по лестнице, как меня держат и к ней не дают подойти. Лена почти не ругалась, наоборот, старалась меня развеселить, куда-то мы ходили, она мне что-то покупала, на море ездили. Иногда было хорошо, и я опять почти забывала. Особенно когда с Колькой возилась. А потом опять находило. И почему-то чем больше она старалась меня развеселить и побаловать, тем больше я на нее злилась, прямо ненавидела. Сама понимала, что я сволочь, что она меня любит, старается мне помочь, а вот прямо трясло от одного ее голоса - типа «у нас все хорошо», а в глазах страх. Один раз я чашку в нее кинула, с горячим чаем, хорошо, что не попала в лицо. До сих пор стыдно вспоминать...

Тогда уже меня психиатру показали, он потом к психологу отправил, и вот там меня совсем накрыло, на третий раз где-то. Все, просто все вдруг вспомнилось - не отдельными картинками, а сразу, и я так плакала... Ничего не помогло - ни вода, ни капли какие-то, я плакала, не могла перестать, и дома, и на другой день. Лена со мной сидела, на работу не пошла, и я вспоминала, рассказывала ей, потом плакала снова, потом опять говорила про маму. Лена меня обнимала, качала как маленькую. Я тогда ей смогла наконец сказать про окна, что никогда не хотела прыгать, только посмотреть. И мы вместе с ней подошли к окну, стояли и смотрели, очень долго. Не знаю, что я там собиралась увидеть - ну, просто земля у подъезда, машины стоят, клумба, кошка пробежала. Потом мы замерзли, закрыли окно и пошли чай пить. С того дня у нас с Леной опять все стало хорошо. Она поверила, что я не стану самоубиваться, и перестала этим дурацким бодрым голосом со мной говорить.

Потом я с тем психологом еще виделась, и мы так сделали, что я как будто с мамой смогла поговорить, смогла подойти к ней. Я снова плакала очень, но стало намного легче, когда я все ей сказала. И как будто даже мама мне ответила и мы обнялись. С Леной мы ходили на кладбище, теперь каждый год ходим в день рождения мамы и еще весной, убраться.

Я в колледже учусь, все нормально. Все равно больно вспоминать, иногда плачу в свой день рождения. Но это, наверное, нормально. К окнам больше не тянет.

А к вам я пришла, чтобы спросить про сестренку Ей сейчас почти 11, и она не знает, что тогда произошло на самом деле. Тетя и отец ей сказали, что несчастный случай, что мама случайно упала. Но, скорее всего, она слышала разговоры, тогда, Я думаю, она спросит меня в какой-то момент. И я просто не смогу ей соврать. А сказать страшно, и ее родичи против. Они уверены, что она вообще все забыла. А сами вон как перепугались, когда она заявила, что теперь эмо. У них, знаете, все песни про то, что хорошо бы умереть. Все повторяется, похоже. Что мне делать?»

Да, иногда ребенок оказывается самым взрослым в семье. И ему приходится брать на себя ответственность за то, о чем не желают знать и думать взрослые. Ему нужно иметь больше всех мужества, честности и силы духа, потому что взрослые пасуют и «увольняются» со своего места. Катя справится, я уверена. Хотя это и несправедливо, что справляться придется ей.

### **Как это бывает**

Обычно ребенок не готов ни говорить, ни думать о своей травме в первые год-два жизни в семье. Сейчас у него много новых впечатлений, новых дел, он полностью поглощен задачей адаптации к новой семье, созданием привязанности к этим, новым родителям. Поэтому все свои воспоминания о прошлом он как бы запаковывает в большой ящик с надписью «Слишком больно и страшно. Разберусь позже», запечатывает его сургучной печатью и ставит на дальнюю полку стеллажей своей памяти.

Однако содержимое ящика не может лежать спокойно, оно все время стучится наружу, как страшная игра «Джуманджи», проявляясь десятками странных и нервных реакций «по пустякам». На то, чтобы удерживать его внутри, ребенок тратит немало душевной энергии, забирая ее у других задач, например, развития или создания новой привязанности. То есть на дальнюю-то

полку он положил, но разобраться с травмой рано или поздно придется, чтобы перестать все время краем глаза следить: не вылезло ли?

Чтобы иметь силы встретиться со своим «демоном», ребенок должен чувствовать, что его спина прикрыта. Он должен быть уверен, что больше не один, что его поймут, выслушают, утешат, не оставят одного с этой выпрыгнувшей болью.

Ко мне нередко приходят на супервизию психологи из детских домов с одной и той же жалобой. Они долго учились, неплохо подготовлены к работе с детской травмой, хотят помогать детям. Где самые несчастные дети? В детских домах. Значит, туда и идут. А через год-два понимают, что работы у них никакой нет. Дети на сессиях рисуют, играют, что-то говорят, но внутрь себя не пускают, самых своих тяжелых и главных травм касаться не дают, ставя мощнейшую защиту.

Почему это происходит, понятно. Работа с травмой сродни тяжелой операции. При этом душа вскрывается, чтобы очиститься, так же как вскрывают загноившуюся рану, чтобы убрать посторонние предметы, погибшие ткани и органы, подшить новые кровеносные сосуды вместо порванных. А успех любой операции, как знают врачи, наполовину зависит от мастерства хирурга, наполовину - от послеоперационного ухода. Хирург может быть виртуозом, но если уход плохой - выздоровление проблематично. Ребенок в детском доме точно знает никакого ухода не будет. Если он позволит в кабинете психолога вскрыть свою душевную рану, то потом ему предстоит в этом, вскрытом состоянии вернуться в детдомовскую реальность - в гвалт, одиночество, безразличие, эмоциональное насилие. Если он начнет, «вспомнив все», плакать и не сможет остановиться, никто не будет держать его в объятиях два дня подряд, как Лена держала Катю. Ему сделают укол, хорошо, если не отправят в психбольницу. Другие дети будут смеяться над ним, он не найдет даже места, где можно посидеть и поплакать одному в тишине.

Ребенок - себе не враг. Поэтому он будет улыбаться тете-психологу и болтать ни о чем, просто использовать эту возможность, чтобы получить немного внимания доброго взрослого, но ни с какой травмой работать не станет. Исключения бывают, но редко.

Так и в новой семье: пока у ребенка нет доверия к приемному родителю, пока между ними не сложилась привязанность, создающая для ребенка «психологическую утробу», чувство защищенности, он будет делать все, чтобы травма его лежала, где лежит.

При этом поскольку она, как мы помним, смиренно лежать не желает и «стучит в сердце», такой ребенок часто отличается повышенной потребностью все контролировать, иметь власть над любой ситуацией. Ему страшно, и он пытается справиться со страхом, постоянно играя в «царя горы» со взрослыми, настаивая на своем по каждому пустяковому поводу. Другой вариант проявления того же состояния - гиперпопослушность, безволие, апатия, словно все душевные силы ребенок отрядил туда, внутрь, стоять дозором вокруг ящика с болью и не выпускать, а на сегодняшнюю жизнь у него сил уже не осталось. И тот, и другой тип поведения очень часто отмечают приемные родители в период адаптации.

Но наступает момент, когда ребенок в семье освоился, приемным родителям поверил, поднабрал сил для битвы с внутренним «драконом». И тогда наступает время открыть ящик, или просто ослабляется бдительность и ящик вдруг открывается сам. Иногда в самый неожиданный момент.

### **«А сами как будто не здесь»**

Рассказ приемной мамы.

«Мы сидели за столом, обедали. Я и все три девочки. И вдруг одна из них, Вероника, каким-то нездешним голосом, как в полузабытьи, говорит: «А меня папа в суп горячий лицом совал и не давал подняться. И потом бил по губам, когда я выплевывала». И тут же другая отозвалась, тем же странным голосом: «Меня тоже бил по губам и по всему, и ремнем, и кулаком, ногами тоже. Я плакала, и он тогда по губам, чтобы молчала». Потом третья вступила: «А меня мама била и за волосы таскала, один раз ухо немножко оторвала. Крови было столько. На нее потом ругался сосед наш, сказал, милицию позовет, и она меня снова тогда побила».

Я сижу, замерев, не знаю, что делать, они за весь год, что живут у меня, не упоминали ни разу ни о чем таком, а тут между ними как будто какое-то кольцо замкнулось, прямо над столом, над тарелками с супом. Они сидели неподвижно и говорили, говорили, по очереди. А сами как будто не здесь. Ничего страшнее в моей жизни не припомню.

Потом вдруг раз - и как очнулись, встрепнулись, стали как ни в чем ни бывало есть и болтать о другом. Я смогла только сказать, что у нас в семье их никто бить не будет. Они кивнули - и все. Как будто ничего не было.

Я потом долго в себя не могла прийти. Но после этого мы стали словно ближе друг другу, и они меньше ссорятся между собой.»

Довольно часто первые вспышки воспоминаний о травме происходят перед сном, когда ребенок расслаблен и чувствует себя защищенным рядом с родителями. Нередко ребенок при этом находится в немного измененном состоянии сознания, почти в трансе. Бывает, это случается в кабинете психолога. Бывает, резонирует фильм, или книга, или какая-то бытовая ситуация. Иногда травма начинает проявлять себя в рисунках, в играх. Например, игры мальчика, которому не сказали правды о том, что его мама умерла, заключаются в том, что он закапывает фигурки животных и человечков из лего. Мальчик, который недавно попал в семью из дома ребенка, все время играет в то, что «ухаживает» за кошкой, при этом делает это очень жестоко: пихает ложку ей в горло, отстригает ногти с мясом, пытается вымыть очень горячей водой. Девочка, подвергавшаяся сексуальному использованию, на всех рисунках изображает у людей половые органы. Ребенок, оставленный матерью в роддоме, вдруг в ходе обычной ссоры, в ответ на упреки вдруг выдает с глубоким отчаянием: «Брось меня. Я плохой. Меня нужно просто бросить».

Так или иначе, пережитое дает о себе знать, и приемные родители рассказывают о чувствах, которые их накрывают в такие моменты: холод по спине, ужас, оцепенение. Они вдруг осознают, что все это было не с каким-то абстрактным ребенком, о котором шла речь в Школе приемного родителя, а вот с этим, уже родным и любимым, таким маленьким, таким беззащитным. И в голове бьется один вопрос: что же делать, как себя вести, как ему помочь? Давайте подумаем, как.

### **Ребенок «плохих» родителей**

Еще недавно считалось нормальным «популярно объяснять» ребенку, какими негодьями были его родители. Тем более что для этого порой есть все основания - с ребенком обращались плохо, а то и преступно, или оставили его, совсем маленького, одного в казенном доме. Свой праведный гнев по этому поводу не стеснялись высказывать и сотрудники детских домов, и приемные родители, и просто люди, узнавшие историю ребенка. И он рос, сознавая себя «сыном пьяницы и садиста» или «дочерью шлюхи». При любом удобном случае ему напоминали, что он должен очень постараться, чтобы не пойти по стопам своих родителей, а при трудностях с его поведением пророчили, что он кончит, как они. К удивлению взрослых, дети, воспитанные в таком ключе, в подростковом возрасте или сразу после вдруг «слетали с катушек» и начинали разрушать свою жизнь, либо воспроизводя в своем поведении все то, что вытворяли их родители, либо находя сексуальных партнеров, которые обращались с ними так же, как когда-то родители. Причем это происходило порой даже с детьми, которые расстались со своей кровной семьей совсем маленькими и вроде бы не могли перенять «дурной пример».

### **«Ее ждет ужасная жизнь»**

Рассказ шефа-наставника.

«Я общаюсь с детдомовской девочкой (ей 15 лет), знаю ее уже давно. Ее забрали у матери совсем маленькой, есть старшие братья и сестра. Один брат уже сидит, дети сестры в детском доме, сестра пьет. Еще один брат пока держится, учится, все вроде ничего. Женя - очень хорошая девочка, толковая, добрая, рисует прекрасно. Мы с ней много общаемся, я помогаю с уроками и вижу, что голова у нее хорошая, она может учиться, ей надо, и она вроде тоже хочет, пока со мной - загорается, мечтает. Я беру ее в гости, мы смотрим фильмы, гуляем, она рисует - все хорошо.

Но когда мы говорим о будущем, она твердит одно: «Я буду бомжевать как мама, ничего другого из меня все равно не выйдет». Это ей постоянно внушают воспитатели: ты вся в мать, будешь, как сестра, пить и шляться и т.п. Когда я их прошу этого не делать, они говорят, что лучше меня знают

этих детей, какие они неблагодарные и какие у них гены, и что я зря трачу на Женю силы и деньги.

И мне страшно, потому что иногда я думаю, что они правы, и все, что бывает у нас с Женей: разговоры, рисунки, чай по вечерам - это неправда, иллюзия, а правда - это то, что ее ждет ужасная жизнь.»

В более культурном варианте просто пресекались все разговоры о родителях, все контакты с ними, и поощрялась идея забыть их, отказаться от них в своей душе, перестать считать их своими родителями, «раз они такие». Эта идея была особенно популярна при тоталитарных режимах и после них: «отречься от родителей» требовали в сталинском СССР, во время войны такой ценой приходилось иногда спасать жизнь, например, еврейским детям, а после войны в Германии отречения от родителей ждали уже от детей нацистов. У детей, особенно маленьких, не было особого выбора, и они делали, что велели, а иногда делали это осознанно, ужаснувшись преступлениям родителей или из идеологических соображений.

Последствия наступали много позже, когда, уже взрослыми, эти дети стали обращаться к психотерапевтам с жалобами на депрессию, тоску, тревогу, неспособность жить полноценной жизнью (это в Европе и в Америке стали обращаться, а в СССР просто жили и мучились). И тут начинается следующая глава этой драмы.

Дело в том, что психотерапия, выросшая из психоанализа Фрейда, в значительной степени была основана на образе «плохих» родителей. Поскольку душевные травмы чаще всего берут начало в детстве, а наносят их чаще всего родственники, довольно долго основной задачей психотерапии считалась необходимость осознать, как плохо поступили с тобой родители, выразить свою обиду и злость на них (например, прокричав им все проклятия, которые не решался произнести в детстве, или даже побить подушкой воображаемого родителя), чтобы потом их простить. Были случаи, когда это срабатывало. Это могло помочь мальчику, на которого в детстве отец кричал или мало проводил с ним времени, поглощенный карьерой, или девочке, которую мама жестко критиковала и плохо ее одевала, из-за чего беднягу дразнили сверстники. Они выражали чувства, которые не могли выразить в детстве, и потом, из своего нынешнего взрослого состояния, понимали, что маме было очень тяжело растить дочь без отца, а папа работал много не потому, что не хотел гулять с сыном, а потому, что надо было кормить большую семью. Злость уходила, обида отпускала, состояние улучшалось.

Но что было делать мальчику, отец которого расстреливал женщин и детей? Что могло утешить девочку, мать которой, испугавшись за себя и ребенка, сдала полиции семью, которая пыталась спрятаться у них в сарае, и этот сарай заперли и сожгли прямо с людьми? Что мог сказать своему никогда не виденному отцу ребенок, который появился на свет в результате изнасилования его матери? Какими словами они могли выразить свои чувства? Чем им помогло бы битие подушкой? И как они могли простить?

Концепция «плохого родителя» не могла ничем помочь в этих случаях. Как и в случаях, которые хлынули к специалистам позже, после того, как началась социальная работа с людьми, выросшими в самых неблагополучных слоях общества. Родители, которые избивали, калечили, насиловали, морили голодом какая тут подушка? И какое прощение?

А главное - что было делать с тем невероятным, но очевидным фактом, что этих ужасных родителей дети любили? Даже если злились, даже если стыдились, все равно любили, помнили, скучали и нередко, будучи готовы их проклинать, яростно бросались на их защиту, если кто-то посторонний говорил о них плохо.

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

**«Принять такими, какие они есть»**

«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 такое мнение, будто родителям нужно 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.»

(по книге Г. Вебер. «Кризисы любви. Системная терапия Берта Хеллингера).

Также Хеллингер выступил категорически против идеи «прощать» родителей. «Прощать» можно только сверху вниз, а ребенок всегда младше родителя, и выбор «прощать или не прощать» возлагает на него непосильную и несправедливую ношу. Все, что произошло с ребенком по вине родителей, для него - данность, за которую он, как ребенок, не мог нести ответственность. Все попытки «понять, почему они так поступили», осудить их или оправдать, ставят его в роль старшего, лишают опоры. Многие в подходе Хеллингера шокировало коллег и общественность, и до сих пор его метод терапии принимается неоднозначно, однако часто клиентам с самыми тяжелыми историями, которые прежде годами лечились у психоаналитиков, после его семинаров становилось лучше.

Со своей стороны к сходным выводам пришли многие работающие в социальной сфере психологи и социальные работники. Они видели, как важна для ребенка его любовь к родителям, даже самым «плохим», к каким тяжелым последствиям приводит его вынужденный, под давлением социума или приемных родителей, отказ от этой связи. Постепенно формировался новый подход, принятый сейчас в большинстве стран, подход, признающий право ребенка на сохранение памяти и связи с любыми, даже самыми «неправильными» родителями, его право знать о них все, что касается его самого, и его право быть защищенным от осуждения его родителями другими людьми.

Потому что когда ребенок, будучи связан со своими родителями, зная, что он плоть от плоти и кровь от крови их, слышит: «Твои родители - дрянь», для него это звучит как «ты сделан из дряни». А если это говорят самые дорогие, самые близкие люди, которым он верит так, что не может сопротивляться их авторитету - его приемные родители, эти слова становятся приговором. 1/1 стоит ли удивляться, что потом он ведет себя и обращается с собой и с другими так, как и подобает дряни?

### **Как говорить о родителях, которые причинили столько боли?**

Сегодня на всех тренингах для будущих приемных родителей, в статьях и книгах им повторяют как мантру: не говорите плохо о кровной семье ребенка, о его матери и отце, даже если они поступали ужасно.

Иногда это несложно выполнить - если ребенка забрали у родителей против их воли, если они его не обижали, если причиной разлуки с ребенком стала их болезнь или преждевременная смерть. Но бывает иначе. Как следует говорить о женщине, оставившей своего ребенка в роддоме? О родителях, которые над ребенком издевались? Как вообще о них говорить, если вас захлестывает порой чувство ненависти к этим людям?

#### **«Ненавижу его»**

Пишет приемная мама.

«Дочка у меня красавица. У нее тонкая розовая кожа, гладкая и нежная.

И вот вчера я в очередной раз зацепила глазом шрам у нее на ноге. И меня пробило вдруг так, как не пробивало еще ни разу. Я вдруг представила себе -какой там был ожог, если за 14 лет не прошел, при всей пластичности детской кожи. Какой там был ожог, если остался такой шрам.

И никто за это не ответил. Никто.

У нас можно нарочно облить семилетнего ребенка кипятком и спокойно продолжать жить дальше. Повозить лицом по асфальту, устроив сотрясение мозга, - и ничего. Ну, лишат родительских прав. И что?... Ему же лучше стало, больше денег на бухло.

Я сидела и ненавидела этого человека, которого ни разу не видела даже на фото, и уже не увижу - он умер. Я сидела и думала, если есть ад...

Впрочем, спасибо, что не сломал ей нос.

Мало людей ненавижу. А его - ненавижу.»

Приемный родитель чувствует себя загнанным в угол: говорить о кровных родителях плохо - вредить ребенку. Но как можно о ТАКОМ говорить хорошо? Или даже нейтрально?

Давайте разберемся.

Да, нельзя говорить ребенку, что его родители негодяи. Это плохо для него, это плохо для ваших отношений, потому что вы ставите ребенка перед необходимостью выбирать: сохранить верность им и разозлиться на вас, или согласиться с вами и предать своих родных. Это выбор очень мучительный и ставить в такую ситуацию ребенка жестоко.

Но многие родители считают, что им недостаточно избегать оценок - они должны обязательно кровных родителей ребенка оправдывать в его глазах. Придумать «приятную» версию, типа «мама тебя очень любила, и поэтому оставила, чтобы ты попал в хорошую семью», или «папа просто очень уставал, поэтому тебя бил». И сами чувствуют, как фальшиво все это звучит, как неприятно это произносить. Детей такие «успокаивающие» объяснения часто очень раздражают. За желанием непременно добиться, чтобы ребенок «простил их и больше не страдал», часто стоит то самое желание по-детски зажмуриться, чтобы не видеть боли и страха, о котором мы уже говорили. И ребенок слышит в этом то, что он опять один, и помощи ждать неоткуда. Более того, он просто обязан поскорее «утешиться» и «все простить», чтобы не расстраивать мамочку.

Давайте посмотрим на это честно и со всем возможным присутствием духа.

То, что случилось - ужасно. Это трагедия. Никакого объяснения и оправдания тому, что маленькие дети пережили такое, не может быть в принципе. Поэтому не надо никого оправдывать. Оправдывать - это ведь тоже судить, а судить - дело неблагоприятное. Мы не знаем и никогда не узнаем подлинных мотивов, по которым кровные родители ребенка вели себя так, как вели. И нам это не нужно, да и ему это на самом деле не нужно, даже если в какие-то моменты будет мучительно хотеться понять. Это их ответственность, их выбор, или их беда. Не наша.

Единственная правда, которую мы знаем точно - это наши чувства и чувства ребенка прямо сейчас. И вот о них можно говорить, не боясь совершить ошибку, потому что чувства - это не суждение что хорошо, а что плохо.

Поэтому в ответ на признание ребенка, что его били, всегда можно сказать: «Наверное, тебе было очень больно и страшно». В ответ на вопрос: «Почему она меня бросила, как она могла?» всегда можно сказать: «Я не знаю, почему. Это очень обидно и грустно, что ты остался без мамы таким маленьким». Если, вы не справляетесь с собой, если вас трясет или вы плачете, слушая ребенка, можете честно сказать ему о том, что чувствуете: «Мне так жаль, что тебе довелось пережить такое» или «Я очень зла на то, что тебе делали больно». Вы говорите о себе, это правда, и она не станет барьером между вами и ребенком. Только постарайтесь, даже испытывая сильные чувства, все равно оставаться для ребенка опорой, не «рассыпаться», не забывать, что ему-то в любом случае тяжелее, и вы ему нужны.

Кстати, та же стратегия прекрасно работает, когда ребенок не вспоминает про плохое, а идеализирует кровных родителей в своих фантазиях. Например, рассказывает, как они устраивали праздники, ходили в зоопарк и пекли пироги, а вы точно знаете, что всего этого в его жизни с родителями не было. Ничего страшного. Раз ребенок фантазирует, значит ему это в данный момент нужно, это его способ обезболить свою рану, и он имеет на это право. Начав «разоблачать» фантазию и напоминать, что мама и хлебом-то его не всегда кормила, вы разрушите доверие и сделаете ребенку больно. Но не соглашаться же с заведомой ложью? Нет, соглашаться не надо. Потому что всегда есть та правда, о которой можно сказать - это правда чувств. И когда ребенок взхлеб рассказывает вам, какие вкусные его мама пекла пироги, всегда можно сказать: «Да, пироги - это здорово!», и его это абсолютно устроит.



### **Если бы у меня была машина времени**

Часто, узнавая правду о прошлом ребенка, приемные родители испытывают острый приступ вины. Их преследуют навязчивые мысли и фантазии о том, что они могли бы сделать и как помочь, если бы знали, если бы успели, если бы почувствовали, что их (будущий их) ребенок в беде. Часто приходится слышать: «Если б у меня была машина времени!».

Тут надо быть осторожнее. Чувство вины - обратная сторона иллюзии, что от нас что-то зависит. Не чувствуем же мы вину за изменение погоды? Конечно, можно говорить о нашей общей, взрослых людей ответственности за то, как устроен мир, в который приходят дети. Или о том, как устроена социальная работа, как выявляются семьи в кризисе, что творится в детских домах. Но это не имеет отношения к вине за случившееся с конкретным ребенком. Если такое чувство настойчиво возникает, возможно, вы не совсем свободны от иллюзии, что его судьбу можно переписать, возможно, вам не хватает мужества осознать, что прошлого не исправишь и травмы ребенка не отменишь.

А с другой стороны, машина времени у вас на самом деле есть. Это те моменты, когда ребенок, доверившись вам, регрессирует, отправляется в свое прошлое и пытается «переиграть» его на новый лад. Когда, совсем большой, просит покормить его с ложки или помочь одеться - потому что у него не было этого в раннем детстве. Когда приходит спать под бок, когда говорит детским голосом, когда виснет на вас и требует внимания. Даже когда доводит до белого каления и провоцирует, чтобы вы его ударили - на самом деле это вопрос: а ты - тоже будешь бить? Когда ужасно себя ведет и с вызовом говорит: «Ну, и отдавайте меня, я сам уйду, не больно надо», он хочет услышать, что он ваш ребенок и вы никуда его не отдадите. Не упускайте эти бесценные моменты, эти мгновения, когда действительно возможно чудо, и травматичный опыт заменится животворящим опытом заботы и защиты.

### **«Возьми меня на руки!»**

На консультации приемные родители рассказывают про своего сына, семилетнего Ваню. Из их рассказа картина вырисовывается невеселая: у ребенка явно сильно выраженное нарушение привязанности, он не признает взрослых авторитетом, не ищет у них защиты, не обращается за помощью, постоянно выясняет, «кто в доме хозяин», на уроке может просто встать и уйти из класса, «не слышит», когда к нему обращаются. Они очень измучены и даже подумывают, не отменить ли усыновление.

Как пример капризности и «невозможного» поведения Вани папа рассказывает такую историю. Дело было в походе, и они с Ваней как два мужчины правились в лес за дровами. Темнело. Набрав хвороста, они пошли напрямик, через высокие заросли. Ваня плел сзади со своим грузом, а потом вдруг встал как вкопанный и начал проситься на руки. «В семь лет! Видя, что у отца руки заняты! И там пройти-то было всего ничего! Я не мог его взять, да и что за капризы, я ему говорю: ты мужик или нет, иди сам, а он ни в какую, стоит, рыдает, как маленький - возьми меня, и все. Ну, я плюнул и ушел, он порыдал еще и приплелся, куда денется. Но зачем было все устраивать, всем настроение портить? Что за ребенок, а?».

Я слушала этот рассказ и у меня внутри все холодело, потому что всего полчаса назад, в начале беседы, я спрашивала их об истории Вани. А история эта такова, что его забрали у пьющих родителей двухлетним, после того, как они вытолкнули малыша за дверь на лестничную площадку и там оставили. И он орал там один неизвестно сколько, потому что соседи, вернувшиеся с работы, нашли его уже опухшим и посиневшим от крика.

Тем вечером у папы БЫЛА машина времени, в его полном распоряжении. Все, что требовалось - бросить эти треклятые дрова, взять Ваню на руки и прижать к себе. И донести самому, на руках, к маме, к костру, в безопасное светлое место. Он мог переписать опыт, снять заклятие, и не сделал этого - занят был, воспитывал «мужика». Который теперь почему то «не слышит», когда к нему обращаются.»

## Правила разминирования

Итак, ящик с болью вскрыт, тем или иным образом, раньше или позже." Как вести себя родителю? Прежде всего, по возможности успокоиться. Как бы ни было тяжело сейчас вам, ребенку - тяжелее, и давайте сосредоточимся на том, чтобы помочь ему, а со своими чувствами разберемся позже.

Для того чтобы встретиться с травматичным воспоминанием, ребенку нужно чувство защищенности. Это бомба из боли, которая начала взрываться, и важно, чтобы осколки не разлетелись и не разрушили новую, спокойную жизнь. Поэтому работа родителя в этот момент - быть для ребенка психологической утробой, или, как говорят психологи, «контейнером», то есть выдерживать и удерживать его сильные чувства, не разрушаясь и не заряжаясь. Это звучит как что-то очень сложное, но на практике большинство людей интуитивно ведут себя именно так, столкнувшись с взрывом чьей-то боли: остаются внешне спокойны, крепко обнимают и удерживают в объятиях, говорят тихим, уверенным голосом самые простые слова, словно создают вокруг человека прочный защитный кокон.

Ребенок должен быть уверен, что любое его чувство, любое воспоминание вас не разрушит, что вы справитесь. Тогда он сможет полностью довериться вам тылы» и встретиться со своим «демоном» лицом к лицу. Он может плакать, или злиться, или грустить, полностью отдаваясь чувствам, и знает, что вы за ним присмотрите. Если ему покажется, что вы боитесь, уклоняетесь, пытаетесь сменить тему, отвлечь, отшутиться, быстренько утешить, он может закрыться, снова запихать свою боль в коробку и отложить до лучших времен. И, возможно, решит справляться уже без вашей помощи». Но, как вы понимаете, это значит, что он не будет рассчитывать на вас и во всем остальном. Поэтому, если уж процесс пошел, соберитесь с силами - и выдерживайте. Потом сможете поплакать в ванной, или пойти к психологу, но сейчас на время отложите свои собственные переживания и постарайтесь полностью принадлежать ребенку.

Помните, ему не нужны от вас оправдания, версии и ложь. Если он спрашивает, а вы не знаете - так и скажите: не знаю. Любой ваш ответ на вопрос: «А почему они?..» будет домислом, а значит, неправдой (за редким исключением). А та правда, которая есть в вашем распоряжении всегда - это правда чувств. Попробуйте понять, что за чувство стоит за его вопросом, назовите его и посочувствуйте. Этого достаточно.

Не ставьте цели, чтобы ребенку прямо сейчас стало легче, «отпустило», чтобы он «примирился». Это не случается за один раз, иногда после острой вспышки идет длительный процесс внутреннего осмысления, а потом опять вспышка, а потом опять тишина. Это нормально. Сколько ему надо, столько это и будет продолжаться. Лучше сейчас вы вместе пройдете пару шагов в нужную сторону, чем толкать или тащить его волоком туда, куда вам кажется правильным, а ему вовсе и не надо.

Если в опыте ребенка было насилие, ему важно услышать от вас заверения, что вы так обращаться с ним не будете. Не увязывайте это с поведением тех, кто его обижал, не противопоставляйте и никак не объясняйте, просто твердо скажите: здесь тебя никто бить не будет, у нас в семье детей не бьют. Или: я тебя никогда не оставлю, ты мой сын. Даже если он не спрашивает. Это не помешает.

Иногда дети боятся, что вы их осудите, будете их стыдиться, разлюбите после того, как узнали о них что-то страшное и неприятное. Если ребенок не спрашивает, но вам кажется, что он может этого опасаться, заверения в вашей любви никогда не будут лишними. Так же как утверждение, что дети не могут быть виноваты в том, что делают их родители, и никакое плохое поведение ребенка не может быть причиной, чтобы с ним так обходились. Скажите: «Это сделал он, а не ты. Он взрослый, ты ребенок. Ты ни в чем не виноват».

Не пугайтесь, если после вскрытия травмы ребенок на время «расклеится». Он может выглядеть изможденным, бледным, у него может подняться температура, его может тошнить, у него может болеть живот, нарушиться сон, аппетит, могут быть долгие слезы, желание что-то крушить, рвать или наоборот забиться в угол. Все это совершенно естественно и обычно длится день-два.

Создайте щадящие условия, не дергайте, по возможности будьте рядом.

Главное – не пытайтесь «это все прекратить». Возможно, вам кажется, что если еще вчера ребенок был «в порядке», прыгал и играл, а сегодня сходил к психологу (встретился с братом, получил

письмо), и на нем лица нет, значит, все это ему навредило. Это не обязательно так. Когда боль выходит из души, это не очень приятный процесс (так же, как когда токсины выходят из тела). Но он необходим, и после становится легче.

Важное замечание: если то, что в результате вскрытия всплыло, очень серьезно, если речь идет не просто о плохом обращении или отвержении, а о жестокости, сексуальном насилии, угрозе жизни, обязательно обратитесь к специалисту. Есть вещи, которые лучше вспоминать не дома, а в кабинете чужой тети, откуда можно потом уйти, закрыть за собой дверь, и воспоминания останутся там, а ты вернешься в свой безопасный дом.

Пытаясь заниматься работой с тяжелыми травмами самостоятельно, приемный родитель рискует «открыть форточку между мирами», и ребенок не будет чувствовать себя спокойно в своей комнате, куда ворвались страшные воспоминания. Также о подобных воспоминаниях важно сообщить специалистам опеки: возможно, речь должна идти о судебном преследовании насильников.

### **А если ничего такого не происходит?**

Значит ли это, что ребенок не восстанавливается от своих травм? Не доверяет вам? Или уже восстановился, незаметно?

Мы никогда не узнаем, как оно на самом деле, и, конечно, не стоит ковырять чужую рану насильно. Ребенок имеет право знать о своем прошлом, но он имеет право и не знать, вернее, не думать об этом сейчас.

Если вы уверены, что в вашем отношении к прошлому ребенка нет негласного запрета говорить о нем, если ваш ребенок не боится за вас, уверен, что вы не расклеитесь, не заболеете, не исчезнете, столкнувшись с правдой и болью, если нет никаких явных симптомов, говорящих о том, что его что-то мучает, не стоит беспокоиться. Все свое время. Когда ему будет нужно, тогда и вспомнит, а может быть, разберется с этим без вас, но благодаря тому ресурсу, который от вас получил. В конце концов есть еще взрослые психотерапевты, к которым можно пойти и в 20 лет, и в 40.

Если дракон внутри есть, встречи с ним не миновать, раньше или позже. Задача родителя - сделать так, чтобы к моменту этой встречи ребенок получил достаточно заботы и тепла, чтобы чувствовать себя сильным и защищенным. Остальное он сделает сам.

\*\*\*

Работая с приемными родителями, я часто вспоминаю древний миф об Орфее и Эвридике. Любимая умерла, и певец Орфей отправился за ней в царство теней, в мрачную преисподнюю. Именно эта задача стоит перед приемным родителем ребенка, пережившего страшное. Вы не можете, оставаясь на освещенной солнцем поляне, радостно махать ему туда, в его ад: давай, иди к нам, у нас тут хорошо и весело, мы тебя ждем. Он не пойдет, у него нет сил, травма держит его крепко. Хочется Вам или нет, единственный выход – пойти за ним во мрак. И вывести его за руку, хотя он, как Эвридика, будет все время оборачиваться и пытаться вернуться.

Это очень тяжело. Но другого способа нет.

Зато если у вас получится, это будет поистине чудо: возрожденный к жизни ребенок, с которым вы были вместе в его боли, а значит, сможете быть вместе в радости.

## Глава третья

### Меж двух семей

В прошлой главе мы говорили о травмах, полученных ребенком в кровной семье. Но, к счастью, дети всегда получают от своих родственников не только травмы, даже если они почти не были вместе, или если совместная жизнь была очень непростой. Лишь небольшая часть детей, которые оказываются в детских домах, - отказники с рождения, и лишь несколько процентов тех, кто был отобран у родителей в связи с угрозой жизни. Большинство - дети, которые успели получить от своих кровных семей и хорошее, и плохое.

Мама стала принимать наркотики, но не сразу, до этого были пять лет совершенно нормальной жизни вместе с ней. Родители пили и плохо заботились, но была бабушка, которая любила и помогала. Ребенка забрали, потому что в семье крайняя нищета, в доме грязь и не топлено, но при этом его никогда там не обижали, и он чувствовал себя любимым, а вши его не смущали. Мама оставила младенца, но не просто так, а в поликлинике, возле кабинета детского врача, ему уже было месяца два, он был чистенький и здоровый, сладко спал - хорошо покормила, прежде чем уйти. Папа попал в тюрьму, потому что в пьяной драке покалечил человека, но пил и дрался он только вне дома, а детей любил и не обижал. У мамы шизофрения, в момент обострения она подожгла дом и ребенка еле спасли, но в ремиссиях она была хорошей мамой, на взгляд постороннего немного странной, а для ребенка - самой лучшей и любимой.

Можно отдельно говорить о том, почему же у нас так все устроено, что родители, которые вполне могли бы сами вырастить своих детей (и хотели этого!), не смогли с ними остаться. Почему у нас так мало приютов для матерей в сложной жизненной ситуации? Ведь сегодня женщина с ребенком, оставшаяся без поддержки родных и близких, оказывается просто в безвыходном положении (размер пособия по уходу за ребенком до полутора лет даже называть стыдно, а если ей еще и жилье надо снимать, то ситуация совсем безнадежная). Почему, если в доме развалилась печка, проще забрать оттуда детей, оторвать их, ревуших и цепляющихся за мать, и отправить в детский дом, где тратить на их содержание огромные деньги, вместо того, чтобы просто помочь сложить новую печку? Почему годами не дают жилье выпускникам детских домов, а как только у них появляются дети, настойчиво советуют отдать их в дом ребенка, где «им будет хорошо»? Почему нет программ профилактики семейного неблагополучия? Ведь семья не в один день становится неблагополучной, проблемы накапливаются годами.

Множество «почему» - это огромная работа, которую еще предстоит сделать. Но пока мы имеем то, что имеем: дети теряют семьи, и им надо как-то с этим жить. Надо суметь сохранить все, что можно, чтобы несмотря ни на что, вырасти и быть счастливыми.

Никто никогда не заводит детей для того, чтобы их не любить, обижать и бросать. Все хотят своим детям хорошего (за исключением очень редких патологических случаев). И уже одно это желание, этот посыл родительской любви - хочу, чтобы у тебя все было хорошо - может стать важным ресурсом для ребенка, даже если остальных ресурсов от кровной семьи ему перепало мало.

### **Он любит своих кровных родителей. Как же он сможет любить нас?**

Чаще всего будущие приемные родители хотят одного: чтобы никаких кровных родственников, чтобы ребенок был только нашим. Малыш из дома ребенка, «в порочащих связях не замеченный», кажется им гораздо более желанным вариантом, а идея взять ребенка постарше, который помнит и любит маму, папу, брата или бабушку, пугает: если он любит их, как он полюбит нас? Если он ту семью считает своей, то кем он будет считать нас? Просто воспитателями? Временными соседями по квартире? Нет, лучше взять ребенка «без семейной истории» - думают они. И при этом очень сильно ошибаются.

**«Я с вами хочу»**

Олесе было 10 лет, ее только что забрали у мамы, которая в пьяной компании выпила что-то не то и с сильным желудочным кровотечением попала в больницу. Там ее две недели пытались спасти, но она умерла. Олеся видела, как маму уносили врачи «скорой» - белую, скорчившуюся от боли. В приюте девочка или плакала, или сидела, уставившись перед собой, и теребила что-нибудь в руках. Мама хоть и пила сильно, и гуляла, девочку любила и никогда не обижала. Естественно, Олеся слышать не хотела ни о какой другой семье - «мне никто не нужен». При этом видно было, как ей мучительно находиться в обществе посторонних людей, особенно детей, которые шумят, играют, дергают. Она забивалась в самые дальние углы, но малыши проницательны, везде найдут. Да и жизнь в приюте идет по регламенту: то экскурсия, то общий праздник, то комиссия, то обследование. Олесю постоянно вытаскивали из ее убежищ и куда-то вели, что-то ей говорили, о чем-то спрашивали, вовлекали в игры. Сплошное мучение.

И вот одна из волонтеров, которая давно работала в этом приюте, предложила найти семью, которая возьмет Олесю хотя бы на время. Просто чтобы у девочки была своя комната и покой. А там острое горе пройдет, девочке станет легче, и можно будет думать дальше. Сотрудники не верили, что из этого выйдет толк, но и не отказывали категорически. И буквально через два дня девушка-волонтер рассказала об Олесе знакомой семейной паре. Те собирались брать ребенка, причем, как и многие, хотели маленького, искали, но пока ничего не выходило. Документы на руках, место для ребенка готово, но сама идея взять девочку, которая никуда идти не желает, очень любит маму и очень о ней тоскует, их озадачила. «Мы же хотим, чтобы ребенок наш был? А тут как же? Да мы вообще мальчика хотели, у нас две дочери уже, и они ждут братика» - «Ну, и будет потом у вас мальчик, а пока девочке поможете, вы же уже умеете обращаться с девочками». Они подумали, посомневались, поудивлялись сами себе и решили - почему бы и нет.

Оформили патронат. Олесе объяснили: поживешь в гостях, там будет своя комната, тихо, спокойно, а потом видно будет. Дома девочку было не слышно, она почти ни с кем не общалась, часто плакала потихоньку но все, что велели, делала - механически, как робот. Сидела все время на краешке стула, как будто в любой момент готовилась вскочить и убежать.

Потом у нее было несколько истерик: «Я не хочу с вами, пустите меня, я только к маме хочу», «Лучше бы я тоже умерла», «Я ничего не хочу, никогда не захочу, уйдите все». Семья относилась к этому с терпением, помогала, как могла. Жалко ребенка, такое горе. Постепенно привыкали друг к другу, хотя все были уверены, что вместе ненадолго.

Тем временем про мальчика тоже разговоры шли, и вроде такой нашелся, получили направление на знакомство. Когда родители это сказали, Олеся убежала к себе, стала метаться по комнате, собирать вещи: «Вы же меня на время, пока его нет, брали. Я тогда ухожу, не буду мешать». Родители ей: «Да погоди, кто же тебя гонит, оставайся, если хочешь, все поместимся. Ты сама-то хочешь с нами жить?». Она вдохнула, глаза закрыла, как будто в воду собралась прыгать: «Да, я с вами хочу. Если вы хотите». Как потом приемная мама вспоминала: «И в этот момент мы с мужем переглянулись, и поняли - да, очень хотим. Не только из жалости. Просто она уже наша стала, как же мы без нее?».

Собственно, вот и вся история. С тех пор так и живут вместе. Никаких особых проблем и трудностей с девочкой не было. Олеся - один из самых благополучных приемных детей, которых мне доводилось встречать. Любящий, чуткий, благодарный ребенок. С той же силой и глубиной, с которой она любила кровную маму, она полюбила приемных родителей. Учится прекрасно, отличница, стихи пишет.

Кстати, мальчика в эту семью тоже взяли - маленького, из дома ребенка, без привязанностей, тот самый желанный для многих «чистый лист». И вот с ним уже они хлебнули и трудностей адаптации, и нарушений привязанности, и всего, чего можно. До сих пор не все гладко, но это уже совсем другая история.

Ребенок, которым вырос с чувством любви к родителю - это ребенок прежде всего душевно здоровый. Он знает, что такое привязанность к взрослому, что такое доверие, он готов сотрудничать, он обращается за помощью, если с чем-то не справляется. Он - ребенок, который умеет любить, а значит, сможет полюбить и новых родителей, ему есть чем, у него проработана эта «мышца души».

Отсюда, кстати, берет исток убеждение малосведущих в теме сиротства детей, что любого ребенка, потерявшего родителей, достаточно приласкать, пожалеть, «прижать к груди», и с ним все будет хорошо. На самом деле - не любого, а только того, у кого с родителями все было хорошо, он их любил и им доверял, и лишь трагедия: война, стихийное бедствие, несчастный случай, болезнь - их разлучила. Тогда, отгоревав свое, пережив естественный в такой ситуации период замкнутости, гнева, отчуждения, депрессии, ребенок снова становится открытым для создания отношений привязанности с тем взрослым, который готов заботиться о нем и защищать его. Этот процесс показан во многих прекрасных фильмах и книгах, которые неизменно заканчиваются трогательным хэппи-эндом: ребенок в объятиях своего нового родителя. Даже если он был сильно травмирован, даже если новая семья очень отличается от его собственной, рано или поздно глубокая программа привязанности, которая уже однажды работала в его душе, запустится вновь, и он прижмется к недавно еще чужому взрослому, ища у него поддержки и защиты.

Если же у ребенка опыта привязанности не было совсем, он часто оказывается вовсе не «чистым листом», на котором новым родителям предстоит написать новую счастливую историю. Он не понимает, он не знает, как любить, нет у него в душе места с названием «родители», он ни с кем не прошел по тропинке создания привязанности и самой ценности этих отношений не понимает. Чтобы у него «отросла» способность любить и доверять, приемным родителям иногда нужно очень много времени и бездна терпения.

Так что не бойтесь детей, которые любят и хранят верность кровным родственникам. Значит, они и вас смогут полюбить тоже, и вам будут верны от всего сердца, если, конечно, вы не будете повторять типичную ошибку, ставя ребенка перед выбором: так все-таки кто НАСТОЯЩИЕ, самые дорогие для тебя, правильные родители - мы или они?

Почему-то взрослым кажется совершенно естественным, что они могут любить и двоих, и пятерых, и десятерых детей, и им не нужно перестать любить первенца, чтобы «наскрести» на любовь к младшему. А ребенку в такой способности они отказывают. Любовь не подчиняется закону сохранения материи. Она как пламя свечи: от одного зажигается другое, и ни одно меньше не становится. Вот разжечь свечу, прежде не горевшую, бывает непросто.

### **Не рвите ему сердце**

Уже много лет на тренингах для приемных родителей я провожу одно довольно простое упражнение. Приглашаю одного из участников группы на роль ребенка, а другого - на роль его кровной мамы. Я проделывала это десятки раз, и всегда повторяется одно и то же. Стоит поставить их в нескольких шагах друг от друга и сказать: «Ты - ребенок, а это - твоя кровная мама», как исполняющий роль ребенка сразу же взглядом устанавливает связь со своей «мамой». И смотрит на нее, не отрываясь.

Потом я приглашаю еще одного человека на роль приемного родителя. Если этот участник группы склонен к тому, чтобы «бороться за ребенка» с его кровными родственниками, он часто встает между ними, спиной к кровной маме, как бы заслоняя от нее ребенка. И происходит следующее: «ребенок» сразу же, даже не успев подумать, отшатывается от него всем телом, и начинает тянуть шею и изгибаться, чтобы сохранить возможность смотреть на маму. Если в этот момент спросить «ребенка»: «Кто это рядом с тобой?» - он ответит примерно так: «Преграда, не знаю, какой-то человек, чего он хочет? Он мне не нужен, он мешает, он мне не нравится, пусть отойдет». Приемному родителю это, конечно, не очень приятно слышать. И я прошу его найти для себя другое место, такое, чтобы и ему, и ребенку было комфортно. Покрутившись и потоптавшись, он такое место довольно быстро находит, обычно сзади от «ребенка» или сбоку. И поразительное дело - как только приемный родитель сходит с магической линии, соединяющей ребенка с его кровной мамой, ребенок подается к нему - телом, неосознанно. Он уже не противится объятиям, разворачивается и смотрит на приемного родителя - периодически все же поглядывая на кровную маму, поддерживая с ней связь.

Все это продолжается всего несколько минут, но это упражнение показывает, как в ускоренной съемке, что происходит с привязанностями ребенка, оказавшегося «меж двух семей». Если одна привязанность стремится отменить, вытеснить другую, конкурирует с ней, ребенку плохо. Ситуация конкуренции привязанностей, когда надо выбирать, кого из близких любить, а кого отвергнуть, кому быть верным, а кого предать - вообще одна из самых мучительных в жизни. Врагу не пожелаешь. Для ребенка же, который живет привязанностями, для которого отношения со значимыми взрослыми - это вся его жизнь, она просто непереносима. Это хорошо знакомо всем, кто работает с детьми, пострадавшими от скандальных, тяжелых разводов родителей.

Не заставляйте его выбирать. Не рвите ему сердце.

Посмотрите: ведь и вам это совсем не нужно. У вас в распоряжении все остальные 359 градусов вокруг ребенка и рядом с ним. Есть только одна линия, на которую не надо вставать никогда: линия глубинной, досознательной, кровной связи ребенка с его родными. На нее вставать не надо, потому что как только вы туда ступаете, вы из близкого, дорогого человека становитесь просто преградой. А значит, ребенок не сможет создавать прочные отношения и с вами тоже.

Человеческое сердце устроено так, что невозможно убить одно чувство, не повредив все остальные. Если один поток любви перекрыть, вся долина души постепенно превратится в болото. Если ребенку запретить любить, помнить, хранить верность его родным, он не сможет полно и глубоко полюбить и приемных родителей.

И наоборот: как часто приходилось видеть, что получив от приемных родителей «разрешение» любить кровных, то есть поддержку в своем чувстве к родным, дети становились ближе, мягче, контактнее, словно в их душах открывались шлюзы, и любовь сильными потоками разливалась по всем руслам важных для них отношений.

### **Заблудившийся аист, биошка и «тетя, которая тебя родила»**

К сожалению, неуважение к кровным родителям ребенка, внутреннее противостояние с ними, выяснение, порой не вполне осознанное, «кто здесь настоящий», довольно распространено. Чего стоит популярное на интернет-ресурсах, объединяющих приемных родителей, пренебрежительное именование кровной мамы ~ «биошка» (от «биологическая мать»). «Но мы же не при ребенке, только между собой!» - говорят приемные родители. Конечно, не при ребенке. Но если говорить и писать «биошка» приятно, значит, есть пренебрежение и агрессия по отношению к этой женщине. Подумайте, зачем вам это? Что вы с ней делите? Разве вы украли ее ребенка? Насильственно присвоили? Разве вы - не настоящие?

Неуважение к кровному родителю всегда бьет по самому ребенку. Если его мать - всего лишь «био» (Я знаю, что именование «био», «биомать» используется и многими специалистами. Однако я предпочитаю говорить «кровная мама», это как-то более по-человечески, теплее и честнее, кроме того, связано с множеством устойчивых выражений, таких, как «кровные узы», «братья по крови» и др.), то кто тогда он сам, рожденный не женщиной, а инкубатором без души? Не дитя человеческое, а продукт некоего «биопроцесса». Как это представление о себе отразится на его самооценке, на сознании своего места в мире, на ваших взаимоотношениях?

Мы уже говорили в первой главе о том, что детям не обязательно слышать наши слова. Они слышат, даже если мы просто «громко думаем». И реагируют на уважение или неуважение к их кровной семье иногда просто телепатически.

### **«Люди не нашли круга»**

Ко мне пришла мама 18-летнего Миши.

В свое время у них была бурная адаптация, поскольку Миша пришел в семью подростком. Потом все наладилось и улеглось. Миша поступил в колледж, неплохо учился, отношения с приемной мамой были доверительные, теплые, они любили бывать вместе, и про друзей Миша охотно рассказывал. Но вот в последнее время все изменилось. Миша стал грубить, замкнулся, забросил учебу, нахватал «хвостов», а последние две недели вообще ушел из дома и не отвечал на звонки.

Мама окольными путями узнала, что он ночует у друга и в общем жив - здоров, но поговорить с ним не смогла. Сама она связывала такое изменение в сыне с тем, что в праздники он гостил у своей тети - младшей сестры его умершей матери. Тетя сама была немногим старше Миши, жила в Подмоскowie, работала в магазине. Когда Миша гостил у нее, он познакомился с ее подружками.

«Ну, вы понимаете, какие там девочки. Школу еле закончили, в свободное время сериалы смотрят, курят, выпивают, шуточки их Миша мне цитировал - противно слушать. В общем, совсем другой образ жизни, нам совсем непонятный, люди не нашего круга. Наверное, ему там больше понравилось, чем у нас: простая жизнь, учиться не надо, делать ничего не заставляют. Ощутил зов крови», - говорила приемная мама с недоброй иронией. «И вы Мише об этом сказали? В таких выражениях?» - «Ну, не то чтобы так и сказала - она его тетя, он ее не выбирал. Но, конечно, дала понять, что это не лучшая для него компания».

Надо сказать, что отношение к Мишиной родне в этой семье всегда было очень корректным. Ничего плохого про них не говорили, их фотографии хранились в особой папке, встречи с тетей были регулярными, а с тех пор, как Миша стал совершеннолетним, вообще никак не ограничивались. Но, услышав от нее про «не наш круг», я спросила: «Скажите, а если совсем-совсем честно, что вы чувствуете в глубине души по отношению к Мишиной тете?». Моя собеседница - женщина умная и честная, поэтому она подумала, глубоко вздохнула и несколько удивленно призналась: «Чувствую? Презрение. Как к людям низшего сорта. Вот уж не думала, что я такой сноб!».

Откуда, от какой прабабушки сидело в ней это «не нашего круга», теперь уж не понять, но вот сидело глубоко и всплыло только после специального усилия. Мы поговорили еще о природе презрения, о том, чем оно питается. Было ясно, что ей-то оно совершенно ни к чему - ни как родителю, ни как профессионалу, ни как человеку. Ведь у нее все и так хорошо и самоутверждаться за чужой счет нужды не было. Названное и осознанное, чувство ослабило свою хватку - и отпустило. Тетя стала восприниматься просто как молодая девушка, у которой было не очень простое детство и которая как может строит свою жизнь и находит в ней доступные радости. И племянника, как может, любит, хотя и не всегда знает, как с ним общаться.

Приемная мама ушла, а вечером того же дня ей позвонила та самая тетя. И сообщила, что Миша к ней пришел и рассказал: мол, приемная мама его «достала» и он дома давно не ночует и даже не звонит. Ну она ему высказала все, что об этом думала, на доходчивом языке «своего круга», и вытолкала взащей, чтобы шел домой и не трепал матери нервы. Еще через час на пороге появился Миша. Извинился. Они поговорили, помирились.

Естественно, ни он, ни тетя ничего не знали о нашей с мамой беседе. Просто у нее в душе все наладилось, и стало можно вернуться. Телепатия, не иначе.

Неуважение, непризнание роли кровных родителей отчетливо звучит и в безобидных вроде бы высказываниях вроде «Не та мать, которая родила, а та, которая воспитала» (а та, кто родила - кто? таки инкубатор?), «тетя, которая тебя родила» (просто какая-то тетя незнакомая шла мимо и родила), в широко растиражированных сказках про аиста, который заблудился и отнес ребенка «не тем» родителям (конечно, ведь настоящие родители - это мы, а они так, ошибка глупого аиста).

Уважение - вообще едва ли не самый дефицитный ресурс в нашем обществе, и я хорошо понимаю, как сложно уважать людей, не справившихся с ролью родителей, если и куда более достойных граждан - да тех же приемных родителей - мало кто готов уважать. Но здесь идет речь не об уважении за заслуги и хорошие качества, не о том, чтобы их любить, с ними дружить, их одобрять. Только признавать, «читать» их роль в судьбе ребенка - они дали ему жизнь, и если они не пытались эту жизнь отнять, они навсегда его родня.

Кстати, и ваша теперь тоже - раз уж у вас общий ребенок получился. Появление «родственников», с которыми и встречаться лишний раз не хочется, не слишком приятно. Однако их не вычеркнуть из родни, не перечеркнув частицу души ребенка. Достаточно просто об этом помнить.

**Он совсем их не вспоминает**



Порой кажется, что ребенку связь с кровной родней вовсе не нужна. Он не говорит о них, не вспоминает, не хочет смотреть фотографии, звонить, поздравлять с праздниками, встречаться. Мы уже говорили о том, что это совершенно нормально в период адаптации, когда ребенок полностью поглощен новыми впечатлениями и новыми отношениями, и на разбирательства со своими сложными чувствами и кровными родителями у него просто нет ресурса. Могут быть и другие причины. Если ребенок был разлучен со своей кровной семьей сравнительно недавно, на адаптацию может накладываться и переживание потери. Оно проходит стадию отрицания, когда ребенок не желает думать о том, что больше не может жить с родителями; стадию гнева, когда он сильно злится на них; стадию вины, когда он думает, что они злы на него и не захотят его видеть; наконец, стадию истощения и депрессии, когда у него просто нет сил ни на какие чувства и впечатления. Другой вариант - ребенок, сильно травмированный родителями, который может просто бояться этих встреч, опасаться, что его опять обидят, отнимут у приемных родителей, заберут обратно, в прежнюю страшную жизнь. Словом, причины у такого нежелания могут быть разные и вполне понятные.

Однако важно иметь в виду, что если он «не хочет сейчас», это не означает, что ему это не нужно вообще. Иногда дети просто не решаются сказать, как сильно тоскуют, потому что боятся обидеть и расстроить приемных родителей, чувствуют, что тем это не понравится. Иногда боятся не справиться со своими чувствами, боятся, что если спросят про маму, услышат что-то страшное. Но наступит время, и желание видеть родных и общаться с ними даст о себе знать. И тогда ребенок будет вам очень благодарен, что вы не послушали его и не выбросили фотографии родных, а только спрятали подальше, что вы сохранили номер телефона, от которого он сам с обидой и гневом отмахнулся, что вы ни разу не сказали: «Ну, и правильно, выброси их из головы».

#### **«Я каждый день о ней думаю»**

Пришла ко мне приемная мама девятилетней девочки Варя. Девочка дома уже больше года, и все очень непросто. Скандалит, не слушается, права качает по поводу и без. Привязывается или нет - непонятно пока, вся как ежик.

Оказывается, Варя до 7 лет жила с мамой, которая пила и о Варе не заботилась, пропадала из дома на несколько дней. Потом приют, затем новая семья. О кровной маме Варя никогда не говорит и не спрашивает, встречаться с ней не хочет, фотографии ее есть, но она их закинула в дальний угол стола и не достает.

Тяжело они привыкали друг к другу, но понемногу дело шло на лад. Но недавно Варя сильно заболела - температура под 40 и никак не сбивалась. Приемная мама все это время сидела рядом с ней - две ночи подряд, а девочка горела, металась по кровати - то задремлет, то снова бредит. И вдруг Варя взяла ее за руку и тихо, в полном сознании сказала: «Знаешь, я каждый день о ней думаю. Как она там одна. Ты со мной сидишь, а с ней никого», - и опять задремала. После болезни она как-то мягче стала, доверчивее. Но о маме по-прежнему ни слова.

Свою тоску по утраченной семье, по кровным родителям ребенок может даже от самого себя прятать, не то, что от вас. И он имеет на это право. Но важно, чтобы у него всегда была возможность заговорить об этом и не бояться, что вы рассердитесь или расстроитесь.

#### **Как понять, что встречи на пользу ребенку?**

Проще перечислить ситуации, когда встречи могут быть НЕ полезны.

- Если ребенок сильно пострадал от родителей, и теперь он боится их или очень зол и обижен на них.
- Если ребенок не испытывает никакой привязанности к данному родственнику и не желает с ним видеться (убедитесь, что это его осознанное нежелание, а не демонстрируемое в угоду вам). Важно: встречи происходят только и исключительно в интересах ребенка. Если, например, бабушка, хочет его видеть, а он ее нет, можно попытаться уговорить его, попросить пойти навстречу пожилому человеку, но заставлять это делать недопустимо.
- Если сами родственники ведут себя неадекватно: оскорбляют, обвиняют, запугивают ребенка или его приемных родителей, пытаются применить силу, являются на встречи нетрезвыми и т.п.

В остальных случаях встречи полезны, даже если сразу после них кажется, что ребенок стал больше нервничать (ниже пойдет речь о том, почему так бывает). Встречи с родными позволяют ребенку соединить в одно целое разные части своей жизни: до и после, дают понять, что любовь и привязанность никуда не исчезают, и даже если теперь он не может быть вместе с кровными родственниками, они его по-прежнему любят и помнят. Для ребенка, раненого судьбой, потерявшего свой привычный мир, возможно, много раз перемещенного с одного места в другое, из одних чужих рук в другие, это бесценный опыт, приносящий душевный покой и умиротворение.

### «Самые-пресамые хорошие»

Рассказывает приемный папа 12-летней Маши.

«Познакомился с Машей, когда ей было девять. Знал о ней со слов волонтеров и директора детского дома, в котором он жила сразу после изъятия из семьи в шесть лет.

Говорили, что ее родители безнадежны, спились и никаких контактов с ними нет. Первые несколько месяцев, когда Маша жила в новой семье, про ее жизнь с кровными родителями никогда не заговаривал. Она стала меня называть папой спустя пару месяцев, по собственной инициативе, до этого никак не называла. Я ей дал мобильный телефон кровной мамы (когда отдавали ребенка, сунули листочек, сказали; хотите выкидывайте, хотите - сохраните). Предоставил ребенку право выбора.

Хорошего Маша про семью не рассказывала. Изредка вспоминала, как ее в лесу потеряли однажды, и что там у нее любимая детская игрушечная коляска осталась на чердаке, просила съездить за ней. Коляску мы купили, но идея съездить за игрушками никуда не делась. Маме Маша позвонила один раз, и на этом интерес к общению с мамой пропал. Мама же звонила раз-два в неделю. Маша могла ответить, что занята, а могла вообще не брать трубку или меня просила взять и ответить, что она сейчас разговаривать не хочет. Это только потом я понял, что Маша очень на маму обижена, и еще боится, как бы ее в детдом не вернули, если она верность к новой семье не проявит. Маша пошла во второй класс. Проблем серьезных не было, ребенок дружелюбный и благодарный. Хотя и очень травмированный. Не плачет никогда. Совсем плохо запоминает. Еле-еле считает, читает буквы, если дать время, и слова складывает. Если попросишь ее прочесть что-то вслух - прочтет, но не поймет, о чем речь в тексте.

В начале зимы кровная мама сказала, что хочет приехать к Маше. Я разрешил, сказал, что встречу ее у метро. Прождал ее полчаса в назначенный день, потом вернулся домой. Маша расстроилась, ждала очень. Утешал, как мог. Через две недели мама опять позвонила, сказала, что хочет приехать, договорились встретиться на том же месте в тот же час.

В этот раз они приехали, и мы пошли к нам домой. Маша была в полном восторге. Мы посидели, чаю попили, они посмотрели Машину комнату, подарили Маше свитер и джинсы. Немного настороженно вели себя - наверно, деревенским жителям в городе все кажется подозрительным, настроены на контакт со мной, но и к враждебности готовы. Чуть-чуть исподлобья смотрят. Уж очень мы разные, общих тем совсем нет, разговариваем по-разному, они слов, кроме матерных, практически не употребляют, только в качестве связок изредка. А я - длинными предложениями... Потом погуляли немного, с горки покатались, в супермаркет сходили... Они поехали в деревню, и договорились, что после Нового года мы с Машей нанесем им ответный визит. Прощалась Маша с мамой долго - все не могла оторваться. Вроде бы простила ее.

В первый же вечер после встречи с мамой меня поразили ее результаты. Маша сама заснула. Просто сказала: «Спокойной ночи», легла и заснула. Прежде такого не бывало никогда. Нужно было ее укачивать на руках перед сном. Желательно с колыбельной, хотя пение мне совсем не удавалось. Да и укачивание так себе... Ребенку девять лет, в нем сорок кило. Попробуй поукачивай. И запоминать стала лучше.

В начале января мы с Машей в деревню поехали. Нас встретила на платформе мама. Когда подходили к избе залаял Малыш, учуяв Машу, которая три года не была дома... Такого кинематографического бега я никогда не видел. Маша понеслась, почти не касаясь ногами заснеженной тропинки, полетела – домой. Мы с ней до вечера остались, собралась вся семья, бабушки-дедушки, мне показывали семейные фотоальбомы, валенки дали вместо тапок, угощали по-деревенски – все едят из общего блюда, каждый своей вилкой. Мужчины выпили по паре

стопок, женщины не пили. Я смотрел во все глаза на этих «вконец опустившихся спившихся людей», которых мне расписывали в интернате и в опеке... Нет, не похожи. Жуткая бедность в глаза бросается, и только. Детей явно любят, пришла Машина двоюродная сестра, на год ее старше, девчонки умчались играть.

Меня попросили оставить Машу на пару дней, но я сказал, что пока не могу, мы должны лучше узнать друг друга. Договорились с Машиной мамой, что она будет раз в две недели к нам в Питер приезжать и с Машей общаться. Два часа на электричке. Не так уж далеко.

Четыре месяца Машина мама ездила. Не пропустила ни разу. Всегда трезвая приезжала, мне показалось, что она вообще не пьет - по праздникам, возможно, но и только. На ней все хозяйство, она работает, и к нам приезжает... Где-то через месяц и матом при мне перестала разговаривать. Маша маму очень ждала и расцветала от маминого внимания. Домашним и любимым ребенком она стала себя чувствовать. Спокойнее стала.

Месяца через три начались и трудности. Спокойный, домашний, способный ребенок - да, все так, но и характер стал проявляться сильный. Заявляла: «Я здесь у вас ненадолго, я скоро к маме насовсем уеду». Папой меня называть перестала. Мама сказала, кто ей папа, кто отчим.

Увидев, что доверить ребенка маме можно, стал Машу отпускать в деревню с ночевкой на выходные. Мама приезжала, забирала в пятницу и привозила назад в воскресенье. На вокзале я ее встречал. Маша сразу начинала, что дом у нее там, что она будет там жить, скоро мама восстановится в правах. Настроение у нее в воскресенье вечером всегда было раздраженным.

С мамой мы поговорили вскоре о восстановлении прав, я сказал, что мешать не буду, но не вижу никаких шансов на это. Уж слишком там прошлое сложное, да и условий в избе нет для постоянного проживания ребенка.

Еще через несколько месяцев ситуация стала смягчаться. Маша возвращалась поспокойнее, про то, что она здесь ненадолго, а дом у нее там, и город она ненавидит, стала говорить все реже. Привыкла у нас, освоилась. Бывали откаты, конечно, но хорошего гораздо больше. Главное, что она быстро догоняла сверстников в учебе, во дворе и в школе чувствовала себя уверенно. Всем рассказывала про свой дом в деревне и своих родителей там. А еще через полгода, летом, я разрешил им с мамой поехать на юг на две недели, в гости к старшим братьям-сестрам. Все они выросли в детских домах и Маша ни с кем из них не была знакома.

Приехала оттуда в прекрасном расположении духа, и мы уселись за учебники - догонять еще очень много предстояло. Сложностей тоже хватало. У Маши случались перепады настроения. В деревне не всегда все гладко, поводов для волнений хватало. Пару раз я даже запрещал ей ездить в деревню, не был уверен, что там все в порядке. На месяц, на полтора...

Но в том, что Маше очень нужны родные: и мама, и папа, и братья, и сестры - у меня нет ни малейших сомнений. Несколько дней назад были у психолога. Психолог лестницу нарисовал, на которой шесть ступенек. Попросил Машу разместить самых - пресамых хороших людей на самой верхней ступеньке. А просто хороших - чуть ниже. А самых-самых плохих - на нижней.

И стала Маша перечислять. Всех родных здесь, в городе, всех родных там, в деревне, школьную учительницу... Меня очень обрадовал результат. Маша разместила на самой верхней ступеньке и свою маму, и мою, и отчима, и моего брата, и учительницу, и меня. Все поместились.»

Даже если с момента последней встречи с кровными родителями прошло много лет и, казалось бы, связи никакой не должно было остаться, а сами воспоминания стерлись и поблекли, прожита целая жизнь порознь, восстановленные кровные узы могут принести покой и умиротворение, чувство «укорененности в жизни» и излечить старые ноющие душевные травмы. И, что характерно, чувства ребенка к приемным родителям после таких встреч всегда становятся более теплыми и глубокими.

### **«Странное ощущение счастья и остроты жизни, но в то же время и боли»**

Вспоминает женщина, с пяти лет росшая в семье усыновителей и сумевшая найти своего брата уже взрослой.

«У меня начался детектив с поисками брата. Я не знала, где он, и мне казалось, что я выросла в нормальной семье, а он, и мне казалось, что я выросла в нормальной семье, а он незнамо где - то

ли в детском доме, то ли в доме инвалидов, и сейчас может быть в армии или еще где по хуже. Я почти угадала – он тогда был в Чечне, братик у меня десантник.

Сначала я не знала ничего, помнила только свое старое имя и имя брата, да и то сомневалась. Начать поиски и переступить через себя было не так просто. Я даже позвонила по какому-то телефону доверия под предлогом, что они должны знать, где находится нужный мне дошкольный детский дом.

Все в жизни, что я считала само собой разумеющимся, вдруг, когда я узнала, что была удочерена, оказалось большим подарком. Но, как человек взрослый, я себя успокаивала. Не пойму почему, еще было странное ощущение счастья и остроты жизни, но в то же время и боли. Было ощущение, что до этого я жила в скорлупе, а потом эту скорлупу или кожу содрали, и я стала видеть и чувствовать в десять раз острее. Я даже гладила своего кота и смеялась от радости.

Хотя по всему выходило, что мне в жизни крупно повезло, жила я более-менее благополучно, но все равно вдруг стало очень себя «бедную-несчастную» жалко. В себя я приходила несколько месяцев.

А полностью я душевно успокоилась и всю ситуацию ПРИНЯЛА, только когда встретила с братом. Я ходила по разным детским домам и домам ребенка, во всякие районы, районы, к инспекторам опеки, и почти нигде мне не отказывали в помощи. Вот только для того, чтобы раскрыть данные об удочерении, потребовалось согласие моей мамы. Так что жуткого для меня разговора избежать не удалось. Мама мне рассказала, как меня забирали из детского дома. Как папа заплакал, когда я, первый раз его увидев, взяла за руку и пошла с ним.

Мама в восторге от моих поисков родственников не была, но и не возражала.

В общем, за полтора года я нашла братика на другом конце страны. К приемной маме брата пришел инспектор по охране прав детей и сказал, что я его ищу. Она недельку подумала и попросила Колину жену рассказать ему про меня. Она отказалась. Через неделю Коля сам у нее спросил: «Что происходит? Почему со мной дома никто не разговаривает? Я что, НЕРОДНОЙ?». Когда Марина ему объяснила, в чем дело, он очень обрадовался: «Я знал, что у меня сестра есть!». Колю усыновили в 3-4 года, но он всю жизнь что-то такое подозревал.

Общаться нам мешает огромное расстояние, так что в основном пишем друг другу письма. Четыре раза семьями ездили друг к другу в гости. Первый раз друг на друга смотрели с огромным удивлением, с восторгом находили общее, а различия старались деликатно обходить. Интересно, что у нас похожие по вредности характеры и одинаковые пристрастия в еде - терпеть не можем рыбу и кока-колу. Трудно рационально объяснить почему, но мы с ним очень счастливы, что нашли друг друга.

Интересно, что брат стал военным, как и его приемный папа, а я покушаюсь на кандидатскую степень, как мои приемные родители. У нас обоих уже есть свои семьи и по сыночку.

Решите вы скрывать усыновление или нет, не уничтожайте всю информацию о кровной семье. Теперь мы с братом узнали о существовании нашей младшей сестренки Людмилы. Но ее удочерили в девять месяцев, и где она, узнать не можем. Единственный шанс - если когда-нибудь она сама или ее родители начнут нас разыскивать. Например, заглянут в базу данных передачи «Жди меня» - интернет предоставляет прекрасные возможности для анонимности. Мне было бы достаточно получить информацию от ее родителей, что у нее в жизни все хорошо, ну, и фотографию. Они лучше знают, можно ли и нужно ли говорить ей, что она приемная.

Про своих кровных родителей я пыталась что-то узнать. Мать исчезла в неизвестном направлении, в адресном бюро все данные уничтожили. Как-то усиленно искать ее мне неохота, особо общаться с ней я бы не хотела. Но есть желание увидеть ее, посмотреть - что во мне есть от нее.

Сейчас, глядя на моего сыночка, на это счастье до замирания сердца, я не могу понять - как можно пропить троих детей? Я пытаюсь. Она была младше меня, но не такая уж дурная малолетка. В опеке сказали, что она не пыталась увидеться со мной в детском доме, что-то обо мне узнать. Я и искала-то ее, чтобы узнать, нет ли у меня еще брошенных братьев и сестер. Ведь я старшая и, наверное, могла бы им помочь.

Не понимаю случаев, когда дети, узнавшие, что они приемные, выплескивают свою обиду и боль на выросших их маму и папу. Могу объяснить это только подростковым эгоизмом. Я,

наоборот, стала лучше понимать свою маму. А побывав в детских домах, особенно прочувствовала, насколько родители изменили мою судьбу.»

### **Встречаться: как и где?**

Разумнее с кровными родственниками ребенка встречаться на нейтральной территории, а не у себя дома. Не потому даже, что вам не хочется видеть этих людей в гостях, просто ситуация «ребенок меж двух семей» сама по себе непростая, и не стоит еще усложнять ее, нарушая границы своей семьи. Можно встретиться в отделе опеки, в школе, в парке, если родственники вызывают доверие - отправить ребенка с ними погулять или к ним в гости. И только если вы общаетесь уже довольно давно, и сами чувствуете, что воспринимаете их почти как родню, можно приглашать их домой.

Если у вас есть ресурс, чтобы устанавливать близкие доверительные контакты с этими людьми - прекрасно, и многие профессиональные приемные родители творят буквально чудеса, реабилитируя кровных, вызывая у них желание бороться за своего ребенка. И сами дети бывают просто счастливы, когда видят кровного и приемного родителя дружелюбно беседующими (исключая случаи, когда ребенок сильно зол на кровного родителя за жестокое обращение или очень его боится). Однако помните, что это не является вашей обязанностью. Если вам важнее сохранять границы семьи, достаточно не препятствовать встречам ребенка с родными.

Решите, готовы ли вы давать родственникам ребенка свой домашний телефон и адрес (помните, что вы не обязаны это делать), оговорите с ребенком, кому из них, когда и как он может звонить.

Если вы отправляете ребенка в гости к родственникам, вы все равно остаетесь его опекуном, поэтому совершенно нормально с вашей стороны убедиться, что ребенок будет в безопасности, а также попросить их соблюдать какие-то правила и ограничения (например, диету или время отхода ко сну).

Иногда ребенка смущают встречи с родственниками просто потому, что он не знает как себя с ними вести и что делать. Подсказывайте ему, учите элементарным вещам, которые могут быть совсем не элементарными для ребенка из неблагополучной семьи: что надо поздравить с днем рождения, написать открытку, нарисовать рисунок, спросить, как себя чувствует бабушка, рассказать о своих успехах и увлечениях и т.п.

### **«Я не могу не сравнивать»**

Пишет девочка 14 лет, в приемной семье 2 года. «В 12 лет меня забрали из семьи и перевели в детский дом. Но скоро я попала в семью, которая, как оказалось, настроена на восстановление родных семей для попадающих в нее детей. Я почувствовала надежду. Когда родные не делают обещанных шагов, огорчаюсь. Но есть и злость на приемную маму, когда слышу, как она резко разговаривает с моими родными. Мне хочется крикнуть своим родным: «Так продолжаться не должно, давайте, действуйте уже!».

Я рада, что приемная мама с ними общается, пытается взаимодействовать. Я не могу не сравнивать. Меня забрали из семьи в 12 лет; и я очень быстро попала в приемную семью. И я сравниваю очень часто. Сравниваю поступки и требования моей родной мамы и моей приемной мамы. Я хочу к родной маме, я злюсь, что она меня не просто не забирает, но и не делает простых первых шагов, чтобы забрать.»

### **Когда третий – не лишний**

Приемные родители часто жалуются на избыточное, по их мнению, внимание и контроль со стороны органов опеки, на то, что специалисты вмешиваются в ситуации, с которыми прекрасно разобрались бы и без них. Это действительно так: когда речь идет об отношениях между детьми и родителями внутри семьи, любой внешний надзор или попытки диктовать, как и что у них должно быть, по этим отношениям бьют, подвергая сомнению роль родителя как взрослого авторитетного человека.

Когда же речь идет об организации встреч приемного ребенка с кровными родственниками, все меняется с точностью до наоборот: приемные родители хотят и ждут помощи и участия специалистов, но не всегда ее получают. Даже если специалисты, сопровождающие семью, в принципе есть (а они есть не всегда), они не очень любят выполнять эту часть работы. Многие из них сами полны предрассудков и считают любые контакты с кровной семьей нежелательными, другие, может, и не против, но боятся и не знают, как. Их и правда никто не учит, как это делать и зачем. Понятно, что контролировать приемных родителей проще, чем регулировать эмоционально нагруженные контакты двух семей, представителями которых могут быть люди, очень непростые в общении.

В результате эта сложная и тонкая работа падает на приемного родителя, которому, как мы помним, к тому же нельзя вставать между ребенком и его родными. Если случай несложный, все участники ситуации готовы сотрудничать и все проходит без конфликтов, то приемные родители, обычно люди довольно взрослые и мудрые, прекрасно справляются сами. Но бывает, что все очень сложно, и тогда отсутствие профессионального сопровождения становится настоящей бедой.

### **Если надо встать между**

Связь связью, но бывает, что лучше ребенка от контактов с родственниками оградить. Очень уж ему от них досталось, или сами они, скажем так, «не в форме», чтобы с ребенком встречаться. Но как же быть: ведь запретить встречи и звонки - значит встать на ту самую линию, на которую мы договорились ни в коем случае не вставать?

Это как раз тот случай, когда необходима помощь специалиста, посредника. На линию может встать только он как профессионал, должностное лицо, представитель государства и общества. К сожалению, как мы уже говорили, профессиональных служб сопровождения принимающих семей у нас пока так и не создано, а сотрудники опеки выполнять эту работу не любят и не умеют. Да никто и не учил их, как это делать и зачем.

Однако выбора у вас нет. На кону ваши отношения с ребенком.

Если необходимо сообщить ребенку, что:

- он не сможет вернуться домой и принято решение лишить его родителей прав;
  - начато судебное преследование его родителей за жесткое обращение с ним или с его братьями и сестрами;
  - родители отказались бороться за право жить с ним и подписали согласие на усыновление;
  - родители отказываются от встреч;
  - ему нельзя пойти к ним в гости, поскольку там небезопасно;
  - намеченная на сегодня встреча не состоится, поскольку родитель явился нетрезвым;
  - в прошлом его родители жестоко обращались с ним или его братьями и сестрами и являются виновниками его увечий или заболеваний,
- это категорически не рекомендуется делать приемным родителям.

Потому что человек, сообщающий ребенку подобные новости - это человек, который разделяет его с его родными, и ребенок вправе на него злиться и обижаться. Так вот, пусть он лучше злится и обижается на постороннего человека, с которым его не связывают отношения привязанности. А приемный родитель будет после этого его обнимать, утешать, станет «контейнером» для его чувств, безопасной гаванью.

Никто не может и не должен одновременно быть палачом, перерубающим связь, и утешителем, вытирающим слезы. Это противоестественно, не позволяйте загнать себя в эту ловушку, требуйте от специалистов опеки или службы сопровождения выполнения их обязанностей.

### **А если ему после встреч плохо?**

Бывает, что после встречи с родными состояние, настроение, поведение ребенка резко ухудшаются. Он может стать агрессивным или подавленным, плакать, скандалить, молчать, плохо

спать и есть, «впасть в детство», даже заболеть. Приемных родителей это, конечно, пугает, и они могут прийти к выводу, что эти встречи вредны, без них ребенку лучше. Но спешить не стоит. Если речь не идет о случаях, перечисленных выше (когда контакты не полезны ребенку), временное ухудшение самочувствия после встречи естественно. Оно связано с тем, что все сложные, порой болезненные чувства, которые испытывает ребенок к своим родным, перестают подавляться и выплескиваются наружу. Боль вызвана не встречей, а с самой ситуацией: вынужденная разлука, обида, злость тоска. Ребенок все равно живет со всеми этими чувствами, просто привык терпеть и держать их внутри. А сейчас это всплывает, и, хотя сам момент может быть очень тяжелым, в конечном итоге все должно наладиться.

### **«Я не могу тебя взять»**

Сережа попал в приют одного сибирского города в девять лет, сразу после смерти мамы. Умерла она от передозировки: молодая, красивая, талантливая, и вот так закончила. Из родных у Сережи была еще бабушка, которая жила в Москве. Думали, что Сережу она заберет, однако сразу после опознания тела и похорон дочери бабушка уехала обратно, сославшись на аврал на работе. Иногда звонила в приют, интересовалась, как дела у Сережи.

Довольно скоро для Сережи нашлась семья: приемные мама с папой и брат, почти ровесник. Все складывалось неплохо, Сережа вел себя спокойно, слушался, учился, хотя родители отмечали, что держится он как-то обособлено, не сближается по-настоящему ни с ними, ни с их сыном, «как неродной», в общем. Думали, что грустит о матери, ждали, что со временем разойдется и повеселеет. Так прошло года полтора. Приближалось лето, решено было ехать на море. Все мечтали, готовились, ждали. А поскольку ехать предстояло с пересадкой в Москве, Сережа попросил, чтобы ему с бабушкой разрешили повидаться. Никто не был против, созвонились, договорились, бабушка обрадовалась, обещала повести его в зоопарк.

Утром в Москве ей передали Сережу с рук на руки и договорились вечером встретиться уже на вокзале, у поезда на юг. Все прошло, как задумано: вечером Сережа явился с пакетом, полным гостинцев, немного притихший, но решили, что просто устал от зоопарков-кафе. Сели, поехали. А через пару часов началось. Температура, судороги, бессвязные рыдания, Сережа метался по полке, его трясло, перепуганные родители не знали, как помочь. К счастью, в соседнем вагоне нашелся врач. Он внимательно осмотрел ребенка и удивил диагнозом: нервная горячка. Да, та самая, от которой страдали чувствительные барышни в классических романах после разлуки с любимым. Прописал легкое успокоительное, покой, заботу.

К утру Сережа притих - то спал, то плакал. После приезда на место еще несколько дней приходил в себя. Потом море и юг сделали свое дело, мальчик расслабился, и с ним получилось про встречу с бабушкой поговорить.

Оказывается, все это время жил с мечтой, что бабушка его заберет. Не то чтобы ему было плохо у приемных родителей, но он хотел к бабушке. То, что она до сих пор его не взяла, он объяснял себе, как всякий ребенок, оправдывая родного человека: ей просто некогда за ним приехать - далеко же очень. А раз его самого привезут в Москву, то, думал Сережа, тут бабушка его и заберет к себе жить, и никуда больше от себя не отпустит.

Он напряженно ждал этого все последние недели. Никому не говорил - боялся, что тогда приемные родители его в Москву не возьмут, не захотят бабушке отдавать. Конспирировался, изображал радость, что на море едет. И гуляя с бабушкой, все еще ждал. Старался ей понравиться, рассказывал, что учится хорошо и по дому помогать умеет - мол, с ним нетрудно будет. Когда уже засобирались на место встречи, на вокзал, решился наконец спросить прямо. И услышал ответ: «Не могу я тебя, Сережа, взять, работаю очень много. Вот у тебя есть семья хорошая, ты с ними пока живи, а как вырастешь, приезжай ко мне в институте учиться». Он промолчал. А потом, уже в поезде, все накопленное напряжение прорвалось в виде нервного срыва.

После этого случая он как-то расслабился, стал ближе к приемным родителям, с братом начал охотно играть. Порой капризничал, качал права и хулиганил - «ну, нормальный стал ребенок», как сказал папа. От встречи с бабушкой на обратном пути решительно отказался, никто, понятное дело, и не настаивал. Сейчас общается с ней по телефону, вежливо и прохладно.

Когда Сережины приемные родители рассказывали мне об этом случае, они сокрушались, что тогда согласились на эту встречу: вон чем для ребенка все обернулось. Да и семья перепугалась сильно. Но, думаю, ругают они себя зря. Пока Сережа жил мечтой оказаться у бабушки, он не мог полноценно войти в их семью. И вообще нормально жить не мог: много душевных сил уходило на то, чтобы удерживаться от осознания очень болезненной истины: родной бабушке он не нужен. Возможно, причина этого кроется в истории его рождения или в том, почему его мама уехала из родного города.

Но бомба осознания предательства и отвержения со стороны единственного известного ему родственника рано или поздно должна была взорваться. Конечно, поезд не самое удобное место для переживания этого взрыва, но, по крайней мере, с ним рядом были приемные родители. А если бы это произошло в школе, в летнем лагере или позже, уже во взрослой жизни, вдали от семьи? Хорошо, что Сережа смог пережить все это в их объятиях, окруженный их заботой и вниманием. Хорошо, что впереди у них был месяц отпуска и возможность быть вместе, они могли углублять отношения, не отвлекаясь на работу и школу.

На мой взгляд, все получилось в конечном итоге не так уж плохо, хотя, конечно, стресс для всей семьи был огромный.

### **Он хочет, а они не хотят**

Парадоксально, но часто те самые приемные родители, которые когда-то мечтали, чтобы у их будущего ребенка «не было никаких этих встреч с родственниками», потом, уже полюбив и приняв ребенка, молятся, чтобы очередная встреча состоялась, чтобы кровная мама не забыла, не передумала, не запила. Потому что «что видят, как это важно для ребенка, как он живет ожиданием встречи, и как ему больно бывает, если она отменяется.

Бывает, что родные ребенка в таком состоянии, что у них нет никаких ресурсов, чтобы поддерживать отношения с ним. Бывает, что это мешает сделать обострение болезни (например, шизофрении) или нелады с законом. Бывают просто люди, начисто лишённые родительских чувств и хоть какой-то ответственности за ребенка. В таких случаях остается одно - помогать ребенку пережить разочарование и смириться с тем, что встреч не будет, временно не будет или уже никогда.

Однако чаще всего причины, по которым кровные родители не приходят на встречи, психологические. Детей забрали в приют, и мама сначала ходит к ним очень часто, обещая, что вот-вот заберет их обратно. Однако забрать оказывается не так просто, что-то срывается, что-то задерживается, и вот она уже не знает, что отвечать на их нетерпеливые вопросы: «Мама, ну когда же?». В какой-то день она не находит в себе сил поехать, потому что ей опять нечего им сказать. Возможно, решает выпить, поскольку чувства стыда, отчаяния, беспомощности непереносимы. На следующий день становится еще более стыдно, она не знает, как объяснить, что не приехала вчера. И снова не едет. А через неделю об этом становится страшно даже подумать, и она снова пьет. Тем более - через месяц. Тем более - когда уже лишили прав и детей уже отдали в другую семью. Так и получается, что встречи становятся все реже и вовсе сходят на нет, а дети тоскуют, не понимая, почему они стали маме не нужны.

И это опять тот случай, когда остро необходима профессиональная работа специалистов. Именно они должны работать с кровными родителями, объясняя, что в любом случае труднее всех - ребенку, и взрослым стоит на время отодвинуть в сторону свои переживания и сделать все, чтобы легче было ему. К сожалению, это обычно не делается, наоборот, постепенный отказ кровных родителей от встреч расценивается как удача: меньше мороки и ребенок будет «легче привыкать» к новой семье, потому что «с глаз долой - из сердца вон». Приемные родители, если они склоны ревновать ребенка к кровным, тоже рады: пусть видит, кому он нужен, а кому нет. В результате ребенок оказывается окружен взрослыми, которые ведут себя не очень-то по взрослому, поглощены собственными чувствами и интересами, и совершенно не думают о том, каково ему.

### **«Прошла, как мимо стенки»**



Самую жуткую историю на эту тему я услышала от приемных родителей из одного маленького провинциального городка.

Они растили четырехлетнюю приемную дочку, которую примерно за год до этого органы опеки забрали у матери, совсем молоденькой девочки, которая родить родила, а заниматься ребенком толком не могла и не хотела, хотя и особо не обижала.

И вот однажды совершенно случайно в магазине семейство встречает эту самую маму. Девочка, когда ее увидела, подалась вперед, замерла, а мама... Мама, видимо, не зная, как себя вести и что сказать, испытывая стыд и вину, а может быть, боясь, что вырвется наружу ее собственная тоска по ребенку, предпочла сбежать. Она быстро, как мимо стенки, прошла мимо дочери и вышла из магазина. Девочка ничего не сказала, постояла немного, и все, потом вроде вела себя как обычно. Приемные родители тоже не знали, что ей сказать, и сделали вид, что ничего не произошло.

А следующим утром, когда она встала, все волосы остались на подушке. Мгновенная алопеция. Такой шок пережил ребенок оттого, что родная мать его не узнала, отвергла, прошла мимо. Волосы начали понемногу расти лишь спустя почти год.

Хотела ли эта молодая женщина причинить такую боль своей дочке? Конечно, нет. Она сделала то, что было проще, думала о себе и своих чувствах, а не о ребенке. Да просто не знала, как себя вести, не догадалась сделать самое простое и естественное в этой ситуации: обрадоваться встрече, подойти, обнять. С ней никто никогда не говорил об этом - только стыдили за то, что не справилась. Не были готовы к ситуации и приемные родители. В результате ребенок оказался совсем один, запертый в своем ужасе, и организм отреагировал вот так.

### **Они только балуют и развлекают, а все проблемы нам**

Порой кровные родственники ребенка выбирают модель «воскресного папы» - появляются раз в месяц, устраивают для ребенка праздник по полной программе: развлечения, угощение, подарки. Никаких требований, никаких «нельзя» и «надо» - бедная же сиротка, у чужих людей живет. Возможно, они искренне жалеют ребенка, возможно, так заглаживают свое чувство вины, возможно, осознанно или нет, конкурируют с приемными родителями за его любовь. Но каковы бы ни были причины такого поведения, суть происходящего в том, что явно нарушается баланс прав, и ответственности. Люди хотят получать удовольствие от общения с ребенком, хорошо выглядеть в его и своих глазах, при этом не беря на себя никакой ответственности. С нами - веселье, ласки и новый телефон, а вот лечить, учить и приучать чистить зубы по утрам - это уж вы сами, вам, кстати, за это и деньги платят. И вообще, на то и мачеха, чтоб сироту гонять, известное дело. Порой еще и вопросы звучат: «Что-то ты худой такой, тебя там кормят?» или «А ботинки что, за их сыном донашиваешь?».

Результаты бывают невеселыми. Ребенок после таких встреч возвращается в приемную семью в раздражении: тут все не так празднично, тут надо делать уроки и слушаться, подарки не сыплются из рога изобилия, и вообще все не то. Есть у его плохого настроения и более глубокие корни. Он не может не злиться на родных за то, что, будучи вполне дееспособными, они не хотят взять его к себе. Но им он эти чувства показать не может, зато потом выплескивает свое раздражение на приемных родителей. Почему? Да потому что, как любой разумный человек, осторожно обращается с тем, что хрупко, и меньше бережет то, что прочно. Родственники не взяли на себя ответственность, показали, что ненадежны, кто их знает, насколько прочна их любовь, да и сами они насколько прочные. Зато приемные родители - другое дело. Что он только им не устраивал, а они вот - никуда не деваются, любят, заботятся. Он уже знает по опыту, что его обида и раздражение их не разрушат и не оттолкнут он него, поэтому сбрасывает в их присутствии невыносимые чувства. Такая вот справедливость.

Приемные родители напрягаются и обижаются, и вольно или невольно начинают критически отзываться о родственниках ребенка, не хотят этих встреч. Тем самым попадают на ту самую линию, на которую попадать никак нельзя, и их отношения с ребенком оказываются под угрозой.

Вот тут самое время появиться третьему и выступить посредником, наведя порядок с балансом прав и ответственности. Работа специалистов в данном случае состоит в том, чтобы усадить обе семьи за стол переговоров и сделать так, чтобы приемными родителями были озвучены реальные

проблемы ребенка и задачи по его воспитанию и развитию. Кстати, чтобы все заинтересованные лица заодно узнали, сколько денег на это дается и как эта сумма соотносится с потребностями ребенка. В процессе этого разговора можно выяснить: чем родственники могут реально помочь приемным родителям? Может быть, оплатить часть реабилитации? Может быть, водить его в бассейн по вторникам, когда приемные родители никак не могут? Может быть, взять его на каникулы? Помочь с уроками по какому-то предмету? Вариантов может быть масса.

### «Я хочу знать правду»

Рассказывает приемная мама.

Меня очень напрягает ситуация «воскресной родни», когда родной родитель приезжает по выходным, как праздник с мелким подарком, ведет на прогулку, происходит восторженное общение - только позитивные эмоции. А на нашу долю остаются все требования, все обязанности, учеба и пр. Чтобы как-то с этим справиться, мы включаем родных родителей в какие-то обязанности - съездить к стоматологу с ребенком, помочь сделать уроки. Иногда бывают и совместные разборки каких-то ситуаций, когда мы с кровным родителем выступаем «единым фронтом». Хотя бывали и более рискованные моменты - именно с целью показать кровному родителю, что пока ребенок с нами, он будет жить по правилам нашей семьи.

Ребенку очень важно знать, что кровный родитель не просто приезжает его развлекать, но и проявляет свою заботу и ответственность. Вот что писала своему родному папе наша десятилетняя приемная дочь: «Папа, ты написал мне, что начал платить алименты, а Настя (приемная мама) говорит, что нет. Напиши мне правду, я хочу знать правду». Им важно знать, что родитель ведет себя как родитель, ответственно».

Если договоренностей удастся достичь, отношения оздоравливаются, обе семьи выступают партнерами в деле помощи ребенку, да и сам ребенок сразу становится спокойнее: конфликта привязанностей нет, а родные стали более надежными.

Если же родственники совсем не идут на сотрудничество, продолжают отстаивать модель «мы хотим, вы нам дайте, а все проблемы решайте сами», имеет смысл контакты сделать короче и реже. Особенно это важно в тех случаях, когда родня явно или неявно дает ребенку понять, что, возможно, его заберет или по крайней мере этого хочет, но при этом никаких конкретных шагов не предпринимает или объективно сделать этого не может. То есть ведет себя как «собака на сене»: сами ребенка взять не можем, но и прижиться по-настоящему в другой семье ему не дадим. При подобном отношении адаптация ребенка может растянуться до бесконечности, он действительно оказывается «меж двух семей», как меж двух стульев, и просто проваливается, в результате не получая ни одной.

Мы говорили о том, что любовь не подчиняется закону сохранения материи, и это правда: ребенок может любить и тех родителей, и других. Другое дело - ответственность за ребенка. Это как раз величина вполне себе конкретная, определяемая задачами по воспитанию ребенка, его возрастом, полом, состоянием здоровья, индивидуальными особенностями и потребностями и т.д. Ребенку важно в каждый момент своей жизни знать, кто за него отвечает, кто «его взрослые». Он может на них сердиться, но он должен быть уверен, что защиту и заботу обеспечивают они. Если ответственность как-то делится, какая-то ее часть «его взрослыми» делегируется (например, воспитателю в детском саду или няне, или бабушке на каникулы), ребенок должен знать, что вот - человек, который отвечает за меня сейчас, если что - обращаться надо к нему. Если же кто-то своим поведением сигнализирует ребенку «я твой взрослый», а сам не имеет на это достаточных ресурсов или серьезных намерений, это разрушительно.

Ребенок должен знать, как оно все на самом деле. Ему может это не нравиться, он может протестовать и злиться, но главное - чтобы он был уверен: решение о том, кто за него отвечает, есть, оно таково, и он на это никак повлиять не может. Это не зависит от его поведения, успехов в школе, от того, кого он любит и насколько сильно, это совсем другой вопрос, про «кто может, кто способен, кто взялся и кому доверили» (государство и общество).

Либо семья берет на себя ответственность за все - и проблемы, и радости, либо она признает свою несостоятельность, как-то справляется со своими чувствами по этому поводу (сама или с помощью специалистов), а ребенка не дергает. Если это никак у нее не получается - ребенку

должны ясно объяснить положение дел специалисты (не приемные родители!). Они же должны ставить условия родственникам и устанавливать регламент встреч в интересах ребенка. И здесь от специалистов требуется умение держаться доброжелательно, но твердо, а главное, помнить, что клиент их работы - ребенок, и никто другой, и аргумент «но они очень любят его и очень хотят видеть» не работает, если «хотят и любят» не подкрепляется готовностью действовать в интересах ребенка.

Конечно, все это возможно, только если специалисты действительно понимают цену вопроса, а не решают его из соображений «меньше встреч - меньше мороки, вон они какие безответственные». Где бы еще взять таких специалистов, чтоб на всех приемных детей хватило...

### **А если он станет таким, как они?**

Главный страх приемных родителей, который стоит почти за всяким нежеланием контактов с кровными родственниками: они на него плохо повлияют, он выберет их образ жизни, а не наш, и судьба его будет трудной и невеселой, как у них. Им кажется, что если оградить, если он не узнает и не увидит, не сможет «распробовать», то и риска меньше. Хотя все равно страшно: гены. А еще, говорят, бывает семейное проклятие - все потомки повторяют судьбу несчастного предка, что ни делай. Давайте попробуем разобраться.

Фантазии о «проклятии» вовсе не на пустом месте возникли. Семейные терапевты, работающие с передачей травмы через поколения, много раз наблюдали, как трагические события или роковые выборы, имевшие место в жизни дедов и прадедов, сказываются на жизни их потомков. Причем чем усерднее семья делает вид, что «ничего такого не было», чем более запретны разговоры и воспоминания о событии или о самом человеке, с которым оно связано, тем сильнее и трагичнее могут быть последствия. Никакой мистики здесь нет. Просто вырастая в ситуации, когда некоторые люди и темы окружены завесой умолчания или лжи, ребенок невольно фиксирует свое внимание на том, «о чем нельзя говорить и думать». Тайна притягивает.

Кроме того, он растет с ощущением, что есть качества или поступки, за которые тебя могут «исключить» из семьи, сделать вид, что тебя не было вовсе, отменить. Для любого ребенка это очень страшная мысль, она поселяет в его сердце тревогу. А что, если и со мной случится нечто подобное - меня тоже сразу разлюбят? Как узнать, пока не проверишь? И вот ребенок, от которого тщательно скрывали, что его отец - наркоман и умер вскоре после его рождения от передозировки, в свои пятнадцать лет вдруг начинает интересоваться темой наркотиков, ищет соответствующих друзей, словно задавая своим родным вопрос: «Теперь-то вы сделаете вид, что и меня тоже никогда не существовало?».

### **«Ты растешь такой же, как твоя мать!»**

Пишет женщина, выросшая в семье усыновителей: «Моя мама всегда очень боялась, что я начну искать «настоящую мать». Она всегда эту женщину называла именно «мать». Наверное, поэтому для меня всегда в этом слове слышится что-то ужасно неприятное, недоброе, мерзкое, я бы даже сказала. Когда мама ругалась, она часто говорила: «Гены не исправить, только жалко, что я это поздно поняла. Ты растешь точно такой же, как твоя мать!». Вы даже не можете себе представить, насколько для девочки может быть оскорбительным сравнение с собственной родительницей.»

На самом деле судьба родителей, их выборы, их ошибки и достижения - все это как наследство. Нам достается большой сундук, полный всего и разного, и наша задача - все там рассмотреть и разложить по кучкам. Это мне очень нужно, это я брать не хочу, а про это пока не знаю, может, и пригодится потом. Никто не может всучить ребенку наследство насильно, ему решать.

Но представьте себе, что ему достался не сундук, а всего-навсего одна вещь. Плохонькая, грязноватая или даже опасная. Да и ту все время пытаются отобрать у него - чтобы не навредил себе. Внушают, что лучше ее выбросить, она и не нужна вовсе. Что он станет делать? Конечно, вцепится в эту вещь мертвой хваткой. Потому что это все, что у него осталось от глубокой, жизненно важной связи с родителями. И потому, что это хотят у него забрать.

Так и с судьбой родителей. Если все, что ребенок знает (или как бы не знает) о папе - что тот наркоман, это знание начинает обретать над ним огромную власть. Он уже не Петя и не Коля,

живой человек с набором разных качеств. Он сын наркомана. Это, если хотите, миссия. Заклятье. Судьба. От нее можно бежать изо всех сил, к ней можно стремиться, но так или иначе его жизнь будет проходить под дамокловым мечом этого выбора, очень ограниченного, и потому кажущегося ненормально значимым: стать наркоманом, как отец, или нет? Чем больше будет давления, угроз, опасений по этому поводу у приемной семьи, тем большей значимостью и силой накачивается «роковой» выбор. Тем жестче выбор - кого предать и кому хранить верность? отца? приемную семью?

Тем выше шанс, что человек сорвется, потому что выдерживать такое напряжение всю жизнь очень трудно.

А теперь представим себе, что факт отцовской наркомании - лишь один из многих в огромном сундуке. И еще там есть про то, что отец любил играть на гитаре, а еще - что на лыжах хорошо катался, и что терпеть не мог дождь, и в детстве у него была кличка «Рыжий», и учился он на механика и все умел чинить, а писал всегда с ошибками, и еще был сладкоежкой, и много, много, много всего разного, веселого, грустного, хорошего, плохого, удачного и не очень. Все наследство перед тобой: разбирай, выбирай, примеряй на себя. В семье об отце говорят не только с ужасом и стыдом, но с разными чувствами: с грустью, с улыбкой, с тоской, с любовью. Никто не дает понять, что тебе придется выбрать: ты его ребенок или наш? Твое сходство с ним в мелочах не пугает маму и бабушку, а трогает, и ты не сын наркомана, ты сын своего отца, человека, чья жизнь трагически закончилась, но не была вся от начала до конца сплошной трагедией и ошибкой. Заклятия нет, есть жизненная драма, которая часть твоей судьбы, но не сама судьба.

Но это касается обычных семей или, например, родственной опеки.

С приемными детьми бывает сложнее, просто потому что приемные родители порой сами ничего не знают о кровных, кроме вот этого - «был наркоманом», «пила, о детях не заботилась», «осужден за убийство», «сбежала из роддома, оставив ребенка». Нет никакого сундука. Одна непонятная штука в руках, довольно отвратного свойства.

Но иногда «сундук» можно отыскать.

### **«Ты же вся в нее!»**

15-летняя Марина пошла вразнос. Она встречалась чуть не каждый день с разными парнями, не являлась ночевать, забросила школу, таскала деньги из дома, покупала косметику и сигареты. При этом с приемными родителями была ласкова, просила не сердиться, уверяла, что просто ничего не может с собой поделаться - ей хочется гулять, и все. Родители вздыхали: гены. Кровная мама Марины тоже вела очень бурный образ жизни, дочку родила в 16, подкинула бабушке, да и забыла про нее, увлекшись каким-то очередным приключением. Не появилась и тогда, когда бабушка тяжело заболела и умерла, а Марина оказалась в детском доме.

В приемную семью девочка очень хотела, к родителям привязалась, с младшими братьями очень помогла, проблемы у нее были только с учебой. А потом началась вот это. Марина ночевала то у парней, то у подруг, то уезжала в деревню, откуда была родом - там еще оставалась дальняя родня и тоже были какие-то ухажеры. Туда-то за ней и поехали приемные родители, когда однажды поздно вечером, всхлипывая в трубку, она сообщила, что ее побил очередной «возлюбленный», ей очень больно и плохо, и сама она приехать не может. Делать нечего, сели в машину и поехали к дочке. Нашли ее в доме у одной пожилой родственницы, то ли троюродной бабушки, то ли тети. Осмотрели, убедились, что серьезных травм нет. Сели чаю на дорогу выпить. Завязался разговор, и тут родственница начала вспоминать про Маринину маму, когда та была ребенком. Как танцевала лучше всех в школьном ансамбле и даже на конкурс ездила, как матери всегда помогала, как ей доставалось от отчима под пьяную руку, какая была всегда милая, ласковая, как вышивала прекрасно и любила всем подарки делать. Тут пожилая женщина полезла в комод и вытащила мешочек, а в нем - вышитая салфетка, и правда необыкновенной красоты. Марина сидела, долго крутила ее в руках, разглаживала, потом спросила, можно ли себе взять. «Бери, конечно, детка, у меня еще где-то очешник ею вышитый есть, тоже красивый, сейчас не найду, потом приходи, покажу. И грамоты ее за конкурсы танцев покажу, я взяла, когда после смерти твоей бабушки дом разбирали. Думаю, пусть лежат, не выбрасывать же, старался ребенок.

Грустно-то как вышло с ней все, где ее сейчас носит, ты смотри, не дури так, а то ты же вся в нее - красавица, а в голове ветер».

Потом несколько дней Марина сидела дома - синяки сходили, да она и не рвалась никуда. Потом вдруг спросила приемную маму: «А ты вышивать умеешь? Научишь?» - «Умею немного, но, наверное, не так красиво, как твоя мама». Попробовали, получилось.

В общем, то ли встряска от «любимого» подействовала, то ли рассказ про маму, которая, оказывается, не только гуляла и дурила, то ли то, что приемные родители с такой готовностью примчались в ночь-полночь и не ругали, а только беспокоились за нее, но Марина как-то угомонилась. Не то чтобы стала скромницей и пайнкой, но, как говорится, мозгов заметно подвезли. Вышивает, кстати, постоянно и очень хорошо, приемная мама мне показывала ее подарок - расшитую косметичку. Очень красиво.

Бывает так, что искать «сундук» негде, и никакой чудесной родственницы с как по заказу припрятанными грамотами нет вовсе. Собственно, с этой задачей часто сталкиваются и семейные психологи, когда работают с людьми, ничего не знающими о своих предках, а таких в нашей стране много. Что делать, если даже их имена порой неизвестны? На самом деле, кое-что мы знаем точно. А именно: у каждого из нас были отец и мать, которые должны были встретиться, чтобы мы появились на свет. У каждого из них тоже были отец и мать, и у тех тоже. Знаем мы о них что-либо или нет, наши предки существовали. И здравый смысл подсказывает, что были среди них люди разные. Кто-то, может быть, совершал ошибки, переживал трагедии. А кто-то прожил жизнь счастливо, сделал много хорошего людям. Были среди них хорошие родители и те, что не справлялись. Были браки счастливые и не очень. Были дети здоровые и слабенькие, долгожданные и нежеланные. Были расставания и встречи, было предательство и верность, была любовь и была вражда. В истории всякого семейного рода было все, и даже не нужно знать никаких фактов, чтобы это утверждать. А значит, и ресурс, жизненная сила, таланты, достижения, любовь, которую можно передать потомкам, тоже есть у каждого рода, какими бы ни были отдельные его представители.

Если ребенок, осознанно или нет, считает свою семью «плохой», «проклятой», а себя - обреченным нести это «проклятие» дальше, поговорите с ним о прошлом его семьи. Не всегда же она была такой. Если даже ничего о них не известно, помечтайте вместе, какими могли быть его прабабушки, прадедушки, которые не пили, вели хозяйство, любили друг друга и своих детей. Представьте себе, что бы они сказали, если бы могли сейчас увидеть своего правнука или правнучку, чего бы пожелали ребенку? Мы ничего про них не знаем, но, конечно, как любой из нас, они хотели бы для своих потомков благополучия, счастья, любви, продолжения рода. Предложите ребенку закрыть глаза и «услышать» их добрые слова, почувствовать, как много народу стоит у него за спиной, и как они все дают ему силу.

И даже его не справившиеся с жизнью родители, если бы спросить, обращаясь в самую глубину их сердца - какой доли вы хотели бы для своего ребенка? хотели бы, чтобы он повторил ваш путь? - наверняка сказали бы: не повторяй наших ошибок, пусть тебе повезет больше, пусть у тебя все будет хорошо.

Поговорите с ребенком о том, что иногда жизнь семьи начинает идти под откос, но обычно в следующем поколении находится кто-то, кто может «выправить колею», вернуться к благополучной жизни. Возможно, ребенка воодушевит, что, став самостоятельным человеком, он сможет помогать своим родным или тоже взять на воспитание ребенка, потерявшего семью, как это сделали вы. Подчеркните, что человек сам выбирает свой жизненный путь, и даже если все его родственники пьют или сидят в тюрьме, сам он может жить по-другому.

Наконец, напомните ему, что «сундук» вашей приемной семьи тоже в его распоряжении, и ваши предки тоже были бы рады узнать, что в семье появился такой мальчик или девочка, и теперь он ваш, и все ваше - его. Расскажите ему о каких-то чертах и качествах, которые похожи на черты ваших родителей или других родственников.

**Собирать мозаику: составная идентичность, или дитя двух семей**

Каждый из нас в юности переживает кризис, который психологи называют кризисом идентичности. Это значит: человек пытается осознать, кто он, что для него важно, какие начала и ценности образуют его неповторимое «я».

Иногда сделать это очень просто. Бывали времена, когда идентичность, цельная и круглая, как спелое яблоко, доставалась молодому человеку в полностью готовом к употреблению виде. Например, зовут его Ваня Иванов, и живет он в селе Иваново, где его предки живут с незапамятных времен, отец его кузнец, и дед был кузнецом, и сам он, когда вырастет, будет кузнецом, у них вся порода такая - мужики сильные и крупные, с точным глазом и крепкой рукой. И веры они все православной, как деды и прадеды, и песни поют те же, и обычаи у них одни, и еду любят ту же, и ничего менять не собираются. Можно рассказать эту историю не про Ваню Иванова, а про индейского, китайского, африканского мальчика или девочку - любого представителя традиционной, устойчивой культуры. В таких культурах обычно и кризиса-то никакого у подростков не бывает: из-за чего переживать? Что выбирать? Все ясно и понятно, живи, как жили предки, и все будет хорошо.

Сейчас простую и цельную идентичность встретишь нечасто, особенно в городах.

Возьмем обычного жителя современной столицы, той же Москвы: он рожден от брака, положим, армянина и еврейки, выросший в Узбекистане и потому привыкшей к узбекской кухне; он говорит на русском языке и считает родной русскую культуру; он часто бывает во Франции в командировках и хорошо знает и любит тамошнюю жизнь, а по вероисповеданию - буддист, так он выбрал после долгих исканий. Идентичность такого человека подобна сложному узору лоскутного одеяла, в котором сочетаются стихи Пушкина и музыка Чайковского, плов и устрицы, история армянского и еврейского народов, буддийские мантры и французский шансон. Все это образует причудливое сплетение ценностей и ресурсов.

Какие-то из них могут конфликтовать друг с другом, какие-то сочетаться органично, и задача человека - уложить их все в единую картину, так, чтобы ничем дорогим его сердцу не поступиться, и ничего не утратить. Составная идентичность - это большая работа. И кризис идентичности поэтому бывает довольно долгим и бурным, затягиваясь, возвращаясь волнами и после подросткового возраста.

Так вот, приемный ребенок на составную идентичность просто обречен. Они дитя двух семей, каждая из которых может и хочет дать ему что-то свое. Да и семьи часто бывают очень разные по социальному положению, образу жизни, системе ценностей, кровные и приемные родители могут иметь разную национальность и религию. В общем, деваться некуда, придется собирать свой лоскутный узор. Неудивительно, что кризис идентичности у приемных детей проходит порой сложнее и длится дольше, чем у обычных.

Чем больше ребенок знает о каждой из своих семей и чем меньше семьи склонны «делить» его, вступать в конкуренцию привязанностей, чем больше готовы обращать его внимание на то, что у них есть общего, а не на различия, тем проще будет его задача, тем гармоничней результат. Если же ценности двух семей разрывают ребенка в разные стороны, ему приходится туго. Зато если «узор сложится», его опора, его набор ресурсов оказывается больше и богаче, чем у обычного человека. Не случайно среди людей, серьезно повлиявших на судьбу человечества, так много приемных детей.

И вот еще что важно: проходя этот путь вместе с ребенком, меняется и приемный родитель. Его идентичность тоже становится шире и глубже, он становится опытнее и мудрее. Поэтому завершить книгу мне хотелось бы рассказом опытной приемной мамы Анастасии Добровольской о том, как менялось и развивалось ее отношение к кровным родителям своих детей.

### **«Такими мы их и растим»**

«Десять лет назад мы с мужем усыновили ребенка. Это был подкидыш, мать неизвестна. Когда мы оформляли документы, я воспринимала кровную мать как некую угрозу для нас - вот передумает и придет его забрать. Но в день встречи, когда я взяла его на руки и повезла домой, произошла неожиданная метаморфоза ощущений. Я держала малыша на руках и чувствовала, что он - ребенок своей мамы. Я вдруг физически стала ощущать ее присутствие. Весь негатив к ней прошел, появилась признательность за этот дар нашей семье. И еще благодарность за ее любовь к

нему - чтобы подкинуть ребенка, она принесла его в самое безопасное место - детскую поликлинику. Я прямо ощущала, как она месяц металась, не справляясь с ситуацией своего материнства, как в отчаянии приняла эмоциональное решение и отнесла месячного младенца в выбранное место.

Я тогда не проходила еще школу приемных родителей, была совсем «зеленая» в теме приема детей. Эта метаморфоза была неожиданна для меня самой. Я не могла понять, откуда приходят эти новые мысли и чувства. Через месяц образовалась незримая пуповина с Саньком - я стала чувствовать его потребности, очень его полюбила. Но отношение к его кровной матери не изменилось. Полгода, отведенные на ее поиски, он был у нас под опекой, но я не боялась, что она заберет его у нас. Я не знаю, что это было - интуитивная уверенность в том, что она не найдется, или готовность к расставанию с ним. Я тогда ожидала своего ребенка, беременность протекала нелегко. Помню только, что уважение и благодарность к Ней уже не менялись. Сейчас Саньке десять лет. Иногда он спрашивает что-то про «ту маму». Я рассказываю ему, что знаю. Он побывал в той поликлинике, послушал рассказы врачей, которые помнят день, когда его нашли. Известно также, что после этого в поликлинику звонила какая-то женщина и спрашивала, что стало с подброшенным ребенком. Мы решили, что это была мама, и ее звонок показывает, что она его любила, беспокоилась о нем.

Санька растет очень позитивным, солнечным ребенком. После юридической процедуры усыновления и речи быть не может, что кто-то его заберет у нас. Но я бы хотела, чтобы его мама нашлась. У меня к ней куча вопросов, начиная с его настоящей даты рождения. И я бы очень поддержала общение их с Саньком, так как это его «тоже мама», еще одна мама.

Позже мы стали принимать в нашу семью более старших детей, и с ними к нам в дом приходили и их семьи. Приходили и как информация о событиях из жизни семей, и как знакомство с кровными родными и родителями. Конечно, неизвестную, придуманную маму уважать легче, чем реальных родителей наших приемных детей. Когда общаешься с реальными родителями, очень трудно их уважать. Такие, какие есть, они привели ситуацию к тому, что ребенка у них отобрали. Такими они и остаются.

Я нормально отношусь к предыдущей истории семьи - мне это не трудно, я понимаю, что все люди имеют разные ресурсы, разные судьбы. Иногда жизнь посылает такие испытания, что люди «падают», теряя при этом детей. Меня не коробит, что практически все родители наших детей пьют - сложись моя жизнь по-другому, может, и я запила бы, не справляясь с жизненными обстоятельствами. Гораздо тяжелее переживаю, когда родной родитель подводит своего ребенка - не приезжает в обещанный день, перестает отвечать на телефонные звонки, уходит в запой.

Каждого ребенка я вижу как часть его семьи. С одной стороны, знание предыстории дает понимание его персональных особенностей. С другой стороны, я вижу, что еще его семья может дать ему и не обязательно вернув его. Восстановление родительских прав - это программа максимум. Просто восстановление возможности общения налаживает информационный канал для ребенка, дает возможность ему задать вопросы о прошлом, прикоснуться к той части своей жизни, о которой я ничего не знаю и не смогу ему помочь...

Иногда злюсь на необязательность родителя, очень не люблю, когда вместо поисков способов решения они ищут оправдание своему бездействию. Справляюсь с этим, выходя на прямой разговор о происходящем с самим родителем, иногда, если считаю это полезным для ребенка, то и в его присутствии (ребенка не совсем точное слово - мы принимаем подростков). Так получается разговор трех сторон.

Бывает ли ревность? Обиды на то, что «я все делаю для ребенка, а он по-прежнему любит свою маму», точно нет. Любовь к своему родителю мне кажется настолько естественной... Более того, в некоторых случаях я не вижу места для меня с моей любовью. Для меня там есть другое место - этому ребенку нужна та часть меня, которая дает стабильность, которая объясняет происходящее с ним, которая научает чему-то новому в текущих обстоятельствах...

Бывает очень тяжелое чувство - назову его обида на несправедливость - когда ребенок переносит на меня агрессию, которую не может выплеснуть на родителя или на людей, принявших решение о его отобрании из родной семьи. Обычно это бывает вначале, как только он пришел в семью. Но потом мы все проговариваем, налаживается понимание и часть напряжения снимается.

Мне очень помогает восстановление в себе позиции взрослого. Как взрослый человек, я понимаю, что в данный момент рядом с этим ребенком только я, и больше выплеснуть злость ему не на кого. А мне надо просто переждать.

Я выработала правило - перед любым контактом с родным родителем ребенка делаю ревизию моих актуальных чувств, и если обнаруживаю много негатива, провожу аутотренинг - повторяю, какие хорошие черты я в нем нашла, что в ребенке хорошего от него, что он сделал хорошего для ребенка. Делать это мне приходится довольно часто. Диапазон чувств, по которым меня мотает, и правда велик. Но как бы то ни было, с годами во мне выросло и окрепло внутреннее убеждение: что мы, новые родители, думаем о кровных родителях принятых нами детей, такими мы их и растим.»

Дитя двух семей, общий ребенок чужих друг другу людей. Сложно? Страшно? На первый взгляд - да. Но когда глубже понимаешь, как оно все устроено, это видится иначе. То, что пугало, становится ресурсом, если к этому относиться по-другому. Две - лучше, чем ни одной. Это две силы, два корня, двойная связь с жизнью для ребенка. Это шанс выжить и продолжиться для его ослабленного несчастьями рода. Это шанс вырасти - во всех смыслах - для его новой семьи. Это история про то, как общечеловеческое перекрывает различия, как любовь перекрывает разлуку, как принятие перекрывает отвержение. Это хорошая история.