



## От автора

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.

Все реальные имена пропущены или изменены, кроме тех случаев, когда приемные родители были готовы говорить от своего имени.

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, слома-

но. 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 сверхлюдей. 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 раздрай 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? Пробуешь 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 позна-



комиться 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 присоединялся 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.

Так 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

ков, 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 участием 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, взясь с многочисленными племянниками и прочими родственниками младшего возраста, и при этом она была вос-

требована, 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 лю-