

Parenting the Hurt Child

Revised and Updated
Helping Adoptive Families Heal and Grow

Gregory C. Keck, PhD
Regina M. Kupecky, LSW
Edited by L. G. Mansfield

УДК 82

ББК 84

Gregory C. Keck, PhD

Regina M. Kupecky, LSW

«Parenting the Hurt Child. Revised and Updated Helping Adoptive Families Heal and Grow» – М.: ОЛЬГА МИТИРЕВА, 2012, - 288 с.

ISBN 978-5-452-04883-1

Перевод с английского:

Благодарности, Предисловие, Введение, Вступление, Главы 1, 2 - перевод Галины Северской
Главы 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, Приложение №1, стихи в посвящении и в Главе 11- перевод
Ольги Митиревой

Глава 11, Источники, Полезное чтение, Об авторах - перевод Даймы Тимергалиевой

Под редакцией Ольги Митиревой

Автор рисунка для обложки Ольга Митирева

This edition issued by contractual arrangement with NavPress, a division of The Navigators, U.S.A.
Originally published by NavPress in English as PARENTING THE HURT CHILD, copyright 2002
by Gregory C. Keck and Regina M. Kupecky.

All rights reserved. www.navpress.com

The excerpt in Annex 1 is reprinted from ADOPTING THE HURT CHILD, copyright 1995 by
Gregory C. Keck and Regina M. Kupecky. Used by permission of NavPress.

All rights reserved. www.navpress.com

УДК 82

ББК 84

ISBN 978-5-452-04883-1

© Gregory C. Keck, PhD, 2012

© Regina M. Kupecky, LSW, 2012

© Ольга Митирева, 2012

*

«Авторы Кек и Купеки не только откровенно говорят о трудностях, которые сопутствуют воспитанию ребенка, чей жизненный старт был омрачен плохим обращением, но и предлагают решения, ориентированные на конкретные потребности такого ребенка. Теплые и мудрые советы авторов помогут приемным мамам и папам понять потребности своих детей и научить их любви и семейному доверию. Журнал «Усыновители» рекомендует эту книгу в числе пяти лучших изданий для приемных родителей и специалистов».

Сьюзен Гогмэн, издатель и редактор журнала «Усыновители».

«Авторы Кек и Купеки демонстрируют глубокое понимание трудностей, с которыми сталкиваются приемные родители психологически травмированных детей. Что еще более важно, их книга рассказывает, как приемные родители могут удовлетворить потребности конкретного ребенка наиболее эффективным образом. Авторы дают проверенную и самую свежую информацию о выборе терапии, контактах со школьными учителями и другими специалистами, а также о том, где и как приемные семьи могут найти профессиональную помощь и финансовую поддержку. Книга «Воспитание ребенка-сироты, пережившего душевную травму» станет ценным руководством для замещающих семей и специалистов, которые ежедневно работают с детьми, подвергшимися в раннем детстве психологической травме».

Дэниэл Хьюз, доктор философских наук.

«Эта книга, полная живых и дельных советов, станет подарком для всех родителей, чьи приемные дети пережили психологическую травму. Она предлагает давно назревшую альтернативу строгому и даже жесткому стилю воспитания, характерному для современного сообщества приемных семей. Признавая за приемным родителем руководящую роль, авторы постоянно напоминают о том, что их основная задача - сформировать стойкие душевные связи внутри семьи, чтобы на их основе наполнить жизнь приемных детей радостью, любовью и смехом. Книга полна простых творческих предложений для приемных родителей, как именно они могли бы воспроизвести опыт заботы и ухода за ребенком, который он так и не получил в ранние годы жизни и без которого он не сможет развиваться дальше. В этой книге вы найдете главы о том, как помочь приемным детям признать авторитет взрослых, почему обычные педагогические приемы в случае психологически травмированных детей-сирот часто не срабатывают, как справиться с проблемами в школе и как учитывать культурные особенности. Наконец, в книге приводятся рассказы приемных родителей об их трудностях и успехах, а также свидетельства приемных детей о том, как они воспринимали этот опыт».

Филлис Бут,

магистр гуманитарных наук, лицензированный психотерапевт,
консультант по вопросам семьи и брака.

«Эта книга – легкое чтение о трудном пути. Но если воспользоваться приемами, идеями и советами, которыми она изобилует, этот путь может иметь счастливый конец. Авторы Грегори Кек и Регина Купеки соединяют личный опыт воспитания приемных детей с многолетней профессиональной психологической практикой с детьми-сиротами, пережившими душевную травму. Годы профессиональной работы, личный опыт, понятное и легкое изложение, конкретная информация – все это делает «Воспитание ребенка-сироты, пережившего душевную травму» книгой, от чтения которой трудно оторваться.

Спешите впитать приемы и идеи ее авторов, чтобы забота о вашем непростом ребенке стала радостным и эффективным занятием. Эта книга - не просто сборник советов для родителей; это инструкция по предотвращению трагедии. Ее должен прочитать каждый, кто воспитывает приемного ребенка. Почему? Такие родители нуждаются в реалистичной, но отнюдь не пессимистичной информации. Им необходимо сохранить оптимизм, не отрываясь при этом от земли. Приемным родителям необходимы простые и эффективные педагогические приемы, которые позволят им отойти от излишней жесткости и наказаний в воспитании их непростых детей».

Фостер Клайн, доктор медицины.

«Любой, кто прочитал «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» или посетил тренинг ее авторов Грегори Кека и Регины Купеки, знает, что значит получить нужную информацию и поддержку, когда сталкиваешься с проблемами при усыновлении детей-сирот с особыми потребностями. Книга «Воспитание ребенка-сироты, пережившего душевную травму» дополняет эту информацию и дает практические советы приемным семьям и специалистам социальных служб, которые работают с такими семьями. Как и ее авторы, эта книга вызывает немедленный интерес и дарит надежду приемным родителям и, что еще важнее, самим детям-сиротам. Она, несомненно, станет обязательным чтением как одно из классических пособий, посвященных усыновлению и воспитанию приемных детей».

Сьюзен Сунн-Кеум Кокс,
специалист по усыновлению,
рожденная в Корее и удочеренная в США.

«Наши трое приемных детей, которые вошли в семью в возрасте двух, семи и восьми лет, уже выросли. Нам удалось успешно пройти этот путь, но полагались мы в основном на удачу и на метод проб и ошибок. Я постоянно думаю о том, сколько проблем могла бы избежать наша семья и насколько проще нам было бы воспитывать наших детей, если бы мы могли воспользоваться таким понятным практическим пособием, как «Воспитание ребенка-сироты, пережившего душевную травму».

Барбара Холтэн, дипломированный социальный работник

«Современный читатель буквально тонет в море книг о воспитании детей всех возрастов. Но, несмотря на это изобилие, до сих пор трудно найти сведения о тех особых случаях, о которых пишут Грегори Кек и Регина Купеки в своей новой книге. У авторов есть многолетний опыт помощи усыновителям и замещающим семьям в преодолении сложнейших проблем, возникающих при воспитании детей-сирот, которых сами авторы называют иногда душевно «ранеными», или детей с так называемым «синдромом нарушения привязанности». Эта книга - источник ценнейших знаний для педиатров, психологов, детских психиатров, психотерапевтов и других специалистов, которые работают с детьми-сиротами, перенесшими душевную травму. Авторы не перегружают изложение научными терминами, книга отлично организована и легка для восприятия. Я очень рекомендую это пособие тем, кто усыновляет ребенка, пережившего в прошлом психологическую травму, а также всем замещающим семьям, которые заботятся о детях-сиротах с тяжелым опытом раннего детства, что обычно мешает формированию привязанности (например, эмоциональное и физическое насилие, пренебрежение и отсутствие должной заботы и внимания со стороны взрослых, оставание в развитии)».

Джон Кеннелл, доктор медицины.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Обращение к российским читателям.	9
Предисловие к российскому изданию.	11
Благодарности.	15
Предисловие от доктора Фостера Клайна.	17
Введение.	19
<i>Изменчивый образ усыновления.</i>	
Вступление.	22
<i>Как можно помочь ребенку, пережившему душевную травму, исцелиться и вырасти в полноценную личность.</i>	
Глава 1. Кто такой душевно травмированный ребенок?	25
<i>Общие сведения о цикле привязанности.</i>	
Глава 2. Отважиться быть родителем.	35
<i>Как занять место родителя в жизни ребенка.</i>	
Глава 3. Что не работает.	45
<i>Педагогические методики, обреченные на провал.</i>	
Глава 4. Что работает.	55
<i>На пути к здоровью и счастью.</i>	
Глава 5. Корица и яблочный джем.	75
<i>Проявляя нежность к «трудному» ребенку.</i>	
Глава 6. Школьный танец.	105
<i>Как узнать, когда надо вести, а когда – оставаться ведомым.</i>	
Глава 7. Бурные воды.	136
<i>Как пережить времена, когда кажется, что ничего не получается.</i>	
Глава 8. Спасительный круг.	149
<i>Как найти помощь из самых разных источников.</i>	
Глава 9. Как найти действенную помощь.	167
<i>В поисках «правильного» психолога.</i>	

Глава 10. Задайте вопрос специалисту.	169
<i>Вопросы-ответы о детях с нарушением привязанности.</i>	
Глава 11. Рассказывают приемные родители и дети.	195
<i>Реальные истории реальных людей.</i>	
Глава 12. Авторский сундучок.	227
<i>Статьи о приемных детях, переживших душевную травму.</i>	
Приложение № 1.	259
<i>Выдержка из книги Г. Кек и Р. Купеки «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму».</i>	
Приложение № 2.	267
<i>Описание некоторых игр.</i>	
Источники.	270
Полезное чтение.	276
Об авторах.	285

ОБРАЩЕНИЕ К РОССИЙСКИМ ЧИТАТЕЛЯМ

Дорогие российские читатели: родители, усыновители, опекуны и, конечно, их дети! Я очень рада, что могу предложить вашему вниманию – впервые на русском языке! – одну из самых известных книг, посвященных воспитанию в приемной семье детей-сирот с непростым прошлым. Это первая книга из серии «На книжную полку приемного родителя» за 2012 год, в рамках которой до конца года планируется издание еще двух книг из той же области.

Как родилась идея этой серии?

Дело в том, что вот уже несколько лет я консультирую по вопросам семейного устройства российских детей-сирот, а точнее - с 2005 года, когда заработал сайт юридической (само)помощи усыновителям, опекунам и приемным родителям www.adoptlaw.ru. За советом ко мне обращаются не только кандидаты, но и уже «состоявшиеся» усыновители и опекуны. Время от времени приходят ко мне и вопросы о том, как отменить усыновление или отказаться от опеки. Такое решение – это всегда большое испытание и боль и для ребенка, и для приемных родителей. Но должна признаться, что, ни разу за все время, у меня не возникло ощущения, что в каком-то случае это решение было безответственным или поспешным со стороны приемных родителей.

Напротив, нередко с теми проблемами и с тем тяжелым опытом, который приносит в семью приемный ребенок, просто невозможно справиться без профессиональной регулярной помощи психологов и социальных педагогов. Дело в том, что у некоторых детей, переживших жесткое обращение или заброшенность в родной семье, развивается специфическое эмоциональное расстройство (т.н. «расстройство привязанности»), которое проявляется в склонности саботировать правила поведения в семье, воровать, лгать, обижать младших или мучить животных, и совершать другие поступки, несовместимые с нормальной жизнью в семье.

К сожалению, в России *после* передачи ребенка приемная семья или усыновители не получают никакой более или менее заметной специальной поддержки. Конечно, кто-то справляется и сам, но есть немало и таких, кто через несколько месяцев вынужден признать свое поражение и сделать непростой выбор между воспитанием приемного ребенка и сохранением собственной семьи.

И это не просто личное поражение приемных родителей – это поражение всего нашего общества перед лицом социального сиротства, затрагивающего все большее число российских детей. Когда этот ребенок, - которого душевно и физически искалечили биологические родители и который из-за полученных психологических травм не сумел прижиться в нормальной семье, - наконец, вырастет, он и его проблемы никуда не исчезнут. Этот человек продолжит не жить, но *выживать* рядом с нами и нашими детьми и внуками. И он заставит нас всех заплатить за то, что когда-то мы, как общество, не сумели защитить его от насилия в родной семье и не помогли его новым родителям преодолеть полученное эмоциональное расстройство. Цена эта будет высока: склонность к нарушению закона, злоупо-

требление наркотиками и алкоголем, непонимание элементарных правил общезжития на улице, в подъезде, в собственной семье – а значит, новые брошенные или избиваемые дети...

Чем больше родители и педагоги будут понимать, что движет ребенком с нарушением привязанности, тем проще им будет скорректировать это поведение и научить ребенка заново доверять, любить и отвечать за свои поступки, - а значит, получить шанс вырасти в полноценного и счастливого человека.

Ради этого и была задумана эта серия.

В заключение хочу поблагодарить мою семью, особенно мужа и маму, за безусловную поддержку и неоценимую помощь в подготовке серии.

Отдельная благодарность Николаю Александровичу, невольному вдохновителю этого проекта.

Ольга Митирева,
юрист, руководитель издательской группы и автор сайтов:

www.adoptlaw.ru – бесплатная юридическая помощь усыновителям, кандидатам и приемным родителям,

www.attach2me.ru – о нарушении привязанности у детей-сирот и ее восстановлении в замещающей семье.

ПРЕДИСЛОВИЕ К РОССИЙСКОМУ ИЗДАНИЮ

Дорогие читатели, уважаемые родители!

Чтобы вам были понятнее контекст и некоторые советы этой книги, позвольте вкратце сравнить американскую и российскую системы государственной защиты детей-сирот и детей, лишенных родительского попечения.

Как вы знаете, в России существует три формы семейного устройства детей-сирот: усыновление, опека и приемная семья. При усыновлении ребенок получает те же права, что и своерожденный. Опекун является законным представителем ребенка до совершеннолетия и получает выплаты на его содержание. Обычно в одну семью под опеку передают не более одного-двух детей, предполагая, что опекунами обычно становятся в отношении детей-родственников. Напротив, в приемную семью может быть передано до восьми воспитанников, и приемные родители получают не только средства на содержание ребенка, но и вознаграждение за свой профессиональный труд.¹

К сожалению, в России до сих пор профессиональная замещающая семья заметной роли в воспитании детей-сирот не играет: по данным за 2010 год в приемные семьи было передано лишь около 7,000 из почти 107,000 *выявленных* в том же году детей-сирот. Остальные были определены главным образом в государственные учреждения или под опеку². Напротив, в США профессиональные замещающие семьи являются центральным элементом системы защиты детства. Например, в 2009 году в замещающих семьях воспитывалось более 75% *всех* американских детей, лишенных родительского попечения (более 300,000 детей), и только 16% были переданы на групповое воспитание в интернаты или специализированные лечебницы³.

Более того, помимо денежных выплат, власти США предоставляют приемным семьям долгосрочное бесплатное психологическое и порой психиатрическое сопровождение для особо «непростых» воспитанников, включая регулярные посещения психотерапевта, специальные виды восстанавливающей терапии, кратковременные выезды ребенка в специализированный пансионат (чтобы дать возможность замещающим родителям восстановить силы) и прочее. В государственное воспитательное учреждение американский ребенок-сирота может быть возвращен только в том случае, если его семейное воспитание оказалось невозможно из-за серьезных эмоциональных, психических или физических нарушений у ребенка.

Несмотря на то, что в приемной семье ребенок получает полноценный опыт повседневной жизни, посещает обычную школу и обслуживается в обычной поликлинике, в США она воспринимается исключительно как временное решение

¹ Подробнее о формах устройства детей-сирот в России вы можете почитать на www.adoptlaw.ru.

² Всего в 2010 году в приемные семьи было устроено чуть более 13,000 российских детей-сирот. <http://www.usynovite.ru/statistics/2010/>

³ http://www.acf.hhs.gov/programs/cb/stats_research/afcars/tar/report17.htm

до нахождения постоянных родителей. Кстати, именно этим объясняется, почему некоторые «ожидающие» дети меняют несколько - порой более десятка - приемных семей за довольно короткий период времени – и это один из немногих, но существенных недостатков американской системы государственного попечения. Правда, надо отметить, что в поисках постоянной семьи американские органы опеки довольно расторопны. К примеру, в 2009 году для 65% детей-сирот время «ожидания» в замещающих семьях составило менее двух лет; для 24% - от двух до четырех лет, и только 11% детей задержались в системе замещающих семей на пять и более лет.⁴

Что понимается под «постоянной семьей»? В более чем половине случаев – и это еще одно отличие от российской практики - это воссоединение ребенка со своей биологической семьей. В США такой сценарий считается оптимальным, поэтому органы опеки уделяют реабилитации биосемьи даже более пристальное внимание, чем поиску усыновителей.

Ребенок может обрести постоянную семью и в результате усыновления. Любопытно, что в США на усыновление активно предлагают детей любых возрастов, включая 13-17 летних подростков. Напротив, в России дети старше трех лет считаются для усыновления «слишком взрослыми».

Что касается отношения к усыновлению в целом и к детям-сиротам в частности, между американским и российским обществом тоже есть важные различия. В США это отношение крайне положительно: детей-сирот считают не столько потенциально опасными потомками «асоциальных элементов», сколько обычными детьми, которым не очень повезло в начале жизни и которым нужно помочь встать на правильную дорогу «всем миром». При этом обычная американская семья гораздо активнее - по сравнению со среднестатистической российской семьей - участвует в общественной жизни своего городка или района: вместе с соседями еженедельно ходит на церковные службы; участвует в клубах по интересам; играет в спортивных командах; выезжает на массовые пикники. Поэтому у американских усыновителей больше возможностей поделиться и проблемами, и радостями с заинтересованными и доброжелательными соотечественниками. Многие советы, которые вы встретите в этой книге, исходят именно из такого положительного общественного отношения и активного участия усыновителей в коллективных занятиях.

Доброжелательный общественный климат объясняет и тот факт, что в США – в отличие от России - совсем не редко так называемое «открытое усыновление», когда и ребенок, и соседи, и школа знают о том, что ребенок воспитывается в семье не с рождения, что у него другие биологические родители. Особенно это касается тех случаев, когда усыновляют не новорожденных детей. Но даже если усыновляется новорожденный, то и тогда принято не скрывать правду, как минимум, от самого ребенка и ближайших родственников, а при необходимости рассказать об усыновлении и соседям с учителями. В России, напротив, крайне распространена имитация беременности при усыновлении новорожденных, причем с сохранением тайны даже от совместно проживающих бабушек и дедушек. При редких усыновлениях подростков история их появления в семье об-

⁴ http://www.acf.hhs.gov/programs/cb/stats_research/afcars/tar/report17.htm

суждается с соседями или учителями тоже крайне редко.

Впечатляет и список общественных организаций и групп поддержки, действующих в США в области усыновления (раздел «Источники»), а также пособий и специализированной литературы для американских усыновителей и приемных родителей (раздел «Полезное чтение»). Конечно, в России тоже есть группы энтузиастов, занимающихся продвижением усыновления, но можно сказать, что по сравнению с США и европейскими странами мы делаем пока только первые шаги в этом направлении. Эта книга – пример такого шага.

Ольга Митирева,
юрист, руководитель издательской группы и автор сайтов:

www.adoptlaw.ru – бесплатная юридическая помощь усыновителям, кандидатам и приемным родителям,

www.attach2me.ru – о нарушении привязанности у детей-сирот и ее восстановлении в замещающей семье.

Посвящается Джеймсу.

Твой энтузиазм и внезапные озарения просто поразительны.

* * *

УТЕШЕНИЕ

Еще не поздно
Научиться доверять,
Исцелить невидимые раны.
Я знаю, что должна
Разжать кулаки,
Чтобы ушли
Снедающие меня сомнения,
Разочарования и утраты -
Как вода сквозь пальцы.
Вместе с ними уйдет
Проклятие,
Столько лет
Висевшее над моей головой;
И неутихающая боль,
Заставлявшая отталкивать вас,
Когда вы хотели всего лишь
Оградить меня от бед.
Прошу, помогите мне
Найти покой
В тишине ваших объятий –
Потому что только там
Мне будет не страшно
Снова научиться мечтать.

(с) 2001 Лауна

БЛАГОДАРНОСТИ

Перечислить поименно всех, кто поддерживал нас в работе с семьями, чьи приемные дети пережили психологическую травму, не просто трудно, а невозможно. На самом деле, появиться этой книге на свет позволило уникальное сочетание нашего личного опыта и опыта детей, подростков, родителей, специалистов и множества других факторов.

Иногда мы спрашивали себя: а смогли ли мы ответить на важнейшие вопросы? Удалось ли нам найти те приемы, которые действительно помогут родителям справиться с крайне ответственной задачей – исцелить приемных детей от травм, полученных в самые ранние годы их жизни? Иногда нам удавалось разрешить эти сомнения самостоятельно, но чаще всего нам помогали ответы других людей. От всей души благодарим тех, кто делился своими наблюдениями.

Наш друг и издатель Л. Дж. Мэнсфилд помогла нам сохранить в этой книге тот же стиль дружеского диалога с читателем, что и в книге «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”). Спасибо, Эль.

Мы благодарны Кэрол Блатники за Главу 6 «Школьный танец». Зачастую семьи не знают, как справиться с описанными ею ситуациями, поэтому мы уверены, что знания Кэрол будут для вас полезными. Спасибо, Кэрол.

Особая благодарность всем приемным родителям и их детям, которые поделились своими переживаниями в Главе 11 «Рассказывают приемные родители и дети». Мы так многому учимся у семей, с которыми работаем.

Мы были польщены возможностью включить прекрасное стихотворение Лауны в качестве эпиграфа к нашей книге, за что ей большое спасибо.

Штат Огайо особый для приемных семей. Уже много лет там действует программа субсидирования специальных услуг в поддержку усыновителей (Post-Adoption Special Services Subsidy – PASSS), у которой, насколько нам известно, нет аналогов ни в одной другой стране мира. Спасибо тебе, штат Огайо, и всем твоим восьмидесяти восьми графствам.

Мы благодарим издательство НавПресс (NavPress) за принятие наших идей, за ценное долгосрочное сотрудничество, за простой и эффективный издательский процесс. Отдельное спасибо Крису Уоллену, который первым предложил подумать об обновленных изданиях обеих наших книг.

Также благодарим всех сотрудников Центра формирования привязанности штата Огайо за бесперебойную ежедневную работу над сложнейшими задачами.

Благодарим Энн Винчестер, подругу Регины с детских лет, за то, что познакомила нас с миром компьютеров. Ты была права, Энн – в электронном редакторе писать гораздо легче, чем в бумажных блокнотах – как мы писали нашу первую книгу!

Благодарим издания Ассоциации по терапии и просвещению в области детской привязанности (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – ATTACH), ассоциации “Самоцвет среди самоцветов” (Jewel Among Jewels), Се-

вероамериканского совета по детям, подлежащим усыновлению, (North American Council on Adoptable Children – NACAC), а также журнал «Семья и усыновление» (Adoptive Families) за публикацию наших статей и разрешение переиздать их в Главе 12 «Авторский сундучок». Мы хотели бы специально поблагодарить Пэтти Хэмблин, дипломированного социального работника по работе с усыновителями, и Совет по социальному обслуживанию детей округа Вейн, штат Огайо (the Wayne County Children Services Board in Wooster, Ohio), за разрешение включить вопросы и ответы из публикаций в журнале «Контакт» (“The Connection”) в Главу 10 «Задайте вопрос специалисту».

И точно так же, как в книге «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”), мы благодарим наших родителей и бабушек с дедушками за тот фундамент, который позволил нам прочувствовать, насколько для каждого человека важна семья.

От Грега:

«Я часто спрашиваю мнение моего сына Джеймса по самым разным вопросам. Его ответы, как это бывает у большинства подростков, оригинальны и прямолинейны. Однажды, собираясь на очередное заседание по семейным вопросам, я спросил Джеймса, стоит ли разлучать братьев и сестер из одной биологической семьи. Он ответил прямо и по существу: «Если они ладят друг с другом, их надо оставить вместе». Это прозвучало очень разумно! Теперь каждый раз, когда мне задают этот вопрос, я вспоминаю ответ моего сына. Спасибо, Джеймс. И обращаюсь к обоим моим сыновьям, Брайану и Джеймсу, чьи свежие идеи постоянно заставляют меня искать творческие решения – спасибо вам, ребята!»

От Регины:

«Благодарю моего мужа за терпение и поддержку в те дни, когда у меня было особенно много работы. Спасибо, Дон».

Мы надеемся, что эта книга, опубликованная в продолжение книги «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”), даст вам, дорогие читатели, те новые знания и перспективу, которые лишь укрепят вас в решении посвятить себя воспитанию ребенка-сироты, пережившего травму. А самое главное, мы надеемся, что она вдохнет в вас надежду на исцеление и дальнейшее развитие вашего приемного ребенка.

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ ДОКТОРА ФОСТЕРА КЛАЙНА

В Америке очень много детей, пострадавших от физического или психологического насилия. Доктор Кек и г-жа Купеки приводят следующие цифры: в 2006 году граждане США усыновили 51,000 американских детей-сирот и 20,705 детей-сирот из других стран мира. Практически все эти дети либо пережили плохое обращение в биосемье или в детских учреждениях, либо были вынуждены часто менять приемные семьи. Здоровье некоторых детей-сирот слабо с рождения. Другие дети были буквально отравлены алкоголем или наркотиками еще в утробе биоматери. Третьих подбросили на чужой порог, а четвертых нашли в мусорных баках или изъяли из домов, очень их напоминавших. Некоторые дети-сироты страдают неврологическими проблемами из-за полученных черепно-мозговых травм. Кроме официальных детей-сирот, усыновленных при содействии социальных служб, в том числе из замещающих семей или детских домов, есть и тысячи формально «домашних» детей, биородители которых о них не заботились и в конце концов отдали на попечение близких родственников или бабушек с дедушками.

Все это «раненые» дети Америки.

К сожалению, сегодня даже дети с тяжелыми расстройствами редко имеют возможность пройти лечение в специальном стационаре или терапевтической группе. Вместо этого приемные родители пытаются понять и удовлетворить особые потребности таких детей-сирот в сугубо домашних условиях. Конечно, это очень непросто. Многие, если не подавляющее большинство таких детей, трудно поддаются воспитанию и не хотят подчиняться никакой дисциплине.

Каждого, кто решился взять на воспитание ребенка-сироту с непростым прошлым, подвигает на эту стезю своя заветная мечта. Это может быть желание помочь в беде маленькому человеку; или надежда получить любовь ребенка в ответ на нашу заботу; или радостное предвкушение того, как в любящей семье приемный ребенок расцветет в успешного, счастливого взрослого. Эти ожидания обычно основаны на положительном детском опыте самих родителей, и в этом лежит корень возможных проблем. Дело в том, что в отличие от своих воспитанников, большинство приемных родителей – психологически благополучные люди, которые в своем детстве не испытали ни насилия, ни заброшенности. Как правило, такие люди отлично справляются с воспитанием собственных детей. Но их обычные методы воспитания могут неожиданно «дать осечку» в отношении приемных детей с ранним опытом плохого обращения. И результат будет трагичным.

Ничто – да-да, ничто - не превращает обычную семью в психологически неблагополучную и даже опасную среду обитания так быстро, как появление в доме неблагополучного, отрицающего любые авторитеты ребенка-сироты, который не умеет любить. Жизненная позиция и поведение такого ребенка переворачивают принимающую семью буквально вверх дном. Остальные дети чувствуют себя или заброшенными, или, наоборот, объектом придириков; их обуревают гнев и оби-

да. Они либо внутренне «закрываются», либо «поднимают бунт на корабле», либо – что только осложняет положение – впадают в обе крайности одновременно. Родители, которые до сих пор были полностью согласны в вопросах воспитания, вдруг начинают спорить и сомневаться не только в правильности действий, но и самих мотивах друг друга! Родные, соседи и друзья, которые сначала считали супругов чуть ли не святыми за готовность взять на воспитание ребенка-сироту, теперь - видя все ухудшающееся поведение всех детей в доме, - начинают сомневаться не только в родительских способностях супругов, но даже в их личных качествах. В этой ситуации может помочь только *ясное знание о том, как следует воспитывать душевно травмированного ребенка-сироту.*

Мир людей построен на принципе взаимности. Если один человек относится к другому с добротой, он ожидает ответной доброты. Если кто-то ведет себя враждебно, вполне ожидаемо, что и окружающие ответят ему тем же. Если человек улыбается, он ждет ответной улыбки. Если отдает, то надеется и получить. Такой порядок вещей кажется очень логичным - в обычном мире. Но в перевернутой реальности ребенка-сироты, пережившего физическое или эмоциональное насилие, ответные реакции обычно находятся вне этой логики – поэтому им надо такого ребенка учить. Дети, пострадавшие от жестокого обращения, слишком рано начинают понимать, что улыбкам доверять нельзя. Они знают, что взрослые в любой момент могут причинить боль. Их ранний отрицательный опыт учит, что безопасность может гарантировать только полный и абсолютный контроль над окружающей эмоциональной и физической средой. Такие дети воспроизводят внутри приемной семьи тот эмоциональный ураган, что раздирает их собственные души.

Учитывая, сколько потрясений могут принести такие дети в приемную семью, книга «Воспитание ребенка-сироты, пережившего душевную травму» - это не просто сборник советов для родителей; это инструкция по предотвращению трагедии. Она рассказывает приемным родителям об отношениях, методах и техниках воспитания, а также способах реагирования, которые сделают воспитание детей-сирот благодарным занятием.

По прочтении этой книги общение с ребенком, пережившим раннюю душевную травму, из пугающего станет интересным, из грустного – полезным, из разрушительного - созидательным.

Фостер У. Клайн, доктор медицины,
соавтор книги «Воспитание с любовью и логикой»⁵

⁵ Foster Cline & Jim Fay, *Parenting with Love and Logic: Teaching Children Responsibility.*

На русском языке книга «Воспитание с любовью и логикой» была издана в 2007 году издательством «Колумб» и может быть заказана на сайте этого издательства на <http://www.christophor.ru/catalog/books>.

Англоязычные читатели могут ознакомиться со списком всех изданных работ этих авторов в Институте Любви и Логике по телефону в США +1 800 338 4065 или на сайте www.loveandlogic.com. - прим. издателя

Введение

ИЗМЕНЧИВЫЙ ОБРАЗ УСЫНОВЛЕНИЯ

Представления о «правильном» усыновлении постоянно меняются. Было время, когда социальные службы запрещали приемным семьям эмоционально привязываться к воспитанникам, так как считали, что «настоящими» родителями могут быть только усыновители, появление которых в жизни многих детей-сирот оставалось чисто теоретической возможностью. В прошлом осталось и некогда популярное убеждение, что обделенный родительской любовью и заботой ребенок будет лишь более закален для взрослой жизни.

Новые веяния в теории усыновления и воспитания детей-сирот помогли детям избавиться от чувства полной неуверенности в завтрашнем дне, возникавшего из-за частых переездов из одной приемной семьи в другую в ожидании возможного воссоединения с биородителями. Наконец, и на детей-сирот стала распространяться та благодатная истина, которую мы исповедуем уже много лет: каждый ребенок должен расти в одном и том же доме среди любящих и заботливых взрослых - и неважно, биологические это родители или приемные, замещающая семья или кровные родственники.

Сегодня социальные службы поощряют приемные семьи усыновлять своих воспитанников. Эта политика стала настолько популярна, что у современных детей-сирот значительно больше шансов быть усыновленными именно приемными родителями. Например, в 2006 году от общего числа усыновленных 59% составляли именно те дети, которых усыновили приемные родители, воспитывавшие их до этого на профессиональной основе.⁶

Принятие Закона США «Об усыновлении и семейной безопасности» от 1997 года помогло преодолеть многие недостатки прежней системы. Этот закон не только признал необходимость постоянства в жизни осиротевшего ребенка, но и обязал штаты принимать более решительные действия для того, чтобы дети на государственном попечении быстрее обретали постоянную семью. В результате количество усыновлений из приемных семей значительно повысилось – с 28,000 в 1996 году до более 51,000 в 2006 году.⁷

Эти цифры будут расти. Безответственные родители уже не смогут годами игнорировать попытки социальных служб восстановить биосемью, пока их дети, как «письма счастья», кочуют из одного государственного приюта в другой.

Чтобы изъять ребенка из семьи, социальным службам больше не надо ждать, чтобы родители нанесли ему серьезную травму. Отныне власти штата вправе взять младенца под свою защиту сразу после рождения, если его родители пренебрега-

⁶ U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Administration on Children, Youth, and Families, Children's Bureau; http://www.acf.hhs.gov/programs/cb/stats_research/afscars/tar/report14.htm

⁷ http://www.acf.hhs.gov/programs/cb/stats_research/afscars/tar/report14.htm

ли своими обязанностями в отношении старших детей. Старые законы, которые ставили права биологических родителей выше прав их детей на жизнь и безопасность, больше не связывают руки социальных служб.

Изменения затронули все области. В 2005 году примерно 22,728 усыновленных детей прибыли в США из других стран.⁸ Многие усыновители едут за рубеж в надежде найти ребенка без опыта раннего физического или психологического насилия, но иностранный сирота может оказаться психологически травмированным не менее, чем воспитанник американского приюта. Психика большинства детей-сирот из других стран, подлежащих усыновлению, изуродована теми же «шрамами», что и у американских сирот. Доля беспризорника одинаково тяжела в любой стране мира. Почти наверняка вместо родительской заботы, развивающих занятий и личной безопасности он с раннего детства заброшен, подвергается насилию и сексуальным домогательствам.

Независимо от места жительства брошенные дети испытывают похожие чувства, и мотивы отказа не имеют большого значения. Например, китайская женщина может отказаться от своего новорожденного по социально-политическим причинам, а американская мать оставить его в школьном туалете, потому что побоялась рассказать кому-либо о беременности – в любом случае результат один: женщина, давшая ребенку жизнь, бросила его.

Мы не преследуем цели отпугнуть американцев от международного усыновления, а лишь хотим подчеркнуть, что большинство детей, подлежащих усыновлению, - независимо от страны происхождения - пережили глубокую душевную травму. Мы хотели бы также подчеркнуть, что не стоит выбирать международное усыновление лишь из-за опасения, что при «домашнем» усыновлении выше шанс возврата ребенка в биологическую семью. Воссоединение и/или возобновление общения ребенка с биородителями происходит чрезвычайно редко. Еще реже это случается после того, как ребенок был усыновлен приемными родителями.

Еще одной приятной переменной стало признание важности поиска замещающих родителей среди дальних родственников ребенка. Конечно, эта практика существовала всегда, но только сейчас подобные семьи вправе рассчитывать на тот же уровень государственной поддержки при усыновлении ребенка, – пособия, медицинское обслуживание и т.д. – что и обычные усыновители. Это нововведение открывает дополнительные возможности для семейного устройства многих детей-сирот, до этого годами прозябавших в системе государственного воспитания.

Конечно, передача ребенка-сироты в семью дальних родственников желательна лишь в том случае, если она способна обеспечить этому ребенку безопасность и заботу. Увы, это не всегда так. Дальние родственники могут оказаться как превосходящими, так и совершенно негодными замещающими родителями, так как прямой зависимости между биологическим родством и способностью воспитывать ребенка нет. При оценке возможности передачи ребенка на воспитание дальним родственникам следует учитывать те же факторы, что и при передаче на обычное усыновление. Совершенно незнакомая родная тетя – это более посторонний для

⁸ U.S. Department of State, “Immigrant Visas Issued to Orphans Coming to the U.S.”; http://travel.state.gov/family/adoption/stats/stats_451.html

ребенка человек, чем, к примеру, члены приемной семьи, в которой он прожил два года. Мы считаем, что неразумно перемещать ребенка из замещающей семьи только потому, что неожиданно объявились дальние родственники, желающие его усыновить. Такой механический подход «по первому зову» противоречит здравому смыслу, хотя и остается в русле политики приоритета в пользу передачи ребенка на воспитание биологическим родственникам.

Отмечая многочисленные позитивные перемены в области семейного устройства детей, мы не должны забывать и о том, что их поддерживает лишь ежедневная последовательная работа. Возможно, настанет тот день, когда замещающая семья, первой принявшая под свою защиту ребенка, изъятого от жестоких биородителей, будет и его постоянным домом. Сейчас этот идеал кажется очень далеким, хотя именно он задает нужный ориентир для системы социальной защиты, чьей задачей должно быть максимальное сокращение пути ребенка-сироты к своей постоянной семье. Более того, это дало бы ребенку возможность развиваться в условиях максимально возможной стабильности и преемственности, что само по себе избавило бы замещающие семьи и их детей-сирот от многих хронических проблем.

Вступление

КАК МОЖНО ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ, ПЕРЕЖИВШЕМУ ДУШЕВНУЮ ТРАВМУ, ИСЦЕЛИТЬСЯ И ВЫРАСТИ В ПОЛНОЦЕННУЮ ЛИЧНОСТЬ

С тех пор, как в 1995 году была опубликована первая книга «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”), нас неоднократно просили написать еще одну книгу. Конечно, это было приятно слышать, но от одной мысли о таком предприятии становилось не по себе. Наконец, мы решились написать первое издание «Воспитание ребенка-сироты, пережившего душевную травму». Теперь, пять лет спустя, мы обновили оба издания.

Мы хотели рассказать о дополнительных методах воспитания детей, переживших душевную травму. Годы психотерапевтической работы принесли новые идеи и стратегии, которыми хотелось бы поделиться с приемными родителями.

Мы хотели бы подчеркнуть, что усыновители и приемные родители *не* несут ответственности за проблемы, с которыми дети приходят в семью. Но именно родители *обязаны* создать благоприятную среду для перемен, дать ребенку стимулы для роста, направить его развитие и дать чувство защищенности, столь необходимое для формирования привязанности. В этом смысле роль замещающих родителей огромна, и если они с ней не справляются, исцеление их детей будет невозможным.

Воспитание психологически травмированного ребенка-сироты мало напоминает ту идеальную картину родительского счастья, которую представляют себе кандидаты в приемные родители, решившие открыть свой дом для нового члена семьи. Но любой, кто готов взять на воспитание или усыновить ребенка с ранними психологическими травмами, должен отдавать себе отчет, что именно его ждет. Будущие приемные родители обязаны знать, чем они могут помочь в исцелении такого ребенка.

Наша задача: дать приемным родителям знания, которые подготовят их к трудным – порой даже мрачным – моментам на этом пути, вооружат их для деятельного проявления любви. Многие приемные родители чувствуют себя как на войне; и большинство из них и представить себе не могли, *что именно* имел в виду представитель органа опеки, когда говорил: «Дима бывает иногда несколько бурным и активным ребенком».

Воспитание детей-сирот, переживших душевную травму, может быть непростым делом. Но оно может стать легче, радостнее и эффективнее, когда вы ясно представляете, кого вы воспитываете и как это лучше всего это делать. Пусть ваш воспитанник не всегда будет ценить вашу помощь – или показывать вам это, – но это нормальная часть процесса. В конце концов, кто среди нас достаточно ценил то, что наши собственные родители делали для нас, когда мы были детьми?

Сегодня, когда растет число психологически травмированных детей, передаваемых на усыновление, особенно важно подготовить будущих родителей к грядущим трудностям. Им потребуется поддержка не только специалистов, но и общества в целом, учитывая, как часто окружающие неверно истолковывают и действия, и мотивы приемных родителей.

Вначале окружающие называют замещающих родителей «ангелами» за то, что те взяли в семью ребенка-сироту. Со временем глубинное душевное неблагополучие приемного ребенка становится заметным. Трудности в его воспитании делаются очевидными, и люди отдаляются от приемной семьи. Они начинают судить приемных родителей, отказывают им и в поддержке, и в сочувствии. Те, кого раньше считали святыми, замыкаются в себе, потому что боятся рассказать об истинном положении дел. Родители размышляют так: «Кто сможет нас понять? Как такой милый малыш может приносить столько огорчений? Как такая кроха могла внести такой ужасный разлад в нашу семью?»

Именно такие непростые ситуации и заставили нас написать эту книгу. Мы рассмотрим все решения, которые могут помочь приемным семьям в воспитании детей-сирот. Мы поможем родителям понять, чем именно порождена их тревога и что заставляет их сомневаться в собственной родительской полноценности. Мы вдохнем столько надежды, сколько возможно, и поделимся некоторыми конкретными приемами, которые помогут сделать путь воспитания более гладким, продуктивным и радостным.

Нет универсального ключа ко всем проблемам. Нет волшебной палочки, которая стирает из памяти ребенка пережитую боль.

Нет решений, которые бы полностью избавили родителей от переживаний. Забота о душевно травмированном ребенке – это путешествие, полное неожиданностей, боли, неуверенности, неожиданных радостей, ни с чем несравнимого волнения и постоянных вопросов о том, что ожидает за поворотом, как долго продлятся мир и любовь и когда грянет следующий кризис.

Когда «карусель» переездов из одной приемной семьи в другую наконец-то останавливается и ребенок оказывается в постоянной замещающей семье, приходит пора «американских горок». Мы надеемся, что эта книга подарит усыновителям надежду, силу духа, мужество и целеустремленность, без которых трудно преодолеть все неожиданные повороты и падения этого «аттракциона». Каждый, кто успешно проходит это испытание, в итоге помогает «раненому» ребенку исцелиться и вырасти в полноценную личность. На этом пути и сами родители «обращены» взять новую высоту. Мы надеемся, что с нашей помощью вы найдете в себе силы и творческие способности, чтобы стать для вашего ребенка именно таким родителем, каким вы всегда мечтали быть.

Читая эту книгу, просим вас не забывать о следующих простых истинах в воспитании душевного травмированного ребенка-сироты:

- Воспитание ребенка, пережившего душевную травму, требует любви, терпения и четкого ожидания перемен к лучшему.
- Воспитание такого ребенка часто сопряжено с душевной болью.
- Ребенок, переживший душевную травму, приносит свою боль в новую се-

мью и делится ею решительно и постоянно.

- Приемные родители, которые как раз не причиняли такому ребенку никакого вреда, часто страдают от последствий его тяжелого прошлого.
- Хотя такой ребенок постоянно пытается вызвать гнев приемных родителей, дети в принципе не способны сформировать прочную привязанность к хронически раздраженным родителям.
- Гнев мешает исцелению.
- Забота и уход помогают исцелению, развитию и формированию доверия.
- Нет нужды негативно реагировать на *каждый* проступок ребенка.
- Участие в семейном отдыхе не должно определяться поведением ребенка.
- Приемным родителям надо быть готовыми к трудному началу – и постепенному улучшению ситуации.
- Приемные родители должны проводить достаточно времени – нет, *много* времени! – со своими детьми.
- Родительская любовь предполагает жертвы.
- Приемные родители должны заботиться о себе, но не в ущерб интересам ребенка.
- Когда родители «срезают углы», пытаясь сэкономить время и силы, расплачиваются за это и они сами, и их дети.
- Ожидания более эффективны, чем десятки правил.
- Прошлое ребенка всегда рядом, и оно влияет на его настоящее и будущее.
- Приемные родители должны ясно определить, какая информация должна остаться внутри семьи; что можно, а что не стоит рассказывать посторонним людям.
- Воспитание «твердой рукой» - это совсем не то же самое, что воспитание жестокостью.
- Раздраженный родитель не усмирит неуправляемого, не подбодрит запуганного и не излечит душевно травмированного ребенка.
- Если ваш ребенок приехал из другой страны, то перенесенные им боль и потери очень похожи на те, что и у «родного» сироты.
- «Раненым» детям становится лучше, когда родители облегчают их душевную боль, усмиряют их гнев, развеивают их страхи - и контролируют их окружение.
- Независимо от биологического возраста, любой душевно травмированный ребенок нуждается в «повторении *не* пройденного» воспитания. Поэтому, прежде чем идти вперед, приемным родителям необходимо вернуться назад и наверстать упущенное.

Глава 1

КТО ТАКОЙ ДУШЕВНО ТРАВМИРОВАННЫЙ РЕБЕНОК?

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ЦИКЛЕ ПРИВЯЗАННОСТИ

Для тех, кто уже прочел книгу «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”), или сам хорошо разбирается в вопросах формирования привязанности, эта Глава из нашей первой книги (в сокращенном варианте) послужит кратким повторением пройденного. Для новичков она станет введением в понятие «душевно травмированный ребенок».

Всем известны старые поговорки: «Брань на ворота не виснет», «Хоть горшком назови, только в печку не ставь», чей смысл в том, что слова не способны ранить так же глубоко, как физические удары. Но для ребенка, пережившего жестокое обращение, нет ничего более далекого от истины. В то время как следы физического насилия со временем обычно стираются, психологические обиды вызывают глубокую и долгую боль. Невидимые раны еще долго терзают детскую душу, порождая непрерывные трудности и для самого ребенка, и для его приемной семьи.

Не все усыновленные дети подвергались в своем раннем детстве физическому или психологическому насилию, либо страдали от запущенности или жестокого обращения. В этих случаях проблемы их поведения типичны для всех детей, и к ним могут добавляться лишь трудности, непосредственно связанные с усыновлением. Но у тех приемных детей-сирот, чье начало жизни было крайне тяжелым, есть целый ряд особых осложнений в развитии, напрямую вытекающих из перенесенного отрицательного опыта.

Проблемы детей-сирот, с которыми чаще всего сталкиваются приемные родители, вероятнее всего, объясняются именно нарушениями в формировании привязанности в течение первых трех лет жизни. Это расстройство часто диагностируют как **реактивное расстройство привязанности (*Reactive Attachment Disorder*)**, которое ухудшает – вплоть до полной утраты – способность ребенка доверять и привязываться к другим людям.

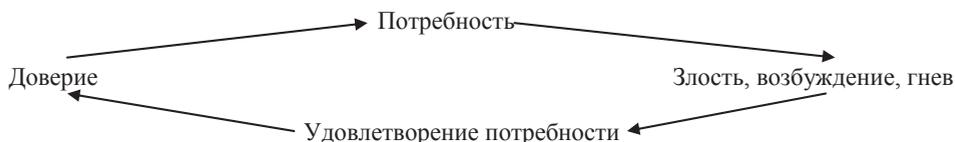
Во многих случаях приемные матери раньше отцов чувствуют, что у ребенка есть проблемы с формированием привязанности. Это объясняется тем, что благополучные дети прежде всего привязываются к своей матери – и этот процесс начинается еще в материнской утробе. Большинство же усыновляемых детей-сирот подсознательно обвиняют именно биологических матерей в том, что те бросили их, или жестоко обращались с ними, или не заботились должным образом, и поэтому именно на приемных матерей эти дети выплескивают свои самые негативные реакции.

На первой же консультации маленькой Лары ее приемный отец заявил, что с девочкой все в порядке, а все проблемы – в голове его жены. Каждый раз во время очередной сессии, отец и мать наблюдали по видеомонитору из другой комнаты, как их приемная дочь манипулирует, сквернословит, врет и пытается показать психотерапевту, кто тут начальник. «Папина дочка» проявила себя во всей красе, и отец признался, что с трудом верил собственным глазам. Мать Лары была наконец реабилитирована, отец – прощен за наивность, а семья смогла встать на путь выздоровления.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРИВЯЗАННОСТИ В ВАЖНЕЙШИЕ ГОДЫ ЖИЗНИ

По мнению большинства специалистов, особую роль в формировании привязанности играют первые 1,5 - 3 года жизни ребенка. В норме в этом возрасте ребенок в избытке получает любовь, питание и необходимый уход. И именно в это время вновь и вновь повторяется следующий цикл формирования привязанности:

- У ребенка возникает потребность в чем-либо.
- Он выражает ее плачем, или беспокойством, или любым иным образом.
- Взрослый, который ухаживает за ребенком, удовлетворяет потребность ребенка: берет его на руки, играет с ним, смотрит в глаза, говорит с ним, укачивает или прижимает к себе, кормит или меняет пеленки.
- Удовлетворение потребности формирует у ребенка чувство доверия к людям.



Когда ребенок сталкивается с жестоким обращением или пренебрежением со стороны взрослых, описанный цикл формирования привязанности может прерваться, что приводит к серьезным проблемам в формировании личности ребенка и негативно влияет на течение всей его жизни. Например, сложности могут возникнуть в таких важных областях, как:

- Формирование социальных навыков и навыков общения.
- Когнитивное развитие.
- Эмоциональное развитие.
- Понимание причинно-следственных связей.
- Формирование чувства стыда («совести»).
- Умение строить отношения на условиях взаимности.
- Умение выполнять родительские функции в будущем.
- Умение принимать ответственность.

*СИМПТОМЫ РЕАКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА ПРИВЯЗАННОСТИ
(REACTIVE ATTACHMENT DISORDER)*

В неблагополучной семье ребенок не имеет возможности прожить полный цикл формирования привязанности. Это может привести к развитию следующих симптомов расстройства привязанности (всех или некоторых из них):

- ребенок кажется «очаровашкой» при поверхностном общении;
- ребенок проявляет привязанность к незнакомым людям без разбора;
- ребенок не отвечает на ласку со стороны родителя, если контакт был инициирован последним (например, не любит шутливо бороться, обниматься по инициативе родителя);
- ребенок избегает смотреть в глаза родителю, если зрительный контакт был инициирован последним;
- ребенок задает бессмысленные, навязчивые вопросы и\или постоянно болтает;
- ребенок демонстрирует неадекватно требовательное или прилипчивое поведение;
- ребенок явно, бессмысленно лжет («первичная ложь»);
- ребенок ворует;
- ребенок склонен причинять вред самому себе и\или другим людям, а также портить вещи («склонен» к несчастным случаям);
- ребенок демонстрирует необычное отношение к еде;
- ребенок не способен контролировать порывы (зачастую гиперактивен);
- ребенок отстает в учебе;
- у ребенка есть отклонения в развитии речи;
- у ребенка плохие отношения со сверстниками;
- ребенок плохо понимает причинно-следственные связи;
- у ребенка недостаточно развито чувство стыда («совесть»);
- ребенок жесток к животным;
- ребенок проявляет нездоровый интерес к огню.

Когда приемные родители сталкиваются с подобными проявлениями, их боль и огорчение безмерны - как и надежда на выздоровление ребенка, если синдром расстройства привязанности был успешно диагностирован. Без своевременной и правильной диагностики невозможна адекватная терапия, которая могла бы заполнить пробелы в раннем развитии ребенка и помочь ему развиваться в полноценную личность.

Джейсона отобрали у биологической матери, которая совершенно им не занималась, в возрасте одного года. Сначала его поместили в очень

заботливую приемную семью, а в два с половиной года передали на усыновление. К шести годам Джейсон регулярно бил и кусал свою приемную мать и других взрослых. Из-за пережитого безразличия со стороны биоматери и подсознательного чувства гнева и сожаления после расставания с приемной семьей у мальчика возникли серьезные психологические трудности. Хотя в истории этого ребенка было относительно мало смены семей и много любви со стороны замещающих родителей, чувство потери так и не оставило Джейсона и помешало формированию у него привязанности к приемным родителям.

ПОСЛЕДСТВИЯ ЖЕСТКОГО ОБРАЩЕНИЯ И ЗАБРОШЕННОСТИ

Первые кирпичики в развитии ребенка закладываются еще до его рождения. Чтобы быть здоровым, ребенок должен получать достаточно питания и быть избавлен от воздействия вредных веществ в течение всех девяти месяцев беременности.

Многие из детей, которым посвящена эта книга, были рождены матерями, страдающими от наркотической и/или алкогольной зависимости. Этих детей по праву можно считать самыми юными жертвами жестокого обращения, потому что еще до рождения безответственное поведение их матерей мешало нормальному развитию некоторых физиологических систем ребенка. Для многих из таких детей привязаться к ухаживающему за ними взрослому трудно само по себе, так как из-за незрелой нервной системы они сверхчувствительны к любой стимуляции. Свет их раздражает, а самое легкое прикосновение может восприниматься как боль. При этом у любого ребенка, страдающего от хронической боли, может развиться расстройство чувства привязанности, потому что такая боль сама по себе снижает способность формировать близкие эмоциональные связи даже с самым любящим и заботливым взрослым.

К сожалению, чаще всего за младенцем с синдромом внутриутробного алкогольного или наркотического отравления ухаживает алко- или наркозависимая мать, не способная обеспечить даже простейший уход. В то же время повышенная чувствительность и возбудимость такого ребенка требуют от матери даже большего внимания, чем обычно, что может спровоцировать более жестокое обращение и\или полное пренебрежение в отношении ребенка.

Дети, которых помещают в дом ребенка вскоре после рождения, получают очень мало индивидуального внимания. В какой бы стране мира ни находился детский дом, пребывание в нем с раннего возраста может плохо отразиться на развитии малыша и затруднить формирование чувства привязанности.

Независимо от того, когда именно – во время беременности или после рождения – ребенок пережил жестокое обращение и/или заброшенность, результаты могут быть похожими. Если цикл формирования привязанности прерывается, то способность формировать привязанность может быть тоже нарушена в какой-то степени. Без адекватной психотерапевтической помощи это эмоциональное расстройство может преследовать ребенка всю оставшуюся жизнь.

Мише было десять месяцев, когда его передали в приемную семью с диагнозом «отставание в развитии». К моменту усыновления в возрасте трех лет физические признаки отставания в развитии Миши исчезли, но чувство гнева у него осталось. Михаил пришел к нам на консультацию в возрасте пятнадцати лет после многочисленных попыток лечения, включая психологическое консультирование, курсы управления гневом, амбулаторные и стационарные курсы терапии. Когда мы показали Михаилу фотографию ребенка с отставанием в развитии и объяснили причину и адресат его гнева, поведение мальчика начало меняться, и он смог почувствовать себя частью приемной семьи.

ВЫБОР ПОДХОДЯЩЕЙ ТЕРАПИИ

В лечении нарушений в формировании привязанности эффективнее всего терапия, направленная на решение конкретных проблем приемной семьи и ребенка. Особые трудности требуют особых решений, и «общее мерло» тут бессмысленно. В большинстве случаев первым шагом к семейной гармонии становится поиск терапевта, способного определить правильное направление движения.

До сих пор приемные родители жалуются нам на то, что психологи возлагают на них всю вину за проблемы в поведении приемных детей. К сожалению, немногие специалисты, работающие с приемными семьями, хорошо ориентируются в психологических вопросах усыновления. Более того, они часто недооценивают степень потенциального ущерба, который может нанести личности приемного ребенка ранняя травма. Это обстоятельство особенно тревожит, учитывая, что вмешательство подобных специалистов - хотя и действующих из самых лучших побуждений - не только не приносит обещанных результатов, но и усугубляет патологию приемного ребенка и осложняет работу последующих психотерапевтов. Нам нередко приходилось работать с приемными семьями, которые сменили по 4 - 6 специалистов, так и не ощутив результатов их работы.

Двадцатичетырехлетнюю Бет усыновили в возрасте восемнадцати месяцев. Она ходила на консультации психолога, чтобы понять, почему ей настолько трудно брать на себя обязательства – как в отношениях с людьми, так и в работе. Бет подозревала, что эти проблемы могут быть связаны с обстоятельствами ее раннего детства, и поэтому она начала задавать своему психотерапевту вопросы о проблемах усыновления и формирования привязанности. Но его ответы типа: «А я этого не знал» и «Можно ли у вас взять почитать книги на эту тему?» раздражали Бет. В конце концов, ей надоело тратить деньги на обучение собственного психотерапевта, и она перешла к специалисту, который лучше разбирался в вопросах усыновления. Он смог помочь Бет.

Причина неэффективности традиционной психотерапии поразительно банальна. Классическое психотерапевтическое образование хорошо изучило типичную невротическую личность, но не учитывает тот факт, что консультируемые дети в своем психологическом развитии могут остановиться на этапе, слишком раннем для развития типичного невроза.

КОГДА ТЕРАПИЯ НЕ ПОМОГАЕТ

Молодые люди с задержками развития - социальными, психологическими или когнитивными – очень быстро «раскусывают» стиль работы и задачи традиционного психотерапевта. Они убедительно играют роль жертвы, чтобы вызвать у психотерапевта невольное сочувствие. Клинический психолог редко сомневается в искренности ребенка-«жертвы», хотя только так можно понять, что эта жертвенность совершенно притворна. Полученное обманом сочувствие психотерапевта насколько же укрепляет власть ребенка, насколько лишает этой власти его приемных родителей.

Ситуацию осложняет и то, что у многих детей, переживших жестокое обращение или заброшенность в раннем детстве, так и не сформировался тот набор внутренних ценностей, с помощью которых они оценивают себя и других. Они не способны не только сочувствовать другим людям, но и принимать их сочувствие. Не развита у них и способность «схватывать суть» окружающих явлений, поэтому такие дети склонны переносить вину на других людей и даже на предметы. Например, своих родителей эти дети обвиняют в том, что сами на них сердятся, а игрушки в том, что в их руках те ломаются. Такие дети возлагают вину за собственные проступки на то, что по своей природе не может ни за что отвечать.

Чаще всего стремление перекладывать вину на окружающих свидетельствует о недостаточном развитии совести у ребенка. Virtuозно владея искусством поверхностного очарования, эти дети легко заманивают психотерапевта в свой искаженный мир. Туда же им удается порой увлечь школьных учителей и других взрослых, которые уверены, что «милые детки» очень легки в общении, а их приемные родители, - которые вроде бы должны знать своих детей лучше всех, - просто не понимают своего счастья.

Многие специалисты спешат найти оправдания для беспомощности и социальной некомпетентности этих детей. Подобная реакция со стороны вроде бы неглупых и доброжелательных взрослых не приносит ничего хорошего. Напротив, она создает враждебный «треугольник» (приемные родители – приемный ребенок – психотерапевт) из того, что должно быть единой командой.

В описанную ловушку попадают десятки специалистов, чья работа теряет какой-либо смысл, как только они перекладывают ответственность за любые трудности приемного ребенка на приемных родителей или на семью в целом. Дети и подростки с расстройством привязанности прекрасно умеют предвосхищать и управлять реакциями психотерапевтов – а ведь все должно быть

строго наоборот!

Интересно, что специалистам, очарованным детьми с расстройством привязанности, работа с приемными родителями обычно кажется гораздо более трудной. Дело в том, что такие специалисты делают акцент на безоговорочном понимании и принятии ребенка со стороны родителей, что подразумевает (о чем терапевт заявляет иногда и прямым текстом), что источник всех проблем именно в родителях.

Когда приемные родители начинают верить в это, они пытаются изменить ситуацию, изменив себя. Специалист способен убедить в необходимости изменить собственное поведение даже тех родителей, которые твердо знают, что *до усыновления* они были совершенно нормальными людьми. И вот тогда навязанное восприятие вступает в противоречие с собственным опытом, и приемному родителю начинает казаться, что он сходит с ума.

Одинокая мать Мэри усыновила троих детей. «Если еще кто-нибудь скажет мне, что я святая, я закричу! Иногда эти дети меня так доводят, а ведь я стараюсь изо всех сил... Когда люди говорят мне, что я святая, я чувствую себя обманщицей. Никто не знает, как они порой меня раздражают...».

Многие приемные родители, с которыми мы работали, рассказывали о многолетней бесполезной терапии. По предложению психотерапевтов, чьи симпатии были исключительно на стороне приемного ребенка, они составляли графики домашних дел, придумывали награды и поощрения за хорошее поведение и назначали денежные штрафы за плохое поведение своих детей. Им часто приходилось идти против собственных педагогических убеждений, менять свои ожидания и нарушать собственные правила. По вине психотерапевтов родители теряли свою направляющую роль в семье, фактически передавая всю полноту власти в руки «непростого» приемного ребенка. В результате у ребенка пропадали какие-либо мотивы хотя что-то менять в своем поведении.

Естественно, что после многих безуспешных попыток подобной терапии приемные родители становятся сдержанными и недоверчивыми и занимают по отношению к психологу оборонительную позицию. И тогда, действительно, может сложиться впечатление, что именно приемные родители нуждаются в профессиональной помощи. Иногда на консультациях мы спрашиваем у приемных родителей полушутя, полусерьезно: «А до усыновления ребенка вы чувствовали и вели себя *так же* безумно, как, например, сейчас?» И почти всегда в ответ слышим: «Ну, наконец-то, хоть кто-то понимает, *что* мы чувствуем!»

В ЧЕМ ЗАЛОГ УСПЕШНОЙ ТЕРАПИИ?

Ребенку с расстройством привязанности невозможно помочь без психотерапевтической поддержки его приемных родителей. Такая поддержка позволяет:

- Компенсировать годы недоверия и недооценки усилий приемных родителей со стороны психотерапевтов, педагогов, социальных работников и родственников.
- Создать атмосферу поддержки со стороны терапевта, которая позволит приемным родителям лучше усвоить, проанализировать и применить новые знания.

Посмотрим правде в глаза: любой человек скорее склонен прислушаться и согласиться с мнением союзника, чем обвинителя. Кроме того, приемные родители с большей готовностью меняют привычные методы воспитания, если чувствуют поддержку со стороны специалиста.

После усыновления двоих детей из-за рубежа к нам в центр пришла семья Смитов, переживавшая кризис. Агентство по усыновлению обанкротилось, а родственники не интересовались детьми, которых считали не «настоящими Смитами». Приемная мать была крайне раздражена, а приемный отец отрицал какие-либо трудности. Мы предложили Смитам присоединиться к группе поддержки для родителей детей с расстройством привязанности. В то время как приемные матери из группы энергично поддержали г-жу Смит, опытные приемные отцы быстро открыли г-ну Смиту глаза на реальное положение дел. Вскоре Смиты научились с юмором воспринимать выходки своих приемных детей. Они с нетерпением ожидали собраний группы, чтобы поделиться и получить советы.

Мы всегда ясно даем понять приемным родителям, что они не несут ответственности за те проблемы, с которыми дети пришли в их семью. Тем не менее, они обязаны всеми способами помочь своим детям преодолеть эти проблемы. Поэтому мы ожидаем, что родители проявят силу характера, последовательность, гибкость и упорство.

Это не означает, что мы даем приемным родителям полную свободу действий. Хотя родители должны быть руководителями в своей семье, наша обязанность - помочь им внести в общение с детьми те изменения, которые мы считаем необходимыми с точки зрения терапевтических задач.

Нас всегда удивляли рассказы о психотерапевтах, которые работают с детьми, не посвящая в этот процесс их родителей. Родители наших маленьких пациентов всегда либо лично присутствуют на сеансе либо наблюдают за ним из другой комнаты. Глубоко уважая конфиденциальный характер некоторых видов психотерапии, мы в то же время твердо убеждены, что родители обязаны знать о сути работы психотерапевта, если речь идет о ребенке с расстройством привязанности.

Мы стараемся быть честными и в общении с приемным ребенком, и эта открытость

всегда давала положительный эффект. Дети, с которыми нам довелось работать, всегда охотно принимали следующую договоренность: «Твои приемные родители – очень важные люди в твоей жизни. Мы считаем, что они лучше других могут помочь тебе, и поэтому хотим, чтобы они знали обо всем, что происходит в нашей с тобой работе. Между нами и твоими родителями не может быть секретов ни о том, что происходит в этом кабинете, ни о том, что происходит дома».

ЛЕКАРСТВА: НУЖНЫ ИЛИ НЕТ?

В процессе психотерапии часто поднимается вопрос о медикаментозной поддержке. Некоторые приемные родители заранее отказываются от каких-либо лекарств, мотивируя свое решение, например, так: «Я не хочу, чтобы мой ребенок принимал психотропные препараты» или: «Я не доверяю лекарствам – я даже аспирин ребенку не даю без острой необходимости». Однако реальность не так однозначна: существуют такие психические расстройства, которые имеют явно выраженный органический компонент и поэтому хорошо поддаются именно медикаментозной коррекции. Отрицать пользу рецептурных лекарств в лечении некоторых проблем детей и подростков так же неразумно, как отрицать пользу инсулина в лечении диабета.

Родители должны доверять профессиональному опыту лечащего врача и следовать его советам. Кроме этого, следует внимательно следить за изменениями в поведении ребенка во время приема лекарств. Возможны все варианты: и значительное улучшение в поведении ребенка; и случаи, когда состояние ребенка практически не менялось либо улучшалось незначительно; и крайнее ухудшение состояния ребенка. Категорически не рекомендуется изменять дозировку лекарств без предварительной консультации с лечащим врачом! Изменения дозировки могут быть не только бесполезны – и это в лучшем случае, – а откровенно вредоносны для ребенка. При этом медикаментозное лечение дает максимальный эффект лишь в сочетании с соответствующей поддерживающей терапией.

РОЛЬ ПРИЕМНЫХ РОДИТЕЛЕЙ В ПСИХОТЕРАПИИ

Когда ребенок отстает в развитии и страдает от расстройства привязанности – и, естественно, демонстрирует серьезные проблемы в поведении, – приемные родители часто начинают воспринимать все происходящее слишком драматично. В то время как их приемные дети почти ничего не принимают всерьез, родители ни в чем не дают себе поблажки и не спускают себе ни малейшей ошибки. Напротив, самые мелкие проблемы принимают в их глазах масштабы катастрофы. Этот «снежный ком» трудностей отпугивает родных и друзей, и приемная семья оказывается в социальной изоляции.

Как и у большинства людей, у приемных родителей могут быть собственные психологические проблемы. Так как душевно травмированные дети отлично чувствуют «слабые места» других людей, они безошибочно выявляют слабости собственных

приемных родителей – и немилосердно вытаскивают их на свет, растравливают, бедрят родительские тайные раны... Если у приемного родителя есть хоть одна такая психологическая «кнопка», ребенок с расстройством привязанности обязательно ее обнаружит. А обнаружив, будет давить на нее самым безжалостным образом.

Каждый день, проведенный вместе с «непростым» приемным ребенком, заставляет родителя лишь острее прочувствовать свои собственные душевные проблемы. Чаще всего этот скрытый конфликт сводится к борьбе с ребенком за власть в семье. В будущем родителям очень непросто выйти из этой войны, которую объявил когда-то их собственный приемный ребенок.

По нашему мнению, терапия в таких случаях следует проводить по двум направлениям. Прежде всего, необходимо выявить и разрешить психологические проблемы самих приемных родителей. Одновременно следует вооружить родителей практическими инструментами для восстановления эмоционального баланса в семье. Получается, что при работе с приемными родителями психотерапевт должен быть готов выступить сразу в нескольких ипостасях: и наставника, и советчика, и просветителя в области психологии, и союзника, и оппонента, и проводника в пути.

Первичная оценка общего состояния приемной семьи включает подробную письменную автобиографию каждого из приемных родителей; историю приемного ребенка; психологическую оценку супружеской пары либо одинокого родителя; и общую оценку семьи, которая должна быть сделана с учетом психологических особенностей приемного ребенка.

СДЕЛАТЬ ПЕРЕРЫВ, ЧТОБЫ ЗАВЕРШИТЬ НАЧАТОЕ

Пока приемный ребенок проходит психотерапию, его родителям следует непременно время от времени отдыхать от бесконечных психологических консультаций, от общения со школой и правоохранительными органами, а также от других не самых приятных моментов, часто сопровождающих воспитание «трудного» ребенка. Если приемные родители хорошо о себе заботятся, они продолжают расти и развиваться как личности. Они становятся сильнее духом и увереннее в своих силах, и им все чаще хочется посмеяться над проблемами, которые раньше они решали только с участием психолога. Приемные родители начинают вдруг осознавать, что в их повседневной жизни появляется все больше положительных моментов, и это неожиданное открытие приносит большую радость.

Как специалисты, мы испытываем особое волнение, когда видим, что вместо того, чтобы реагировать на уже случившееся, приемные родители начинают действовать на опережение. В этот момент мы понимаем, что в терапии начался значительный прогресс. Это значит, что не только приемный ребенок начал развиваться в правильном направлении, но и его родители смогли опередить его ровно настолько, чтобы поддержать и порадоваться его успехам на этом пути.

Глава 2

ОТВАЖИТЬСЯ БЫТЬ РОДИТЕЛЕМ

КАК ЗАНЯТЬ МЕСТО РОДИТЕЛЯ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА

Воспитание ребенка – грандиознейшая задача. Многие взрослые, уверенные в себе во всех других отношениях, начинают всерьез сомневаться в своих силах, когда сталкиваются с многочисленными социальными институтами, участвующими сейчас в воспитании ребенка - начиная со школы и социальных служб и заканчивая детскими психологами и терапевтами. Обилие книг о воспитании детей, которое мы наблюдаем сегодня на рынке, также подспудно подрывает родительскую веру в собственные силы. Вся эта специализированная литература посылает родителям сигнал, что без нее они заведомо обречены на провал.

Но истина все-таки в другом. Какой важной ни была бы роль социальных институтов, какие бы ценные рекомендации и советы ни давали авторы умных книг о воспитании, в конечном итоге воспитать своих детей способны только родители. Именно они, на собственном примере и путем ежедневного закрепления желательного поведения, способны заложить у ребенка здоровые нравственные основы.

Если общество хочет вырастить из детей полноценных взрослых с твердой системой ценностей, то начинать надо с родителей, способных дать такое воспитание. На самом деле, что бы ни говорил очередной бестселлер о революционных педагогических методиках, большинство из нас и без него хорошо справляются с воспитанием собственных детей.

Согласитесь: кое в чем наши родители отлично умели нас воспитывать, и их методы можно смело использовать и в наши дни. И даже если некоторые их приемы нам не особо подходят, но в воспитании детей большинство из нас все равно автоматически воспроизводит собственный детский опыт. Действительно, ведь цель любого воспитания – это добиться, чтобы ребенок усвоил получаемые знания на уровне подсознания, чтобы они стали его привычкой, частью личности, т.е. научить ребенка, «как жить».

Понятие неблагополучной семьи стало популярным в конце семидесятых - восьмидесятых годов, когда все вдруг обнаружили у себя какие-нибудь расстройства и комплексы «родом из детства». Однажды авторы наткнулись на карикатуру, где был изображен одинокий человек, сидящий в большой пустой аудитории. Под рисунком стояла подпись: «Встреча тех, кто вырос в нормальной семье». В этой карикатуре хорошо отражен дух того времени, когда считалось, что у каждого есть какое-либо отклонение, и в его возникновении виноваты именно родители.

Но в жизни больше полутонов. Мы сказали бы так: ошибки совершают *все* родители. *Некоторые* родители совершают их больше, чем другие. И лишь *единицы* ошибаются практически во всем. К последней категории относятся биологические

родители детей, подвергшихся насилию или запущенности. Родительские навыки этих людей были настолько ограниченными, что социальным службам пришлось отобрать у них детей.

Мы полагаем, что читатели этой книги относятся как раз к первым двум категориям родителей. Парадоксально, но к таким вот нормальным родителям общество предъявляет значительно более высокие требования, чем к тем, кто проявил или проявляет к своим детям особую жестокость. Более того, окружающие зачастую не понимают, что дети-сироты, пострадавшие от рук собственных биородителей, привносят в жизнь новой семьи непростую динамику. Из-за этого непонимания посторонние люди судят, обвиняют и зачастую подрывают авторитет приемных родителей. При этом они слишком часто торопятся обвинить родителей в психологическом насилии над ребенком, не выяснив всех обстоятельств дела.

Тэмми – пятнадцатилетняя девочка-подросток с серьезными психологическими расстройствами, склонная к членовредительству. Ее приемным родителям приходилось прятать все предметы в доме, которые могли быть опасны для Тэмми – а это очень сложная задача, когда ребенок сам ищет опасность. Тэмми запретили пользоваться безопасной бритвой, так как она научилась делать ею надрезы на теле. Даже электробритву она ухитрилась использовать как новый вид оружия против своих покрытых многочисленными шрамами ног, и родители отобрали ее тоже.

Рыдая, Тэмми побежала жаловаться на родителей школьному психологу: “Мне не разрешают пользоваться бритвой, и теперь в классе все надо мной смеются!”. Возмущенная жестокостью и черствостью приемных родителей, педагог немедленно купила девочке несколько безопасных бритв, которыми Тэмми в тот же день изрезала в кровь ноги и подмышки.

Принимая это решение, школьный психолог полностью проигнорировала мнение приемных родителей Тэмми. Ей даже в голову не пришло выяснить у них, по какой именно причине они запретили девочке пользоваться бритвами. Можно сказать, что Тэмми удалось заманить педагога на свою сторону в нездоровой борьбе против приемных родителей.

Специалисты, работающие с детьми с какими-либо психологическими нарушениями, обязаны сообщать приемным родителям обо всех своих действиях. В свою очередь, приемные родители должны настаивать на своей особой роли в жизни ребенка. Принцип защиты личного пространства и конфиденциальности информации о ребенке или подростке не применим в тех случаях, когда у детей есть проблемы, о которых родители должны знать.

Слишком часто конфиденциальными считаются любые сведения о лечении ребенка, кроме связанных с его личной безопасностью или, например, об откровенно суицидальных наклонностях. Специалистам психологических служб следует всегда помнить, что основную ответственность за благополучие ребенка несут именно его родители, поэтому они должны быть в курсе всего, что требует их внимания.

Каким образом родители смогут улучшить поведение ребенка, если они почти ничего о нем не знают?

Интересный факт: сейчас даже для обычной школьной экскурсии у родителей требуют письменное разрешение и медицинскую форму на ребенка, но в то же время в некоторых штатах США посторонние люди могут без согласия родителей не только выписать ребенку контрацептивные препараты, но даже сделать аборт. Если мы хотим видеть семью крепкой ячейкой общества, то подобное попираание родительского авторитета не только абсурдно, но и крайне деструктивно.

ЧЕГО БОИТСЯ РЕБЕНОК, ПЕРЕЖИВШИЙ ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ

Страхи, которые испытывают дети, пережившие психологическое или физическое насилие, отличаются от страхов их здоровых сверстников. Такие дети особенно остро осознают свою уязвимость, поэтому им особенно страшно потерять контроль над ситуацией или подчиниться власти другого человека. Эти дети боятся всего, что, по их мнению, может причинить вред, и каждого, кто, с их точки зрения, может бросить их в беде. Лишь изучив особую природу страхов таких детей, можно выбрать оптимальный метод их воспитания.

Здоровые страхи и страхи патологические

Парадоксальность психики детей, перенесших особенно жестокое обращение, заключается в следующем: поскольку их жизнь неоднократно подвергалась прямой угрозе из-за хронической запущенности или, наоборот, физического насилия, у таких детей формируется «менталитет выжившего». Они начинают верить, что если им удалось выжить в этом кошмаре, значит, они очень сильны. Такие дети верят в собственное всемогущество и яростно отрицают свою уязвимость. По сути, они становятся бесстрашными.

Каждый раз во время походов по магазинам четырехлетний Томми убегает от родителей. Он подходит к совершенно незнакомым людям, толкает их или пытается потрогать за интимные места. Родители жалуются, что мальчик абсолютно ничего не боится и может сделать все, что взбредет в голову, - где угодно и когда угодно. Единственное, что внушает ему настоящий ужас, - это хоть в чем-то подчиниться маме или папе. Стоит попытаться вымыть Томми, причесать или одеть, как он вырывается из рук. Как говорят сами родители: "Он просто помешан на контроле!"

Конечно, страх Томми носит нездоровый характер. Здоровый детский страх со временем начинает переходить в уважение, что впоследствии перерастает в способность сопереживать и любить. Это нормальные этапы развития личности, и они должны быть пройдены последовательно, один за другим. Если ребенок про-

пустил один из них, он просто не сможет выйти на следующий уровень.

Малолетним детям бояться бывает полезно. В раннем детстве страх - один из важнейших механизмов сдерживания, так как маленькие дети часто принимают правильное решение под давлением страха перед возможной реакцией родителей. И разве плохо, что пока у ребенка не сформируется собственная совесть и «внутренний тормоз», хотя бы страх перед родителями заставляет его делать правильный выбор?

К тому же мы порой забываем, что и отрицательный опыт приносит положительные плоды. Неудачи преподают нам не меньше полезных уроков, чем успехи. Вот как сказал об этом известный американский баскетболист Майкл Джордан: «За свою карьеру я промахнулся более 9000 раз. Я проиграл почти 300 игр. Двадцать шесть раз мне доверяли сделать решающий бросок мяча, и я промахивался. В своей жизни я терпел неудачу за неудачей. Именно поэтому я добился успеха». Эти мудрые слова не нуждаются в комментариях.

Уязвимость

Дети, пережившие психологическое или физическое насилие, боятся вступать в сотрудничество, идти на уступки, учитывать пожелания других. С точки зрения таких детей, подобное поведение равноценно подчинению, что означает поражение. Горький опыт научил их сопротивляться *любому* предложению, если оно исходит от другого человека; саботировать *каждую* внешнюю инициативу; игнорировать *все* желания окружающих. Как следствие, любой, даже самый ничтожный, вопрос может спровоцировать отчаянное сопротивление со стороны такого ребенка.

Интересно, что для приемных родителей подобное сопротивление имеет совсем иное значение, чем для душевно травмированного ребенка. В то время, как родители пытаются всего лишь добиться от ребенка выполнения простейших обязанностей: например, одеться в школу, накрыть на стол или убрать игрушки, - в представлении самого ребенка на кон поставлено не меньше, чем его собственное выживание. Ребенок сопротивляется вторжению в свое личное пространство и попыткам руководить его поведением, потому что для него это борьба за саму жизнь. И в этой борьбе ему приходится проявлять крайнее упрямство, несговорчивость и неуправляемость. Представьте, насколько энергичным было бы ваше собственное сопротивление, если бы вам казалось, что малейшая уступка означает верную смерть?

Пережив насилие, ребенок учится делать ставку на абсолютный контроль над своим окружением. Это действительно самый эффективный способ выживания при жестоком обращении со стороны взрослых, но в нормальной семье он не уместен. Напротив, чтобы прижиться в благополучной семье, приемному ребенку как раз следует отказаться от привычки тотального контроля. Те умения, которые помогали ему выжить в прошлом, не только осложняют, но и угрожают его выживанию в новых условиях. Чтобы стать полноценным членом общества, такому ребенку необходимо полностью изменить свое мышление, и задача приемных родителей состоит как раз в том, чтобы помочь ему сделать этот кардинальный поворот.

Потеря контроля, или родительская власть

Для детей, переживших жестокое обращение, вопрос родительской власти стоит очень остро. Так как любая власть ассоциируется у них с болью, такие дети внутренне настроены на сопротивление родительской власти любой ценой.

Понятие «родительской власти» вызывает крайне отрицательную реакцию в психотерапевтической среде. Причина этого явления нам не очень ясна, если вспомнить, что каждый ребенок действительно находится в полной власти своих родителей и крайне уязвим, но при этом - в благополучных семьях – находится и в полной безопасности. С рождения дети усваивают связь между заботой и уходом со стороны взрослых и ощущением собственной безопасности и комфорта. Для обычных детей быть слабым означает быть защищенным.

Всю свою жизнь дети учатся полагаться на других, не опасаясь, что в ответ им причинят боль или используют в собственных интересах. Для новорожденных и малышей власть ассоциируется с любовью - а в чем еще может выражаться это чувство для таких маленьких детей? Одних слов об абстрактной любви недостаточно. Поэтому понятие «родительская власть» не должно считаться неким табу, о каком бы этапе детства мы не говорили.

Соглашаясь с родительской властью, дети из благополучных семей испытывают определенный страх перед родителями. Эта мысль обычно вызывает протест у традиционных психотерапевтов и сторонников современных систем воспитания, которые считают, что детский страх вреден. Тем не менее, практически каждый нормальный взрослый может вспомнить, как в детстве говорил хотя бы раз: «Если бы моя мама знала, что я гулял с Дэнном, она бы меня *убила!*» Эти слова означают не только признание родительской власти - власти достаточной, чтобы испытывать перед ней страх, - но и свидетельствуют о том, что такое признание и страх приносят пользу самому ребенку.

Дети, пережившие душевную травму, практически ничего по-настоящему не боятся. Пережив страшные потрясения и издевательства, такие дети полностью утрачивают чувство самосохранения и убеждаются в своем всемогуществе задолго до подросткового возраста, когда такая уверенность развивается естественным образом. Они не боятся потерять родительскую любовь, потому что никогда ее и не имели. Они вообще не реагируют на неодобрительные взгляды родителей, которые бы быстро заставили утихомириться нормального ребенка. Мы все знаем, что самая обычная мама может пресечь неприемлемое поведение буквально одним взглядом, который для ребенка означает: «Ты зашел слишком далеко, прекрати немедленно!» Вспомните ваше собственное детство: припоминаете ли особое выражение лица ваших родителей, которое могло мгновенно пригвоздить вас к месту?

Посмотрим на ситуацию под таким углом: только родители, обладающие достаточной силой, чтобы *убить*, обладают достаточной силой, чтобы *любить* и *защищать*. У благополучных, уверенных в себе родителей дети знают, что могут позволить себе быть слабыми, не подвергая себя опасности. Таким образом, признание собственной слабости становится для обычного ребенка ис-

точником силы, потому что он видит, что и в смирении есть свое могущество. Восприятие родителей как больших, сильных и почти богоподобных созданий способствует развитию у ребенка совести. В этом процессе участвуют не только мягкая любовь и забота, но и применение к ребенку дисциплинарных воздействий. В благополучных семьях дети ведут себя хорошо, чтобы не огорчать маму и папу. Одновременно они учатся тому, что в жизни бывают не только победы, но и поражения и ошибки - главное, уметь преодолевать неблагоприятные последствия собственных просчетов и в следующий раз поступать мудрее.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ СПРАВИТЬСЯ СО СТРАХОМ

Поскольку страхи детей, переживших травму, нетипичны, потребности такого ребенка в любви и заботе тоже уникальны. Как бы ни были заняты приемные родители, им придется полностью посвятить себя удовлетворению этой потребности приемного ребенка. Наша жизнь порой так похожа на карусель: чем быстрее она крутится, тем легче потерять из виду самое важное. Все находится в постоянном движении: общественные ожидания, роли внутри семьи, количество времени, которое родители уделяют воспитанию детей. Остаются неизменными лишь такие фундаментальные понятия, как базовые потребности ребенка и основные этапы его развития.

Это порождает интересную дилемму. Ожидается, что дети способны адаптироваться к любым переменам, но *это не так*. Более того, а должны ли они? Для ребенка цена перемен может оказаться слишком высокой, так как у него есть неизменные базовые потребности (а у многих детей к ним добавляются потребности особые), которые было бы несправедливо ставить на второе место после «взрослых проблем» их родителей: работы, развода и прочих.

Если родители чувствуют, что в какой-то момент «взрослые» дела стали отнимать у них слишком много времени за счет их собственных детей, значит, пора вспомнить, чьи потребности *всегда* должны стоять на первом месте. Если вы взяли на воспитание ребенка, пережившего в прошлом жестокое обращение или запущенность, будьте готовы уделить ему много личного времени. Такой ребенок остро нуждается в родителе-советчике и учителе, и кроме вас никто не сможет стать для него таким человеком. Если вы усыновили ребенка из другой страны, где он воспитывался в детском доме, не отдавайте его в детский сад сразу же по приезде домой. Такому ребенку необходимо оставаться в семье, и если решение усыновить его было осознанным для вас, то вы должны быть готовы воспитывать его сами. Многие родители ограничиваются выполнением только своей половины мечты - иметь ребенка. Они забывают, что не менее важно выполнить и «детскую» половину мечты – иметь родителей. Семейное счастье возможно только при сложении этих двух половинок.

СЕМЬИ, ГДЕ УВАЖАЮТ РОДИТЕЛЕЙ

Наверное, у вас как читателя книги о приемных детях, переживших травму, время от времени возникает вопрос: почему мы уделяем столько внимания родителям таких детей? Ответ прост: потому что только полноценные родители способны вытащить детей из того эволюционного «болота», в котором они оказались.

Семьи, где уважают родителей, более приспособлены для удовлетворения потребностей детей, чем те семьи, где в центре находится сам ребенок. В последнем случае семья со временем вообще теряет какой-либо ориентир – ребенок хаотично кружит вокруг родителей, которые безуспешно пытаются следовать за ним шаг в шаг. Напротив, в семьях, где родители играют направляющую роль, им проще следить за ребенком, сдерживать и защищать его, а также привлекать его внимание - т.е. проще направлять ребенка и обучать его на собственном примере.

В этом смысле мы могли бы перенять кое-что у животных, где главенствующую роль в семье играют родители, но при этом семья в целом сосредоточена на воспитании потомства. Понаблюдайте как-нибудь за самкой с детенышами. Несмотря на то, что мать всегда знает, где находятся ее малыши и что они в этот момент делают, именно детеныши следят за тем, чтобы не отстать от нее и оставаться в положенном месте, и сами просят у матери помощи или заботы. Такое распределение обязанностей обеспечивает безопасность и близость детеныша к матери. Если он слишком отстанет, с ним может случиться беда. Вспомните утку с утятами на пруду: кто из них ведущий, а кто ведомый? Понаблюдайте за телятком, который всегда спешит за матерью. А теперь наблюдайте за семьями с детьми в супермаркете или на игровой площадке. Здесь дети ведущие или ведомые?

Конечно, люди в чем-то отличаются от уток на пруду. Но в наше время слишком часто мы видим, как измученные родители бегают за своими детьми, умоляя их спокойно постоять в очереди в кассу или без истерики пройти по магазину.

Одним субботним утром у меня была возможность наблюдать общение одного папы с детьми в магазине. Этот мужчина шел на несколько шагов впереди двух своих сыновей примерно пяти и семи лет. Чтобы не отстать, мальчикам приходилось делать 2-3 шага на каждый отцовский шаг, но они не сбавляли скорости. Один из мальчиков спросил: «Папа, а что мы получим, если будем хорошо вести себя в магазине?» Не сбавляя шаг, отец спокойно ответил: «Довольного папу».

Прекрасный ответ! Эта простая фраза и спокойное, уверенное поведение отца в целом давали детям понять, что они сами должны следить за тем, чтобы не отставать и вести себя определенным образом, - и тогда их папа будет доволен. Было ясно, что в этой семье подобный урок повторялся уже сотни раз, поэтому мальчикам не нужны были подарки или сладости, чтобы спокойно пройти по магазину.

Точно так же им не нужно было напоминать, предупреждать или ругать, чтобы они хорошо себя вели. Да и какой смысл награждать ребенка за то, что он обязан делать в любом случае?

Большинство детей, переживших психологическую травму, воспитывались в семьях, где не было такой ясности отношений. Даже если на них и обращали внимание, то лишь для того, чтобы сделать объектом гнева, жестокого обращения или сексуальных домогательств. В отсутствие родительского руководства ребенку приходится полагаться на самого себя. Он не знает, что такое взаимность, и не понимает причинно-следственных связей в человеческих отношениях. Более того, такой ребенок никогда не чувствовал себя в безопасности или сколько-нибудь значимым для родителей, его никогда никто не сдерживал и не направлял в конструктивном ключе. И он не может понять, что это такое - когда о тебе заботятся.

Поэтому дети с таким непростым прошлым сильнее, чем обычные сверстники, нуждаются в семье, где главенствуют родители. После многих лет издевательств и многочисленных переездов им нужны специальные эмоционально-корректирующие методы воспитания. Таким детям необходимо принять, что родители могут - и будут - контролировать их и направлять в жизни. Они должны понять, что могут доверять новым родителям, потому что те никогда не свергнут их в хаос и смятение.

Они должны знать, что умение уступать, сотрудничать, идти на компромисс, в чем-то подчиняться – как в детстве, так и в будущей взрослой жизни - это не проявление слабости, а, напротив, свидетельство мудрости и силы. Со временем они и сами научатся вести за собой других. Но руководить по-настоящему умеет только тот, кто знает, что такое подчиняться.

СЕМЬЯ И ДЕМОКРАТИЯ

В основе любого демократического устройства лежит принцип всеобщего равенства. Это объясняет, почему попытки построить демократию в рамках отдельной семьи не приносят пользы ни детям в частности, ни семье в целом. Ребенок по определению не может считаться ровней родителям, прежде всего в силу своего развития.

Родители, чьим основным педагогическим лозунгом становится «Вся власть детям!», обречены на проигрыш. Они теряют доверие и уважение своих детей, теряют достоинство, которое нужно демонстрировать детям, теряют чувство той ответственности, которую они должны нести как взрослые люди.

В проигрыше и сами дети. У них пропадает не только вера в собственных родителей, но и чувство личной безопасности, которое основано на убежденности в том, что родители всегда знают, что и как надо делать. В «демократических» семьях дети чувствуют себе неуютно, потому что не уверены, что у родителей достаточно власти, чтобы их защитить.

Представьте, что вы задумали экстремальное путешествие, например, сплав на

байдарках по горной реке или спуск на тросах с горной вершины. С каким проводником вы будете чувствовать себя в большей безопасности: с тем, который явно уверен в своей компетентности и не нуждается в вашей помощи при принятии решений, или с таким, который рассчитывает, что вы сами умеете обращаться с ремнями безопасности? Конечно, большинство из нас предпочтет проводника, который способен вести за собой и обеспечить безопасность своим попутчикам.

Дети, пережившие жестокое обращение, чувствуют то же самое. Хотя они и говорят, что больше всего на свете хотят везде и всеми командовать, — и зачастую подкрепляют эти заявления самыми невероятными поступками, — в глубине души они понимают, что такое отношение подвергает их самих большой опасности. Напротив, как только ребенок понимает, что ответственность однозначно перешла к родителю, ему больше не нужно непрерывно думать и вести себя так, как будто это он один *должен* отвечать за все. Исцеление сирот, переживших жестокое обращение, возможно, если только мы позволим им побыть просто детьми. В данном случае «позволить» не исключает активного участия родителей в этом процессе. Если родителям важно, чтобы их воспитание было не просто получено, но *усвоено* детьми, они *обязаны* занять активную педагогическую позицию, т.е. самостоятельно принимать решения и следить за их выполнением, брать на себя инициативу и подавать наглядный пример, при этом не скрывая своих чувств, не сомневаясь в полноте своих полномочий и соблюдая безопасность ребенка.

У читателя может сложиться неверное впечатление, что подобный активный подход к воспитанию детей непременно должен быть негибким, авторитарным, деспотичным и, быть может, даже жестоким. На самом деле, приемный ребенок не смог бы стать полноценным членом новой семьи, если бы его воспитывали подобным образом. У родителей, готовых быть активными воспитателями своего ребенка, нет необходимости прибегать к тирании, чтобы добиться нужного результата. В конце концов, основную работу по собственному развитию выполняют сами дети, а родители нужны как страховочные тросы на этом пути — крепкие, стабильные и надежные.

Это не значит, что родители могут занять пассивную позицию. Наоборот, их участие должно быть очень активно. Родители должны помочь ребенку переосмыслить свое прошлое, сдвинуться с мертвой точки и выбрать правильный путь. Они должны быть готовы вести ребенка за собой — особенно это касается детей, которым трудно быть в роли ведомого. Конечно, в воспитании ребенка могут участвовать и другие люди, но это не снимает с родителей обязанности оставаться его основными воспитателями.

Обратите внимание, что родители должны играть эту руководящую роль ровно до тех пор, пока необходимо. Не забывайте, что дети, пережившие душевную травму, ходили по «кривой дорожке» ровно столько лет, сколько жили на этом свете. Поэтому не спешите с выводами, что они уже чему-то научились, пока не проверите это сами и наверняка. Даже к пятнадцати годам ребенок с тяжелым прошлым может не сформироваться в нормального и уравновешенного подростка (если такие вообще существуют в природе!).

Чтобы такой ребенок по эмоционально-психическому развитию смог нагнать свой биологический возраст, придется сначала пройти вместе с ним те этапы, которые были пропущены в раннем детстве. Прежде чем двигаться вперед, такой ребенок должен сделать несколько шагов назад. Для приемных родителей это означает, что им придется воспитывать своего ребенка так, как если бы он был моложе своего возраста. Например, если речь идет о подростке, то роль приемных родителей должна быть более активна, чем принято для детей того же возраста. Это звучит необычно, но на практике может быть забавно и интересно – по крайней мере, большую часть времени.

Подведем итог. Родители, желающие быть активными воспитателями своего ребенка, должны быть уверены в том, что:

- Родители имеют право воспитывать детей.
- Родители знают больше, чем их дети.
- Приемные родители должны незамедлительно «вступить в родительские права» в отношении приемного ребенка.
- Только родители способны заложить фундамент для дальнейшего развития ребенка.
- Ни один ребенок, включая подростков, не бывает слишком «большим» для того, чтобы у него появились настоящие родители.
- В приемной семье характер ребенка формируется заново.
- Родителям не только позволительно подчинять ребенка определенной системе ценностей, но они *обязаны* делать это.
- Ожидания родителей определяют стремления детей.
- Дети и подростки ждут, чтобы родители принимали активное участие в их жизни.

Как сказано в начале этой Главы, воспитание ребенка – грандиознейший процесс, который становится еще сложнее, если речь идет о ребенке, пережившем душевную травму. Чтобы преуспеть, надо не бояться «вступить в родительские права» во всех их проявлениях и со всеми обременениями. Почувствуйте себе истинным родителем для своего приемного ребенка – и тогда он тоже сможет почувствовать себя *вашим* ребенком и принять ваши нравственные ценности, как собственные.

Глава 3

ЧТО НЕ РАБОТАЕТ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ, ОБРЕЧЕННЫЕ НА ПРОВАЛ

Многие из тех, кто воспитывает детей-сирот с тяжелым прошлым, - это хорошие, любящие люди, которые до сих пор хорошо справлялись с воспитанием других - родных или приемных - детей. Если же усыновители стали родителями в первый раз, то при выборе той или иной методики они обычно отталкиваются от собственного детского опыта и от наблюдений за приемным ребенком. После долгих поисков «своего» ребенка родителям особенно важно стать для него самыми лучшими мамой и папой. Для этого многие из них заранее посещают школы приемных родителей и получают соответствующие дипломы. Родители уверены, что их любовь, последовательность и добросовестность помогут вырастить из приемного ребенка полноценную и эмоционально устойчивую личность.

Но все почему-то идет не так. Родители снова и снова пробуют обычные методы воспитания, но поведение ребенка никак не улучшается. Напротив, он сам начинает управлять родителями, жизнью семьи и всем, что попадает на его пути. Родителям начинает казаться, что они стали заложниками приемного ребенка, а не частью одной дружной семьи. Все начинает крутиться вокруг того, чего потребует малыш Джон или малышка Сьюзи. И через некоторое время родителям начинает казаться, что корень проблемы только в них самих.

На собраниях группы поддержки одна мама описала это чувство так: «Уверена, что из всех присутствующих только я решилась на усыновление из-за того, что не могла родить сама. И я, кажется, догадываюсь, в чем моя беда. Бог не давал мне детей, потому что знал, что я буду плохой матерью. А я посмеялась ему в лицо: «А теперь посмотри, Господи, на *это!*» - и усыновила сразу троих. Бог ответил мне: «А теперь ты посмотри, *кого* я послал тебе в сыновья!...». После ее слов в комнате воцарилась гробовая тишина, но потом другие участники группы заговорили о том, что в глубине души тоже чувствовали себя настоящими чудовищами и плохими родителями для своих приемных детей.

Печально наблюдать, как родители не только принимают на себя все бремя вины за проблемы приемных детей, но порой не чувствуют себя вправе искать утешения даже в вере. Что хуже, общество, педагоги, социальные службы и родственники, как правило, осуждают, а не поддерживают приемных родителей. Сначала окружающие дают бесполезные советы, а когда те не срабатывают, начинают обвинять приемных родителей. Те и без того сомневаются в собственной педагогической состоятельности, потому что их методы воспитания и любовь никак не влияют на поведение ребенка. Ведь хотя приемные родители не несут ответственности за те проблемы, с которыми ребенок пришел в их семью, но именно они обязаны сделать все возможное, чтобы помочь ребенку их преодолеть.

В этой Главе вы обсудим традиционные педагогические приемы, которые чаще всего оказываются бесполезными при воспитании ребенка, пережившего жестокое обращение. Приемные родители испытывают горькое разочарование, когда методы, подходившие для обычного ребенка, дают осечку за осечкой в отношении душевно травмированного ребенка. Но если родители поймут, *почему* традиционные приемы не эффективны, им будет проще от них отказаться в пользу чего-то нового.

Давайте представим, что вы хотите похудеть, и некто советует вам сесть на диету, которая очень помогла другим людям, но на которой лично вы тут же набираете еще несколько килограммов. Вы немедленно бросите такую диету! Точно так же, если вы раз за разом ставите ребенка в угол, но это совершенно ничего не меняет в его поведении, - бросьте этот прием, он бесполезен!

С другой стороны, может случиться и так, что в этой книге мы назовем неэффективной какую-то методику, которая помогает лично вам. Если так, продолжайте в том же духе и никого не слушайте! В конце концов, именно вы, родители, – главные эксперты в воспитании собственных детей.

ПООЩРЕНИЯ И НАГРАДЫ

В одной из глав этой книги мы говорили об уходе за ребенком, который некоторые родители рассматривают как разновидность поощрения. Но между этими понятиями есть важное отличие. *Уход за ребенком* является необходимой частью цикла формирования привязанности, и ребенок должен получать его независимо от своего поведения. Уход и забота предлагаются самими родителями – а не заслуживаются ребенком – и служат тому, чтобы укрепить и развить привязанность между родителями и ребенком.

Напротив, *поощрение* - это то, что мы предлагаем ребенку, чтобы побудить его вести себя определенным образом. По сути, это своего рода взятка. Проблемы возникают как раз тогда, когда эта система начинает работать, и ребенок фактически становится шантажистом, который поднимает «ставки» все выше и выше.

Дети не должны получать награду за то, что они обязаны делать и без нее. Если бы общество было устроено по этому принципу, то дорожный патруль раздавал бы денежные премии тем водителям, которые не нарушают правила движения.

Многие родители используют графики хорошего поведения, смысл которых в том, что если ребенок «зарабатывает» хорошим поведением определенное количество «звездочек», он получает награду. Но такие графики обычно бесполезны в отношении детей, переживших жестокое обращение. Такие дети не понимают сути времени и зачастую рассуждают так: «Если я принесу хорошие отметки или буду прилично вести себя *сегодня*, то мама и папа будут требовать, чтобы я был таким *всегда*». Конечно, в этом есть своя доля правды, но в результате ребенок не выполняет ожиданий даже в течение очень короткого срока.

Он предпочитает контролировать ситуацию *своим* способом, лишая родителей возможности заставить его делать то, чего хотят они. Ребенок придумывает себе награду сам, и, как правило, она заключается в том, чтобы находить у родителей слабые места и доводить их до белого каления. Приемный ребенок, полный гне-

ва, предпочитает, чтобы и его родителей переполнял гнев. Ему нравится накал страстей и всеобщее возбуждение. Ему нравится возникающий эмоциональный ураган, который был частым явлением в его биологической семье. Задача такого ребенка – расколоть новую семью, и ему все равно, сколько «звездочек» наклеят на его график хорошего поведения. Что ему нужно на самом деле – это вывести своих приемных родителей из эмоционального равновесия.

Для такого ребенка одна неделя хорошего поведения кажется целой вечностью. Он понимает, что быть всегда идеальным ему не по силам, поэтому старается взять ситуацию под контроль каким-то другим способом. Ему гораздо интересней перевернуть родительскую систему вверх тормашками, чем пытаться заслужить награду обычным способом.

Марианна обратилась к нам по поводу своего пятилетнего сына. Предыдущий психотерапевт вручил ей традиционный график хорошего поведения, но Марианна была уверена, что ее ребенку он не поможет. Вместо этого она повесила график на кухне и написала на нем: «График поведения мамы». Когда сын вел себя плохо, Марианна улыбалась и приклеивала на свой график звездочку. «Зачем ты это делаешь?» - спрашивал сын. «А затем, что я была хорошей мамой, потому что не потеряла самообладания, когда ты капризничал» – отвечала ему Марианна. Довольно скоро у нее набралось достаточно звездочек для первой награды – новой кофточки, - которую Марианна с гордостью показала сыну.

Естественно, сыну Марианны казалось странным, что мама получала звездочку просто за то, что была такой, какой и должна быть. Почему же мы ожидаем, что дети примут подобную систему в отношении самих себя?

Алеше было четыре года, когда его изъяли из биологической семьи по причине жестокого обращения. В шесть лет он был усыновлен из России в США, а в восемь начал посещать психотерапевта. Когда мы сообщили родителям Алеша, что график хорошего поведения в его случае бесполезен, мы встретили яростный отпор.

«Вы ошибаетесь!» - заявили они, - «График отлично работает. Алеша получает звезду за хорошее поведение в школе и прочерк, если он вел себя плохо. Он приносит график домой, чтобы мы его проверили, и там еще не было ни одного прочерка. Каждый день у него в графике стоит звезда».

Позже родители обнаружили, что в те дни, когда Алеша не заслуживал звезды, он вырезал ее из книжки с картинками и приклеивал кусочком липкой ленты поверх прочерка. Со стороны такая картинка казалась настоящей наклейкой. Перед тем как вернуть график учителю, Алеша отклеивал картинку, и на свет снова вылезал прочерк. Алеша нашел отличный способ контролировать ситуацию и обманывать взрослых и дома, и в школе.

БЕЗРАЗЛИЧИЕ

Иногда родители принимают решение эмоционально отстраниться от «трудного» ребенка. В конце концов, зачем впускать в свое сердце того, кто, возможно, никогда не ответит взаимностью? Но ведь это именно то, чего мы ожидаем от самого ребенка, – мы хотим, чтобы он поверил в то, что вопреки его прошлому горькому опыту новые родители всегда будут рядом.

Дети, которым посвящена эта книга, были отданы на усыновление, брошены или изъяты у биородителей. Они подвергались жестокому обращению (иногда еще в утробе матери, которая пила или употребляла наркотики во время беременности), ими не занимались, они подвергались сексуальным домогательствам и прозябали в детских домах, куда их отдавали собственные матери. Эти дети в одночасье теряли не только родных братьев и сестер, но и привычную языковую среду, и даже сам запах своего первого родного дома. Все их детство провалилось в тартарары. Неужели к этому трагичному списку новые родители добавляют еще и такое наказание как безразличие? Дети, о которых мы говорим в этой книге, и так пережили слишком много потрясений за свою короткую жизнь. Страх быть отвергнутыми не должен останавливать приемных родителей в попытках установить связь с душевно травмированным ребенком.

Многие, наверное, видели диснеевский мультфильм «Дамбо»⁹. Когда маму слоненка запирают в клетке за то, что та защищала сына от насмешек над его большими ушами, Дамбо надевает свою лучшую шляпу и спешит навестить ее. Сцена, где слониха поет сыну колыбельную и сквозь прутья решетки гладит его хоботом, всегда заставляет зрителей прослезиться: бедняжка Дамбо, его разлучили с мамой.

Но Дамбо – слоненок, а не ребенок. Более того, это вымышленный персонаж из диснеевского мультфильма, что практически гарантирует, что рано или поздно он обязательно воссоединится со своей мамой. Неужели реальный ребенок, который понес самую большую свою потерю, – потерял маму, которая дала ему жизнь, – не заслуживает хотя бы доли того сочувствия, которое мы испытываем к мультяшному слоненку?

Да, его биологическая мама была плохой, неблагополучной, злой, жестокой, алкоголичкой или наркоманкой, но ведь ребенок не может объективно судить об этих качествах, потому что ему не с чем их сравнивать, он знает лишь то, что видел с рождения. Нет на земле потери более горькой, чем та, которая выпала на долю этих

⁹ «Дамбо» (англ. *Dumbo*) — полнометражный мультфильм компании Уолта Диснея, США, 1941 год. Сюжет мультфильма: у цирковой слонихи миссис Джамбо рождается сын-слоненок Джамбо-младший. Из-за необыкновенно больших ушей слоненка невзлюбили остальные обитатели цирка, дав ему прозвище «Дамбо» (от англ. *dumb* — глупый). После того, как Дамбо невольно мешает исполнению сложного циркового трюка, он становится изгоем в труппе. Позднее слоненок обнаруживает, что умеет летать. С помощью своего нового таланта Дамбо становится главной цирковой звездой и воссоединяется с матерью-слонихой. — прим. издателя.

детей. Честно говоря, просто невозможно причинить им боль большую, чем та, которую они уже пережили. Если приемные родители будут держать эмоциональную дистанцию, рассчитывая, что такой ребенок сам сделает шаг навстречу, они не дождутся ничего хорошего. Эти дети и так потеряли уже слишком много.

НАКАЗАНИЯ И 'ПОСЛЕДСТВИЯ'

В своей книге «Воспитание с любовью и логикой» доктор Фостер Клайн и Джим Фэй¹⁰ дают такое определение наказанию: «Наказание – это применение последствий *плюс* выражение гнева». Это определение очень ясно показывает разницу между наказанием ребенка в состоянии гнева, с одной стороны, и эмоционально-нейтральным применением к ребенку логических, или естественных, 'последствий', с другой. Когда родитель применяет то или иное 'последствие' в состоянии гнева, внимание ребенка сосредоточено на состоянии самого родителя, а не на собственном поведении, которое и вызвало гневную реакцию.

Ребенок, переживший жестокое обращение, хорошо знает, как выглядят гнев и ярость, потому что часто наблюдал их проявления в своей биологической семье. Вопли ярости и гнева посылают приемному ребенку сигнал, что новая семья живет по привычному для него порядку. Подобное *дежавю* мысленно переносит ребенка обратно в прошлое и мешает ему разглядеть в новой семье иную модель отношений.

Когда родители бурно выражают гнев в присутствии своего ребенка, тот тоже входит в состояние нервного возбуждения, которое совсем не способствует обучению. Вероятнее всего, в такой ситуации все мысли ребенка похожи на что-то вроде: «Давай, давай... ты все еще не накричался? Мощно я тебя довел в этот раз!»

Авторы книги «Воспитание с любовью и логикой» предлагают родителям предоставить всю воспитательную работу над ребенком тем 'последствиям', которые к нему применяются. Эмоционально-нейтральное применение 'последствий' в обстановке искреннего сочувствия провинившемуся ребенку - это более эффективный метод воспитания, чем гневные отповеди, сопровождаемые спонтанным запретом на просмотр телевизора.

Бывают такие моменты, когда родители – и это касается многих из них – испытывают к ребенку почти ненависть. Если это случится и с вами, отложите принятие любых дисциплинарных решений на то время, когда страсти улягутся.

¹⁰ Foster Cline & Jim Fay, *Parenting with Love and Logic: Teaching Children Responsibility*.

На русском языке книга «Воспитание с любовью и логикой» была издана в 2007 году издательством «Колумб» и может быть заказана на сайте этого издательства на <http://www.christophor.ru/catalog/books>.

Англоязычные читатели могут ознакомиться со списком всех изданных работ этих авторов в Институте Любви и Логике по телефону в США +1 800 338 4065 или на сайте www.loveandlogic.com. - прим. издателя.

СТАВИТЬ В УГОЛ

Представьте себе такую картину: в углу стоит наказанный ребенок и непрерывно кричит: «Уже можно выходить?». Мама отвечает: «Нет! Но за то, что ты спрашиваешь, я добавляю еще одну минуту!» И эта сцена повторяется много раз подряд.

В этом примере ребенок фактически «в углу» и не стоял, потому что его общение с матерью ни на минуту не прекращается. Хотя теоретически этот прием может иметь эффект в некоторых случаях, но применять его к детям, переживших душевную травму, не только совершенно бессмысленно, но даже противопоказано.

Такие дети и так слишком долго прожили в одиночестве и разлуке с биородителями, поэтому в новой семье им особенно важно оставаться всегда рядом с приемными родителями. Проще говоря, им, наоборот, надо поскорее «выйти из угла»! Даже если они плохо себя ведут, в качестве ‘последствия’ им лучше поручить что-то, что еще больше сблизит их с приемными родителями, – например, помочь маме вычистить ванную или вместе с папой вымыть машину. Так как любая разлука нарушает внутреннюю связь между родителями и детьми, для реабилитации душевно травмированных детей крайне важно при каждом удобном случае эту связь восстанавливать. Можно сказать, что дети, о которых эта книга, и так уже простояли «в углу» всю свою жизнь!

Отправляя ребенка в его комнату «подумать над своим поведением», будьте уверены, что он этого делать там не будет. Вас самих когда-нибудь посылали в вашу комнату? И что, вы сидели там, размышляя над *своим* поведением?

Описывая в Главе 1 цикл формирования привязанности, мы говорили о том значении, которое имеет удовлетворение потребностей ребенка для формирования у него доверия к людям. Однако ничего подобного не происходит, если при каждой проблеме ребенка отправляют «перебеситься» в его комнату.

Представьте себе такой пример: по какой-то причине ребенок слишком возбудился, что не понравилось его маме. Она говорит ему: «Я хочу, чтобы ты пошел в свою комнату и оставался там до тех пор, пока не успокоишься и не начнешь вести себя, как все нормальные люди». На самом деле, мама говорит следующее: «Иди в свою комнату, пока сам себя не успокоишь – то есть пока не придумаешь, каким образом ты смог бы сам удовлетворить ту потребность, которая привела тебя в возбуждение, - и тогда твоя вера в собственные силы возрастет».

Но это совсем не то, чему мы хотим научить того особого ребенка, которому посвящена эта книга! Мы не хотим, чтобы он думал, что во всем должен по-прежнему полагаться только на себя самого, - это он и так хорошо умеет делать. Напротив, ему надо научиться доверять не только себе, но и своей маме.

ДОМАШНИЙ АРЕСТ

Каждый раз, когда ребенок садится под «домашний арест», там же оказываются и его родители. В конце концов, именно им приходится следить за тем, чтобы «арестованный» ребенок не натворил глупостей. Фактически идея «домашнего ареста» создает у подростка впечатление, что до тех пор, пока тебя не посадили «под замок», вытворять можно все, что угодно.

Для подростка гораздо эффективнее правило, что на все свои действия он должен получать разрешение родителей. В каком-то смысле это означает, что ребенок помещается под постоянный «домашний арест», кроме некоторых исключений. Как следствие, у подростка пропадают основания считать, что ему можно делать все, что хочется, без согласования с родителями. Подростки, которые начали свой жизненный путь в неблагополучных семьях, должны знать, что новые родители беспокоятся за их безопасность и поэтому хотят быть всегда в курсе, где их дети и что с ними происходит.

Давайте на минуту остановимся на этой мысли. Какова цель «домашнего ареста»? Это вид наказания? Имеет ли он педагогический эффект? Поможет ли наладить связь между подростком и его родителями? Мы считаем, то родителям необходимо обязать ребенка всегда спрашивать у них разрешения на некоторые вещи. Как только это правило станет законом, можно будет менять длину «поводка» в соответствии с ситуацией.

Многие дети и подростки участвуют в кружках по интересам, например, посещают спортивные секции, скаутские клубы, молодежные оркестры или кружки при местной церкви. Такие занятия полезны для ребенка, и запрещать их в качестве наказания было бы неправильно.

Например, если с точки зрения школьных правил оценки ребенка достаточно высоки для участия в футбольной команде, родителям стоит разрешить ему играть в футбол, даже если успеваемость ребенка оказалась ниже родительских ожиданий. Мы считаем, что в данной ситуации надо отдать приоритет школьным правилам, учитывая, что командные занятия могут принести ребенку большую пользу.

Такие занятия учат его строить здоровые отношения со сверстниками, следовать правилам и работать в команде. Если ребенок будет мешать общему делу, то в ситуацию вмешается тренер или другой ответственный взрослый. В результате нарушитель естественным образом испытает те логические «последствия», которые в реальной жизни влечет любое неудовлетворительное поведение в коллективе.

ЛИШЕНИЕ ПРИВИЛЕГИЙ

Дети, о которых говорится в этой книге, по определению были лишены практически всех радостей жизни. Они потеряли кровных родственников - родителей, бабушек и дедушек, братьев и сестер, знакомое окружение, первых школьных друзей, а также лишились тех приемных семей, куда их временно направляли. Часто при переезде эти дети не могли взять с собой даже игрушек или одежды – т.е. вообще *ничего*, хоть немного привычного. Учитывая эти обстоятельства, отбирать привилегии или блага у таких детей, которые и так потеряли почти все, не имеет никакого практического смысла.

К сожалению, отчаявшиеся родители, педагоги и другие люди, сталкивающиеся с «трудными» детьми, склонны именно через отобрание вещей или лишение привилегий пытаться донести до такого ребенка некий сигнал. Но сколько бы игрушек, кукол, скутеров, роликовых досок, компьютеров и видеоигр ни отправилось под замок в чулан, это не помогает. Лишившись очередной игрушки или привилегии, такой ребенок обычно отвечает: «Давай, забирай и это. Мне все равно это не нужно». И в тот момент, когда он произносит это, его ум уже переключился на поиск новой вещи, с которой можно поиграть, или сломать, или отобрать у брата или сестры.

Родители, которые предпочитают в качестве наказания отбирать вещи, а позднее возвращать их на старое место, лишь укрепляют уверенность ребенка в том, что рано или поздно он получит все отобранное обратно. Поэтому мы советуем следовать другому правилу: если уж вы чувствуете, что что-то надо забрать у ребенка, забирайте это навсегда. Тогда, по крайней мере, ребенок в своем поведении будет всегда исходить из того, что отбираемая вещь к нему уже не вернется.

- Отец: Николай, я заметил, что ты не особо заботишься о своих компьютерных играх. Я постоянно нахожу их на полу, под диваном, а иногда и вообще во дворе. Эти игры недешевы, поэтому я хочу подарить некоторые из них ребенку нашего соседа, у которого нет ни одной. Если тебе они не особенно нравятся, я могу немного помочь тебе и найти им другого хозяина.
- Сын: Но мне нравятся мои игры! Как ты сможешь помочь мне, если отдашь их другому?
- Отец: Ну, если я отдам какие-то из них другому мальчику, то у тебя будет меньше вещей, которые надо убирать на место, а то и без этих игр тебе много чего приходится собирать по комнате.
- Сын: Да, это ужас какой-то!
- Отец: Вот и я о том же. Пойдешь со мной к Гудвилу, чтобы отдать ему парочку игр?
- Сын: Нет!
- Отец: Ясно. Тогда я быстро сбегаю один, а потом мы с тобой во дворе поиграем в футбол.

Подобный диалог не оставит у ребенка ни малейшего сомнения, кто главный в его семье. Обратите внимание, что отец не проявляет ни малейшего раздражения, но при этом и говорит, что думает, и делает то, что говорит. Вместе с тем отец пообещал Коле, что как только он вернется от соседа, они вместе проведут время за веселой игрой. Если лишение привилегий или вещей происходит в контексте, описанном в этом диалоге, у ребенка есть шанс понять, что следить за своими вещами - в его собственных интересах. Он научится заботиться хотя бы о *чем-то*. Еще один плюс в том, что лишившись компьютерных игр, ребенок не лишается общения с родителем, которое важнее любой электронной игрушки.

Если кратко, вы ничего не можете отобрать у того, кто уже все потерял. Такому человеку ваш поступок покажется просто бессмысленным.

ГНЕВ

Когда мы были детьми, нам всегда было видно, когда родители начинали закипать, и мы умели останавливаться у той последней черты, за которой их гнев выплеснулся бы наружу. Мамы, которые были особенно хорошими педагогами, умели приковать нас к месту одним только взглядом. Нам не хотелось доводить наших родителей до бешенства, потому что в таком состоянии они не уделили бы нам привычного количества внимания и любви. Для ребенка, испытывающего здоровую привязанность к собственным родителям, родительская любовь – самая большая ценность на свете, и он ни за что не захочет ее потерять.

Большинство детей, переживших жестокое обращение, отлично знают, что такое гнев. Такие дети любят приводить других в то же состояние бешенства, в каком постоянно находятся сами. Многие усыновители рассказывали, что в те минуты, когда у них спокойное радостное настроение, их приемные дети кажутся особенно недовольными. Напротив, такие дети чуть ли ни с удовольствием наблюдают, как родители приходят в бешенство и совершенно «сходят с катушек», - и такое отношение сердит еще больше.

Надо помнить, что гнев – лучший друг ребенка, пережившего жестокое обращение. Именно гнев помогал ему соблюдать дистанцию и в итоге сохранить жизнь, поэтому, когда такой ребенок замечает признаки гнева в окружающих, он чувствует себя сильным. Помимо этого, проявление гнева создает в приемной семье ту атмосферу повышенного возбуждения, которая наиболее привычна по опыту жизни ребенка в своей биологической семье.

Мы не хотим сказать, что родители вообще никогда не должны сердиться. Но мы уверены, что гнев может иметь хотя какой-то педагогический эффект, только если будет очень редким явлением в вашей семье. Если вы кричите каждый день, ребенок очень скоро перестанет на это реагировать. Но если вас будет все труднее вводить в ярость, он это заметит.

Запомните: гнев отдаляет людей друг от друга, а наша цель - максимально сблизиться с ребенком с непростым прошлым.

РАВНОПРАВИЕ

У каждого ребенка есть свои особые потребности, которые требуют индивидуального подхода. Не покупайтесь на претензии типа: «Это несправедливо! Роберту ты разрешила ехать до магазина на велосипеде, а мне почему нельзя?» Лучше всего отвечать на это так, как предлагают авторы книги «Воспитание с любовью и логикой»: «Мы все в чем-то не похожи друг на друга, поэтому к разным людям относятся по-разному, и получают они разные вещи. И лучше ты поймешь это сейчас, в детстве, чем когда уже вырастешь и пойдешь работать».

Родители часто спрашивают, надо ли воспитывать всех детей в семье одинаково. Наш ответ: нет, не надо. У приемного ребенка, чье чувство привязанности не было до конца сформировано, есть особые потребности, которые совсем не очевидны для большинства окружающих. Очень важно, чтобы родители уважали эти потребности и были готовы работать с ними надлежащим образом.

Если для одного ребенка эффективны такие приемы, как поощрения и постановка в угол, то продолжайте применять их. Если в отношении другого ребенка они не работают, ищите другие. Современная педагогика предлагает несчетное количество вариантов, воспользуйтесь этим богатейшим выбором!

Только не забывайте, что все надо делать с любовью в сердце. В следующей Главе мы расскажем о самых эффективных техниках воспитания, которые могут вдохновить вас придумать что-то свое. Не надо также забывать, что есть проблемы, с которыми не справится даже самый хороший педагог. В таких случаях ребенку и его приемной семье может потребоваться терапия в области формирования привязанности, трудовая и физиотерапия и другие формы профессиональной помощи.

Глава 4

ЧТО РАБОТАЕТ

На пути к здоровью и счастью

Обычно родители, терапевты и социальные работники хорошо понимают цикл формирования привязанности, а именно: у ребенка возникает потребность, он выражает ее плачем или криком, родитель удовлетворяет эту потребность, у ребенка возникает доверие к родителю. Трудность заключается как раз в том, как практически воспитывать ребенка в соответствии с подобным циклом. Дети, у которых не было сформировано чувство привязанности, пропустили тысячи полных циклов, и наша задача – компенсировать эту потерю. А на это нужно время. Очень много времени.

Многие из нас не осознают, как именно сформировалась наша привязанность к родителям, или как наши собственные дети установили эту связь с нами. Этот процесс начинается при рождении и разворачивается во времени, подкрепляемый тысячекратным воспроизведением цикла, описанного выше.

Когда у ребенка не было возможности сформировать привязанность в первые годы жизни, очень важно дать ему возможность пережить цикл формирования привязанности с приемными родителями. И чтобы построить с ребенком действительно доверительные отношения, уменьшить его гнев и удовлетворить его истинные душевные потребности, этот цикл придется повторить много раз подряд. Многие из этих детей постоянно держат эмоциональную дистанцию, потому что им *кажется*, что они хотят этого. На самом деле то, что им по-настоящему *нужно*, - это душевная близость и сердечное тепло. Важно, чтобы и приемные родители, и специалисты помогли таким детям вновь и вновь пережить цикл формирования привязанности, ведь без этого они не смогут научиться привязанности. Наш профессиональный опыт подсказывает, что лучше всего это делать, используя прикосновение, запахи, речь, движение, тепло и зрительный контакт с ребенком.

Прикосновение – это ключ к формированию привязанности, поэтому удерживание в объятиях, или «холдинг-терапия», о которой мы подробно говорили в Главе 11 нашей первой книги «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”)¹¹, так эффективно при воспитании детей, переживших жестокое обращение. Чтобы показать ребенку, что прикосновения бывают приятными, вы можете осторожно размять или смазать кремом его спину, руки или другие части тела. Что бы вы ни придумали лично для себя, важно помнить, что объятия и прикосновения наиболее эффективны именно в домашней обстановке. Запахи тоже имеют значение в формировании привязанности, поэтому советуем

¹¹ Приложение № 1 в конце этой книги. – прим. издателя.

при массаже использовать кремы с сильной ароматической основой, например, с ванилью. Нанесите немного такого крема сначала на кожу ребенка, а потом на свою. Обратите внимание ребенка на то, что теперь вы с ним пахните одинаково.

Семья Джасперов хотела сделать все возможное, чтобы помочь их усыновленным детям, - которые находились в родстве друг к другу, - сформировать привязанность к новому дому. Каждый день они мыли детей лосьоном с ванильным запахом, зажигали дома свечи с ванильным ароматом и использовали ванильные освежители белья. Однажды Джасперы с детьми оказались в магазине подарков, где тоже использовался ванильный аромат. Их восьмилетний сын вдруг остановился и воскликнул: «Тут пахнет совсем как дома!» - и с улыбкой пояснил удивленной продавщице: «Так пахнут хорошие мамы!»

Зрительный контакт тоже очень важен. Его можно поддержать репликой, легким прикосновением к лицу ребенка или отказом отвечать на вопрос, пока ребенок не посмотрит вам в глаза. Если ребенок еще мал, вы можете помочь ему чаще смотреть вам в глаза, если при разговоре будете опускаться на его уровень (садиться на корточки, например) или поднимать его на свой.

Это работает так: обычно, когда родитель передает что-то ребенку, его руки находятся на уровне бедер, т.е. на уровне глаз ребенка. Вместо этого попробуйте держать передаваемую вещь – стакан с соком, печенье, игрушку или книжку – на уровне ваших глаз, сопровождая это действие такой фразой: «Ты хочешь печенье? Тогда, пожалуйста, посмотри на маму. Умница!» Потом передайте ребенку печенье, по-прежнему удерживая его на линии вашего взгляда. Маленьким детям постоянно нужны какие-то мелочи, поэтому используя такой способ передачи вещей, вы без особых усилий значительно увеличите частоту зрительных контактов между вами и ребенком.

Движение тоже очень важно. Капризные дети любят, когда их берут на руки, ходят с ними, качают или возят в машине. Укачивайте вашего ребенка, даже если он уже взрослый, кружите его по комнате, шутливо боритесь с ним, танцуйте вместе, просите повторять ваши движения, держитесь за руки и играйте в хоровод. Просто двигайтесь вместе с ним.

Дети согреваются, когда их кормят, меняют подгузник и держат на руках – и поэтому тепло становится одним из способов показать любовь к ребенку. Поговорите с ребенком, когда он лежит в теплой уютной постели после сытного ужина или после горячей ванны. В эти минуты он наиболее расслаблен и открыт к общению.

Когда мы обращаемся к малышам, тональность нашего голоса и ритм речи обычно меняются. Еще мы поем малышам много разных колыбельных и потешек, которые дети просто обожают. Представьте, как много таких песенок ваш приемный ребенок так и не услышал. Помогите ему нагнать упущенное, пойте ему песенки, читайте стишки, вместе сочиняйте новые. Это не только отличный способ развития речи, но и увлекательное занятие для ребенка любого возраста.

Эти советы, как и советы в последующих главах книги, не всегда просты в выпол-

нении и порой могут казаться даже абсурдными. Даже если то, что мы предлагаем, кажется вам не соответствующим биологическому возрасту вашего ребенка, на самом деле оно вполне соответствует его фактическому эмоциональному развитию. В конце концов, вам предстоит стать родителями для того искалеченного малыша, который до сих пор прячется в вашем подростковом приемном ребенке.

Нет магического рецепта, чтобы разом излечить этих детей. Наши рекомендации - это некоторые ингредиенты, которые родитель-повар может добавить в свой волшебный «педагогический котел», где дети еще долго должны будут вариться на медленном огне. Неважно, как долго будет готовиться это блюдо. Важно, чтобы в конце оно не оказалось недоваренным.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

Обычно к тому времени, когда приемные родители созревают для обращения за профессиональной помощью, их вера в успех сильно подорвана. Они чувствуют себя совершенно беспомощными, потому что ничего из того, что они делали, не помогло установить прочную связь между ними и приемными детьми (или им кажется, что не помогло). Родители вымотаны, раздражены, и потеряли надежду. Но стоит нам научить их некоторым специальным приемам – и в процессе объяснить, почему и как они работают, – как родители начинают видеть ясные признаки того, что их семья начинает исцеляться. Родители возвращают власть в свои руки, и это прибавляет им авторитета в глазах ребенка и побуждает его больше им доверять. Действительно, как можно было бы доверять взрослому, который не справляется даже с ребенком?

Подобно тому, как каждая семья уникальна в силу индивидуальных особенностей каждого ее члена, потребности каждого ребенка с нарушением привязанности тоже неповторимы. У некоторых детей степень этого расстройства особенно высока, у других она ниже. Поэтому нет приемов, которые подходили бы для всех семей без исключения. Родители, терапевты и другие специалисты, которые ищут некое волшебное универсальное решение для всех детей, пораженных этим расстройством, обречены на разочарование.

Мы предлагаем несколько разных приемов на пробу. Те, что сработают, оставьте в своем арсенале, а остальные смело бросайте. Помните: возможно, что по мере того, как ваш ребенок будет меняться, расти и все более приходить «в норму», некоторые ранее эффективные методы тоже придется поменять.

Никогда не забывайте, что только вы, родители, лучше всех знаете своего ребенка, и то, что подходит для одного ребенка, может быть негодно для другого. Также, выбирая решение для конкретной проблемы, всегда учитывайте эмоциональный возраст вашего ребенка. Методы, которые работают с обычным четырехлетним ребенком, могут дать невероятные результаты с десятилетним, который в эмоциональном плане «застрял» на уровне четырехлетнего возраста.

Полезно и время от времени комбинировать разные педагогические приемы. Это добавляет непредсказуемости, что помогает именно вам, родителям, а не ребен-

ку, оставаться главными в принятии решений. Иногда достаточно заставить ребенка немного врасплох, чтобы вернуть под свой контроль ситуацию, которая вот-вот станет неуправляемой.

Не забывайте и о том, что любое воспитание должно быть прежде всего безопасным, поэтому не стоит делать ничего такого, что может причинить ребенку малейший вред или подвергнуть опасности его здоровье. Например, представим, что вы пытаетесь научить вашего двенадцатилетнего сына следовать родительским указаниям. На улице +17С⁰, и вы просите его надеть на прогулку легкую куртку. Мальчик всячески артачится, поэтому вы выпускаете его в одной рубашке. Когда сын вернется домой, его тело будет покрыто мурашками, и он хорошо запомнит, что к вашим указаниям лучше прислушиваться. Однако здоровье мальчика не понесет никакого вреда от такого урока. Понятно, что если бы температура за окном была равна 0С⁰ или ниже, подобный эксперимент стал бы просто опасным для ребенка. Многие из предлагаемых нами приемов могут показаться вам противоречащими образу «добротного родителя». Это было бы совершенно справедливое замечание, *если бы* речь шла о воспитании ребенка с нормально сформированным чувством привязанности. Но если вы читаете эту книгу, то, вероятнее всего, ваш ребенок из другой категории. Естественно, если в вашей семье есть другие дети, которые не испытывают проблем с привязанностью, продолжайте воспитывать их привычным образом. Но не становитесь жертвой мифа, что справедливые родители должны относиться одинаково ко всем детям в семье.

Посмотрите на ситуацию с такой точки зрения: если бы реальная жизнь была устроена справедливо, то в ней не было бы брошенных детей, жестоких родителей, детских домов и усыновления. Все дети рождались бы у родителей, готовых и способных заботиться о них, и только те родители, которые действительно хотят иметь детей и воспитывать их, получали бы такую возможность. Поэтому не пытайтесь показать ребенку, что жизнь всегда и во всем справедлива. Это совсем не так.

КТО В ДОМЕ ХОЗЯИН

Дети, пережившие жестокое обращение, часто производят впечатление помешанных на контроле. Это довольно точное впечатление, но взрослые часто ошибаются в оценке того, что именно хотят контролировать такие дети. Как правило, приемным родителям кажется, что ребенок пытается контролировать *самих родителей*, и эта мысль их сильно раздражает. На самом деле ребенок изо всех сил пытается контролировать ситуацию не потому, что сам хочет быть главным. Напротив, он пытается таким образом сохранить своеобразное внутреннее равновесие, которое тождественно желанию выжить. Дети, которым в раннем детстве была нанесена глубокая душевная травма, продолжают использовать те же навыки, которые, по их мнению, спасали их в прошлом.

Здесь стоит процитировать Кая Донли Зиглера (Kay Donley Ziegler), одного из первых исследователей особенностей усыновления детей старшего возраста: «Мы

живем в мире, где большие люди заботятся о маленьких людях. А [дети, пережившие жестокое обращение,] живут в мире, где большие люди обижают маленьких людей». Заставить таких детей отпустить контроль и передать власть в руки взрослых особенно трудно потому, что в их представлении удержание контроля над ситуацией – это буквально вопрос жизни и смерти.

Эта мысль может показаться необычной, но давайте поразмыслим об этом еще немного. Когда о детях хорошо заботятся, родители полностью контролируют все, что с ними происходит: они одевают своих детей, кормят их, возят их и вообще принимают все касающиеся их решения. Некоторые из этих решений детям не нравятся: например, делать прививки, пристегиваться в машине, носить зимой комбинезон, - но ребенок учится доверять родителю и в таких случаях, потому что до сих пор родитель всегда действовал в интересах ребенка.

Дети с несформированным чувством привязанности на собственном опыте убедились, что взрослым доверять нельзя, однако когда-нибудь им придется переступить через этот негативный опыт. Единственный способ, как ребенок может снова научиться доверять, – это отказаться от контроля. Только так ребенок сможет убедиться, что если власть снова окажется в родительских руках, ему не причинят никакого вреда. Однако детям, пережившим жестокое обращение, очень трудно сделать этот шаг.

Поскольку в представлении ребенка, пережившего жестокое обращение, контроль напрямую связан с выживанием, такой ребенок часто борется за главенство по самым пустяковым поводам. Не стоит беспокоиться, если вы, как родитель, проиграете или просто не заметите какие-то из этих битв. По большому счету в проигрыше как раз тот, кто пытается контролировать все на свете. С другой стороны, ребенок тоже должен иметь право решающего голоса в каких-то областях, и ваша задача, как родителей, определить эти области и пределы полномочий ребенка. Чем больше вопросов родитель оставляет на усмотрение ребенка, тем вероятнее родительская победа в борьбе за власть в оставшихся областях.

Есть три простых правила при общении с ребенком, который помешан на контроле. Они были разработаны доктором Фостером Клайн и Джимом Фэй в книге «Воспитание с любовью и логикой»¹², и с их разрешения мы включили их в эту книгу в нашем собственном изложении:

- Насколько возможно, избегайте споров о том, кто главный.
- Заранее просчитайте последствия войны с ребенком за власть.
- Если ввязались в сражение - выигрывайте его!

¹² Foster Cline & Jim Fay, *Parenting with Love and Logic: Teaching Children Responsibility*.

На русском языке книга «Воспитание с любовью и логикой» была издана в 2007 году издательством «Колумб» и может быть заказана на сайте этого издательства на <http://www.christophor.ru/catalog/books>.

Англоязычные читатели могут ознакомиться со списком всех изданных работ этих авторов в Институте Любви и Логике по телефону в США +1 800 338 4065 или на сайте www.loveandlogic.com. - прим. издателя.

Избегайте споров о том, кто главный

Если в течение дня родитель 100 раз вступил с ребенком в спор о том, кто главный, и в 30 случаях выиграл, то это означает, что в остальных 70% случаев родитель оказался в проигрыше. Но если из этих 100 потенциально спорных ситуаций родитель решил участвовать только в 5 и одержал в них победу, то он выиграл в 100% случаев. Остальные возможные конфликты не считаются, потому что родитель сознательно в них не участвовал. В результате в глазах ребенка авторитет родителя растет, потому что родитель воспринимается как человек, контролирующий происходящее в семье. Один из способов помочь ребенку ослабить контроль – это дать ему возможность решать что-то самому.

Каждый раз, когда мама просила семилетнюю Алекс завязать шнурки на ботинках, причесаться или надеть куртку, девочка меняла порядок выполнения ее просьб: например, сначала причесывалась, потом одевалась и только в конце завязывала шнурки. Хотя маме было все равно, сама Алекс считала каждый такой эпизод своей великой победой над родителями в борьбе за власть. Но однажды мама сформулировала свою просьбу немного иначе: «Детка, приводи себя в порядок. Завяжи шнурки, причешись и надень курточку ... в любом порядке на свой выбор». Алекс была застигнута врасплох. До этого девочка была уверена, что ее особая сила заключалась как раз в том, что она все делала наоборот. Но теперь, когда мама вернула контроль над ситуацией, показав, что ей все равно, в каком порядке Алекс выполняет ее просьбы, уверенность девочки в своем всемогуществе сильно пошатнулась. В этом примере родитель избежал выяснения, кто в семье главный, тем, что лишил ребенка возможности саботировать выполнение просьбы «по-маминому».

Заранее просчитайте последствия войны с ребенком за власть

Как бы ни было неприятно это признавать, но взрослые действительно не могут контролировать все, что происходит с их ребенком. Более того, есть такие «битвы за власть», которые родитель никогда не сможет выиграть. В воспитании ребенка, пережившего жестокое обращение, родителям следует избегать конфликтов на тему еды, ночного недержания мочи и того, что говорит ребенок, потому что такие вещи полностью контролировать невозможно.

Также, важно выбирать правильное время для подобных войн за власть. Например, если ваш ребенок склонен затягивать утренние сборы и задерживать всю семью, готовьтесь к этой ситуации заранее. Дети, которым посвящена эта книга, склонны воспроизводить поведение, поэтому родителям легко быть готовыми. Позвоните в школу и опишите проблему. Выясните, можно ли привезти ребенка полуодетым, чтобы он оделся до конца уже в школе. Обычно бывает достаточно парочки таких приездов, чтобы ребенок усвоил урок.

Каждое утро шестилетняя Тэсс собиралась в школу два часа, поэтому из-за нее опаздывала вся семья. Если кто-то пытался помочь ей с утренним туалетом, Тэсс закатывала истерику. В конце концов, мама позвонила в школу и, заручившись поддержкой директора и школьного психолога, объявила, что отныне семья живет по новому плану: каждое утро в 7:00 все дети должны сидеть в машине, независимо от степени готовности. На следующее утро в установленное время отбытия Тэсс была босая, в пижамной рубашке и в юбке. Но даже в таком виде девочку отвезли в школу, передав ей в школьном рюкзаке обувь и свитер. В то утро Тэсс обувалась и одевалась в школьной раздевалке. Больше вопросов, кто устанавливает утренние правила, не возникало: Тэсс понадобился всего один раз, чтобы усвоить урок.

Конечно, может случиться и так, что школа откажется принимать полуодетого ребенка и даже пригрозит сообщить в органы опеки, если вы попытаетесь привезти его в таком виде. Если так, попробуйте другой вариант. Возьмите на работе отгул на один день, но не говорите об этом ребенку. Когда он опять не будет готов ехать в школу в положенное время, просто оставайтесь дома и спокойно занимайтесь домашними делами. Ваше спокойствие выбьет ребенка из привычной колеи, и вы вернете себе контроль над ситуацией.

Другой вариант: дождаться, когда самому ребенку понадобится быть где-то к определенному времени – например, на дне рождения друга, - и тоже потянуть время. Очень важно делать это естественно, как бы само собой, и воздержаться от любых комментариев типа: «Теперь ты знаешь, как это раздражает» (это может быть не просто, но это крайне важно для успеха этого плана). Ребенок рано или поздно сам поймет аналогию, особенно если опоздает на день рождения, а преждевременное объяснение вашего поведения просто не позволит ему усвоить урок самостоятельно.

Как только родители начинают понимать, что бывают проблемы, для которых не существует оптимального решения, им становится проще сохранить контроль на важных участках. Важнее найти оптимальное решение для ограниченного круга вопросов, чем истратить силы на споры обо всем подряд.

Мы познакомились с девятилетним Сэмом, когда он пришел на двухнедельный курс интенсивной терапии. На первой же встрече мы попросили его снять ботинки и поставить их носками к стене. Но и 45 минут спустя обувь Сэма валялась посреди комнаты. Аналогичным образом, Сэм мог поставить ботинки носками или каблуками на стену. Он явно понимал значение таких понятий, как «носки ботинок» или «стена», но категорически отказывался выполнять нашу просьбу поставить ботинки определенным образом.

Поведение Сэма убедило его маму, которая присутствовала на встречах, насколько Сэму был важен во всем абсолютный контроль. Как только она свыклась с этой мыслью, мы совершили одно важное изменение – изменили наше отношение к ситуации. Мы сообщили Сэму,

что больше не хотим, чтобы его ботинки стояли у стены – и вынесли их в коридор. Можете представить удивление Сэма, когда вместо того, чтобы сердиться на его самоуправство, мы со смехом сказали ему: «Это было смешно! Ты классно играешь в эту игру, Сэм!» На следующий день, когда Сэм снова оставил ботинки посередине комнаты, мы сказали: «Отлично! Мы знали, что ты поставишь их именно сюда. Спасибо, что снова помог нам угадать правильно!» Мы играли в эту 'игру' каждый день в течение всех двух недель: куда бы Сэм ни поставил свои ботинки, мы говорили, что это именно то место, которое мы загадали. Мы выиграли «битву за ботинки», просто изменив свое отношение к ней. Теперь все выглядело так, что Сэм всегда «слушался» нас, как бы он ни старался сделать по-своему.

Каждая семья уникальна, и поэтому вы должны решить сами для себя, когда, почему и как вы будете выигрывать ваши «битвы за ботинки». Но помните – те битвы, которые вы способны выиграть сегодня, через некоторое время могут оказаться «не по зубам».

Если ввязались в сражение – выигрывайте его!

Родители обязаны выигрывать те битвы «за власть», в которые они решаются вступить. Этот принцип обычно прост в исполнении, потому что родитель всегда может выбрать сам, по какому поводу стоит вступить в противоборство с ребенком.

Шестилетний Джонатан категорически отказывался ставить после завтрака свою тарелку в посудомоечную машину. Каждое утро мама напоминала ему об этом, и каждое утро он «забывал» это сделать. Так как мама была не готова брать отгул на работе только для того, чтобы научить Джонатана убирать тарелки в посудомойку, она решила изменить свое отношение к ситуации. И, как и в случае с Сэмом, это помогло.

«Джонатан, как ты догадался, что сегодня я хотела попросить тебя **не** ставить тарелку в посудомойку? Я хотела сначала ополоснуть все тарелки в раковине, и ты, сам того не зная, облегчил мне работу. Спасибо! Мне кажется, мы стали лучше понимать друг друга, и ты уже практически читаешь мои мысли». Мама просто ушла от «битвы за власть» и тем самым восстановила свой контроль над ситуацией – а значит, в глобальном смысле выиграла.

Некоторым родителям может показаться, что в этом примере мама фактически сдалась перед упорством Джонатана. На самом деле, своим неожиданным ходом она смогла ускорить процесс формирования привязанности между нею и сыном. Вот если бы ежедневные споры по поводу тарелки продолжались, то можно было бы констатировать, что мама так и не смогла вернуть инициативу. Джонатан постоянно на-

рушал бы мамины требования, она постоянно бы злилась и ругала его за это – и ни о каком формировании между ними привязанности не могло бы быть и речи. В такой обстановке невозможно ни удовлетворение взрослым потребности ребенка, ни последующее доверие со стороны ребенка, и от этого проиграли бы обе стороны.

Задача родителей – научиться создавать ситуации, когда возможен выигрыш обеих сторон. В этом случае ребенок поймет, что победа родителей означает и его собственную победу. Эта идея становится открытием для ребенка, пережившего жестокое обращение, потому что его опыт показывает, что «победа» взрослых самому ребенку приносит только физические или моральные страдания. Также, довольно часто ваш ребенок будет «проигрывать» в спорах с вами, что тоже совершенно нормально. У каждого из нас бывали ситуации, где верх одерживала другая сторона, и умение достойно проигрывать очень полезно для взрослой жизни.

ПРЕДСКАЗУЕМОСТЬ

С ребенком, у которого есть проблемы в формировании привязанности, лучше быть непредсказуемым. Это утверждение может показаться радикальным для тех родителей, которые с большим успехом применяли последовательное воспитание в отношении обычных детей. Действительно, для большинства детей предсказуемость очень полезна, и многие родители не жалеют сил, чтобы показать своему ребенку, что каждый поступок влечет свои последствия и эти последствия каждый раз одинаковы.

Но дети, пережившие жестокое обращение, не понимают причинно-следственных связей. Даже когда их поведение влечет совершенно естественные неприятности, они искренне не видят связи между ними и своими действиями.

Представьте, что вы установили такое правило: если ребенок не делает вовремя уроки, то он отправляется в свою комнату под домашний арест. Ребенку с нормальным чувством привязанности совсем не хочется оказаться взаперти, поэтому он тут же садится за математику. Напротив, ребенок, не понимающий причинно-следственных связей из-за расстройства чувства привязанности, понимает это правило как выбор: *или* делай уроки, *или* иди в свою комнату. Такой ребенок размышляет примерно так: «На самом деле, это не такой уж плохой вариант. Раньше меня долго оставляли одного дома, морили голодом, даже били. А тут надо всего лишь тихо посидеть в своей комнате. Очень даже неплохо! Я выбираю посидеть в комнате, а не делать уроки». Ребенок считает, что он просто выбирает из двух альтернатив, предложенных родителем, и ему не понятно, почему мама и папа сердятся на него за это.

В итоге ребенку с нарушением привязанности гораздо полезней **не** сообщать, каковы будут последствия его поведения. Вместо этого родителям следует каждый раз реагировать по-разному: когда-то просто не замечать проступок, когда-то ограничиться замечанием, а, иногда, налагать на ребенка негативные последствия. Именно ребенок должен постоянно гадать, как на этот раз поведут себя родители, а не наоборот.

Было время, когда в штате Пенсильвания вдоль дороги висели плакаты с изобра-

жением полицейского, указывающего пальцем в лицо воображаемому водителю, с подписью «Не превышайте скорость!» и списком штрафов за каждую дополнительную милю превышения скорости. Мы, жители штата Огайо, знали, что полицейские в Пенсильвании любят выписывать штрафы, поэтому выбирали то превышение скорости, за которое было не жалко заплатить, и жали на газ в надежде, что в этот раз пронесет. Представьте себе, какой бы эффект имели плакаты такого содержания: «Мы придумали кое-что новое для любителей превышать скорость. Жмите на газ – и скоро вы сами узнаете, что это». В этом случае водители однозначно держались бы строго в пределах скоростного ограничения - пусть кто-нибудь другой испытает первым, что там придумала полиция Пенсильвании! Неизвестное обладает большой силой воздействия.

Предсказуемость отлично работает в воспитании обычных детей, потому что детям с нормально сформированным чувством привязанности не нравится ссориться со своими родителями. Напротив, им важно получить одобрение родителей, поэтому они стремятся понять правила заранее, чтобы их выполнять. Со своей стороны, дети с нарушением привязанности производят такое впечатление, будто им нравится, когда родители рассержены и эмоционально закрыты. Для таких детей предсказуемые и незыблемые правила – это своего рода дорожная карта, которая точно указывает, как можно вывести маму или папу из равновесия... и как можно оставаться вне семьи и вне ее правил.

Но даже если ребенок с нарушением привязанности сможет достичь подобных краткосрочных целей, эта победа не сделает его счастливым в будущем. Дорожная карта перестает действовать, как только реакция родителей на то или иное поведение ребенка становится более непредсказуемой. Вот тогда ребенку приходится каждый раз искать новые пути, которые неизбежно будут вести его все ближе к новой семье.

ПОХВАЛА

Похвала оказывает положительный эффект на подавляющее большинство детей. Детям хочется услышать от родителей похвалу, поэтому они воспроизводят то поведение, которое тем нравится. Когда ребенок с нормальным чувством привязанности слышит от своего отца: «Эту неделю ты себя отлично вел», он светится от гордости. Но ребенок с нарушением привязанности те же слова истолкует как сигнал о том, что он допустил слабость, потерял контроль над ситуацией, и ему лучше снова начать избегать отца при каждом удобном случае. Похвала такому ребенку почти всегда означает, что его неприятное поведение возобновится с новой силой.

Похвала должна быть конкретной, лаконичной и эмоциональной. Быстрое прикосновение, улыбка, взгляд в глаза и короткое: «Отличная работа!» воссоздают цикл формирования привязанности, включающий физический, речевой и зрительный контакт, и сообщают ребенку, что его хорошее поведение не прошло незамеченным.

Бурно хвалить или отмечать подарками нормальное поведение – например, правдивость – непродуктивно. Такое отношение показывает ребенку, что вести себя хо-

рошо, – это тяжелый труд, достойный особого поощрения. Но ведь реальная жизнь устроена совсем не так. Полиция не награждает законопослушных граждан за то, что те не воруют, – но вот воров сажают за решетку. Для ребенка главной наградой за хорошее поведение должны быть счастливые родители и счастливая жизнь.

Иногда полезно, чтобы дети, которым посвящена эта книга, услышали о себе хорошие слова как бы случайно. Такая похвала не столько прямолинейна, чем когда ее говорят в лицо, и может дать отличный эффект. Например, сделайте вид, будто звоните подруге, – а на самом деле наберите номер службы точного времени, – чтобы рассказать «ей» о некоторых успехах вашего ребенка. Ребенок, переживший жестокое обращение, особенно бдителен, поэтому можете быть совершенно уверены, что он подслушает этот разговор. Правда, обычно ребенок слышит только телефонные жалобы приемных родителей социальным службам, родственникам или терапевтам. Но если однажды вместо этого вы «тайком» скажете о нем что-то хорошее, ребенок будет приятно удивлен.

Другая форма непрямой похвалы – это послать ребенку открытку с парой приятных слов. Тот факт, что вы не пожалели сил выбрать открытку и послать ее по почте, добавляет ценности вашей похвале. В то же время она сделана вне прямого общения, при котором ребенку пришлось бы признать факт послушания и тем самым рисковать «потерей лица».

ГИБКОСТЬ

Если у вас не получается заставить ребенка изменить свое поведение, то пусть его поведение станет тем, чего вы хотели. Звучит бессмысленно? Совсем нет! Если ваш ребенок закатывает истерику, бессмысленно просить его остановиться. Вместо этого попробуйте сказать так: «Ой, истерика! Я налью себе чашечку чаю и с удовольствием посмотрю, как ты классно катаешься и орешь». Если в этот день вы особенно уверены в своих силах, можете попробовать такой вариант: «А ведь это совсем не предел, правда? Уверена, что ты мог бы орать и погромче».

Если после таких слов ребенок продолжит истерику, то это будет уже не бунт, а послушание. У ребенка появляется две альтернативы: успокоиться *или* «послушно» истерить дальше, тем самым подчиняясь вашей просьбе.

Одна семья, насмотревшись Олимпийских игр, сделала карточки с цифрами от одного до пяти. Каждый раз, когда их приемный ребенок закатывал истерику, остальные члены семьи могли достать свои карточки и оценить «технику и артистизм исполнения». Так как истерики в этой семье стали источником смеха, а не стресса, их сила и частота заметно снизились.

Когда к нам на консультации приходят дети – хронические лжецы, мы часто задаем им такие вопросы, на которые ребенок ответа не знает. Когда мы получаем

ожидаемое «я не знаю», мы просим такого ребенка солгать. Обычно он на минуту теряет дар речи, а потом возмущенно отвечает: «Я не буду этого делать!» Нашим склонным к вранью пациентам явно не нравилось, когда взрослые начинали играть в их же игру, но по собственным правилам.

Что такое хорошо, и что такое плохо

Дети, пережившие жесткое обращение, в своем развитии часто застревают в очень юном возрасте, когда мир вокруг состоит из крайностей: большое или маленькое, хорошее или плохое, холодное или горячее. Это немного сказочный мир, где ребенок воспринимает себя или доброй феей, или злой ведьмой, но никогда не может быть кем-то «между», способным как на хорошие, так и на плохие поступки.

Взрослые должны объяснить ребенку, что между черным и белым есть много промежуточных оттенков. Такие дети с трудом понимают, что значит просто «быть хорошим». Когда у них спрашивают, что надо делать, чтобы «быть хорошим», они отвечают: «Хорошо себя вести». Когда их просят объяснить, что значит «хорошо себя вести», их взгляд становится пустым. Для таких детей «вести себя хорошо» - это быть идеальным, а так как никто не может быть идеальным, то можно даже не пытаться. Не понимая степеней плохого или хорошего поведения, такие дети считают, что пролить молоко или ударить младшего брата – это провинности одинакового масштаба.

Обычно мы стараемся показать ребенку разницу, используя его собственное тело. Голова олицетворяет прекрасное поведение, а ступни ног – самое плохое. Сначала, когда мы просим ребенка распределить его поведение по этой шкале, у него получается только две группы: голова и ступни ног. То есть и невыполнение уроков, и издевательство над котом оказываются на уровне ступней.

По мере работы с нами ребенок начинает осознавать, что у каждого проступка есть своя степень. Мучить животных находится на уровне ступней; не делать уроки – это уже в районе талии; выслушать просьбу взрослых, не перебивая, – это шея; помочь папе вымыть машину – голова. Следующим шагом мы просим ребенка не делать ничего, что оказывается на уровне ремня и ниже. Такое поведение включает причинение вреда другим и обман их доверия, например, воровство или вранье. Теперь у родителя появляется удобная формула – «Это ниже ремня!», - которая помогает ребенку быстро сориентироваться. Если ребенок достаточно большой, чтобы понимать шкалу от 1 до 10, то можно использовать и такой способ классификации поступков.

Пол попал к нам на прием в возрасте одиннадцати лет. По мере того, как его поведение становилось все лучше и лучше, Пол часто спрашивал своих родителей: «А что бы на моем месте сделал обычный мальчик?» Он знал, что кое в чем отличается от других детей, и ему это не нравилось. В то же время Пол не был уверен, какое именно поведение было бы нормальным в той или иной ситуации.

Бесполезно просить таких детей прекратить делать то, что они делали раньше, не предложив при этом никакой альтернативы. Никто не согласится отказаться от привычного образа жизни, если не будет знать, что он получит взамен. Вместо того, чтобы запрещать ребенку врать, попросите его говорить правду.

Арон был хроническим лжецом. Чтобы решить эту проблему, его мама сделала из обувных коробок два маленьких кукольных театра. Один назывался «клуб лжецов», он был выкрашен в мрачные цвета с грозовыми тучами и молниями. Другой был «клубом тех, кто говорит правду», и в нем были нарисованы радуга, солнышко, и приклеена фотография приемных родителей Арона. Мама взяла фотографию Арона, наклеила ее на картонку на подставке и поставила в солнечный «клуб тех, кто говорит правду». Каждый раз, когда Арон начинал врать, мама вздыхала и переставляла его фотографию в мрачный «клуб лжецов». Видя это, Арон немедленно переключался на «правдивый режим». Идея двух клубов – это отличный, простой и наглядный способ показать ребенку, что говоря правду, выигрывает он сам, потому что становится ближе к своей новой семье.

На обычного ребенка, который расшалился, слова: «В нашей семье так не принято», могут произвести нужный эффект. Но приемные дети, которые к моменту появления в вашей семье успели сменить много домов, могут не догадываться, что именно вы от них ожидаете. Ребенок, который вырос в детском доме, хорошо представляет себе жизнь в коллективе, но не знает ничего о жизни в семье. Мы и сами понимаем, как принято вести себя в семье и чего ожидать от наших родителей, только потому, что жили все вместе и наблюдали за домашними. У детей с тяжелым прошлым нет похожего опыта. Тот недовольный материнский взгляд, который обычных детей буквально приковывает к месту, ребенок с нарушением привязанности воспринимает совершенно равнодушно. Более того, часто он вообще его не замечает.

ТЯЖЕЛАЯ РАСПЛАТА

Малыши, у которых было счастливое детство, быстро понимают, что такое сотрудничество и взаимность. Они улыбаются – и мама улыбается в ответ. Папа щечочет – ребенок смеется – и папа смеется. Теперь представьте себе детство ребенка, которого били или которым вообще не занимались, - о какой взаимности могла быть речь в такой обстановке?

Заброшенных детей – независимо от того, выросли они в детском доме или в биологической семье – почти никогда и никто не брал на руки, не строил с ними рожицы, не говорил с ними. Вместо сотрудничества и взаимности в жизни этих детей – сплошная непредсказуемость, потому что они никогда не знали, когда их ударят или еще как-нибудь обидят. Что хуже, эти обиды не имели никакой связи с пове-

дением ребенка.

Большинство обычных людей знают, как поправить отношения со своими друзьями, родными и близкими. Если человек досадил или обидел другого, он старается загладить вину каким-нибудь милым жестом, например, посылает цветы, или извиняется, или целует в щечку, или пишет письмо. Ребенок, переживший жестокое обращение, не понимает, что такое взаимность и сотрудничество, поэтому он не знает, как можно загладить вину в таких случаях. Такие дети не понимают, почему во вторник мама рассердилась за то, что ребенок натворил в понедельник, - ведь понедельник уже прошел.

Родителям необходимо специально учить ребенка искусству извиняться, пока ребенок искренне не поймет его суть. Само собой это знание не придет, поэтому ребенок должен упражняться в правильном обращении с другими людьми столько раз, сколько посчитают нужным его родители.

Брайан так сильно ударил свою сестру, что отбил ей почку. Девочке был рекомендован постельный режим в течение одной недели, и на все это время Брайан стал ее слугой: он приносил сестре бумажные салфетки, воду, еду, книги, - в общем, все, что она попросит. Брайан знал, что поступил очень плохо, поэтому старался угодить и караулил у постели сестры день и ночь. На третий день он заявил, что больше никогда и пальцем ее не тронет. Уж слишком велика была расплата.

В некоторых случаях расплата может быть короткой, например, если мама говорит: «Я хотела вытереть со стола, но вместо этого придется позвонить твоей учительнице по поводу твоего поведения. Так что придется тебе вытереть со стола вместо меня». Хотя звонок может занять двадцать минут, а вытереть стол можно и за две, но главное правило все то же - это расплата. Хорошо и то, что даже такая ситуация может быть обоюдно выигрышной, потому что если ребенок хорошо вытерет стол, мама его похвалит.

Вам может быть не очень комфортно разыгрывать такое неискреннее сотрудничество с ребенком, потому что оно кажется фальшивым, а эмоции - ненастоящими. Это справедливое замечание, но тут мы предлагаем следовать принципу: «Притворяйся, пока это не станет привычкой». Когда мы извиняемся перед посторонним человеком, которого случайно толкнули при входе в магазин, это происходит автоматически, и, строго говоря, не идет прямо из сердца. Ребенок тоже должен научиться выполнять какие-то действия или говорить какие-то слова автоматически, пока сам не осознает их смысл. Почитайте с ребенком книгу Марджери Уильямс «Плюшевый заяц, или как игрушки становятся настоящими»¹³, где рассказывается как раз о том, как трудно быть всегда искренним.

¹³ Margery Williams, *The Velveteen Rabbit*.

На русском языке эта книга была опубликована издательством «Розовый жираф», Москва, 2011, и продается в книжных магазинах г. Москвы, а также на <http://www.ozon.ru>. – прим. издателя.

ПЕНИЕ

По какой-то причине дети терпеть не могут, когда их родители начинают петь на людях. На самом деле, им не очень нравится наше пение дома тоже. Когда вы сердитесь и вам хочется много сказать о своих чувствах плюс прочитать ребенку нотацию, попробуйте вместо этого выразить свои переживания в песне. В этом случае популярные мелодии работают особенно хорошо. Ваш ребенок будет потрясен, потому что когда поешь, трудно оставаться сердитым. Пение позволяет выпустить пар весело, обаятельно и совершенно безопасно – и вдобавок дать известному мотиву свои собственные слова.

Пение вместе с ребенком тоже помогает донести друг другу свои мысли и чувства. Вы можете сочинить свою общую песню, где первый куплет пишете вы, следующий – ребенок, и далее по очереди. Пение снимает напряжение в любой ситуации, и очень вероятно, что песня гораздо быстрее, чем типичная родительская нотация, донесет до ребенка все, что вы хотите сказать.

ЧТО В НАС ВХОДИТ И ЧТО ИЗ НАС ВЫХОДИТ

Все, что связано с едой, писанием, каканием и сквернословием, находится в полном контроле ребенка. Хотя родителям бывает трудно с этим смириться, но это непреложный факт.

Вопросы питания могут быть особенно острыми. Подумайте: многие люди в любую поездку берут что-нибудь перекусить. А вы задумывались, зачем они это делают, если всегда можно купить что-нибудь по дороге? Те, кто оказался в больнице, часто запасают еду в прикроватной тумбочке. И совсем уж невозможно себе представить утреннее совещание без кофе и печений.

Конечно, если ребенок совсем не ест или ест слишком много, родитель обязан позаботиться о его здоровье. Но если речь идет всего лишь об одном пропущенном обеде или об одной лишней порции, то это вполне безобидно для ребенка. Если вашему ребенку нравится только зеленая фасоль, стоит ли заставлять его есть еще и горошек? Не проще ли готовить ему только фасоль? Мы не предлагаем родителям готовить для каждого члена семьи по отдельности, но индивидуальные вкусы можно учесть всегда.

Если ваш ребенок писает или какает в постель или трусы, он должен убирать за собой сам. Как именно он будет это делать, определяют родители с учетом объективных возможностей ребенка. Крики, угрозы и наказания эту проблему не решат. Хотя родители никак не могут контролировать поведение ребенка в этой области, оно становится источником особого гнева. Более того, родители начинают дистанцироваться от такого ребенка, чего он, собственно, и добивается. Ребенок с нарушением привязанности чувствует свою власть именно в те моменты, когда

родитель рассержен и отстранен. Подчеркнем еще раз: хотя это именно то, чего хочет такой ребенок, но это совсем не то, что ему на самом деле нужно. Вместо того, чтобы сердиться, постарайтесь взглянуть на ситуацию со стороны, сохранить невозмутимость и не отстраниться от ребенка с такой проблемой. Просто грустно улыбнитесь, проявите сочувствие его беде и помогите убрать за собой. Такая спокойная реакция – это как раз то, чего ваш «особенный» ребенок от вас **не** хочет, поэтому появляется реальный шанс, что нежелательное поведение начнет сходиться на нет.

РОДИТЕЛЬСКИЕ ОЖИДАНИЯ

Ожидания родителей должны быть разумными. Это означает, что родитель должен не столько ориентироваться в этапах развития обычного ребенка, сколько научиться определять реальный эмоциональный возраст своего «особенного» ребенка. Сегодня есть много книг на тему развития детей, поэтому вам будет нетрудно найти что-то подходящее в книжном магазине или в библиотеке.

Например, мы ожидаем, что обычный десятилетний ребенок способен сам играть в свои игрушки. Если ваш ребенок этого не делает, может быть, его игрушки не подходят именно для него. Когда мама дает малышу его первые кубики, она показывает ему, как их надо ставить один на другой, и улыбается, если он рушит пирамидку. Эта игра повторяется много раз и соответствует возрасту ребенка. Но если эмоциональное развитие вашего десятилетнего сына остановилось на более раннем, чем его биологический возраст, этапе, то, возможно, вам стоит заменить видеоигры на более простые конструкторы или строительные блоки. Вашего подросткового ребенка могут больше заинтересовать игрушки для детей младшего возраста.

Ане было уже десять лет, но она никогда не играла с игрушками. Ее комната была похожа на место взрыва, усеянное частями и даже кусками игрушек. Вдобавок Аня никогда не убирала у себя в комнате. В конце концов, ее мама воспользовалась нашим советом и сама убрала и организовала комнату девочки. С этой задачей мог бы справиться любой ребенок десяти лет, но в эмоциональном развитии Ане было около четырех лет. Мама купила большие пластиковые контейнеры. В один она сложила все кубики, в другой – одежду для кукол, в третий – игрушечные машинки, и так далее. Теперь мама поступала так: она говорила Ане, что настало время играть в куклы, и садилась играть вместе с ней. Через некоторое время Аня начала сама играть в игрушки. Когда ее игры были организованы, а мама подсказывала, когда и во что играть, у Ани получалось играть и самой. Ее любимыми игрушками оказались куклолки, которые дарила мама. Постепенно Аня научилась и сама быть хорошей мамой для своих кукол.

Как любой четырехлетка, Аня не умела убирать и организовать свою комнату. Но как только мама сделала это за нее, Аня стала поддерживать новый порядок. Мамины инструкции были ясными и простыми, поэтому у девочки получилось их выполнять. Как только мамини ожидания стали разумными, проблема была разрешена к взаимному удовольствию мамы и дочери.

Еще один пример разумных ожиданий – работа по дому. Родителям часто кажется, что достаточно выдать ребенку список дел, и он их выполнит. Это не так – особенно в отношении ребенка с нарушением привязанности. В его случае задание должно звучать так: «Делай то, что я скажу, тогда, когда я скажу». Это простое, прямое и легко выполнимое указание.

Также, стоит помнить о том, что большинство детей, о которых эта книга, лучше всего справляются с заданием, если выполняют его вместе с родителями. Так же, как четырехлетки предпочитают стирать пыль с мебели вместе с мамой, ваш «особый» ребенок тоже любит работать у вас под боком. Например, если вы поручили ему сложить полотенца, встаньте тут же рядом и поболтайте с ним, пока он делает эту работу... а, может, даже сделайте ее вместе с ним. Эти минуты совместного труда помогут укрепить вашу взаимную связь. Если за неделанную работу по дому вы будете только наказывать и ругать ребенка, дистанция между вами так и не сократится.

КОГДА ВЫИГРЫВАЮТ ОБЕ СТОРОНЫ

Многие дети, пережившие жестокое обращение, думают, что если они будут слушаться родителей и тем самым позволят им «выиграть», то самим детям это принесет большой проигрыш. Поэтому приемной семье надо особенно стараться, чтобы любая ситуация оставалась потенциально выигрышной для обеих сторон. Очень важно, чтобы ваш ребенок понял, что выигрывать могут и родители, и дети, – и при этом безопасности ребенка ничего не будет угрожать. Например, если ребенок перестает писать в кровать, то родители выигрывают, потому что им не надо менять белье. Но и ребенок выигрывает, потому что его постель остается сухой и теплой. Если же ребенок продолжает писаться в кровать, то родители выигрывают, потому что они притворяются, что им все равно. А вот ребенок в этом случае проигрывает, потому что ему приходится убирать за собой. Если ваш приемный сын решает по-настоящему стать частью вашей семьи, то вы выигрываете, потому что у вас появляется сын. А он выигрывает, потому что у него появляются счастливые родители. Воспитание «особого» ребенка не стоит превращать во взаимную проверку на твердость характера. Напротив, приемные родители должны стать наставниками для ребенка, вызывая его на соревнование с самим собой и поддерживая на пути к счастливой жизни в семье.

УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ

Исцеление ребенка невозможно, если его приемные родители постоянно сердятся. Родители могут перенаправить свое раздражение с ребенка на агентство по усыновлению, правительство или биологическую семью, но это решит проблему лишь отчасти. Самое лучшее решение – это избавиться от гнева в принципе.

Держать гнев в себе разрушительно и для родителей, и для брака, и для ребенка. Удивительно, как много хронически раздраженных родителей, услышав эти слова, возражали: «Но как я могу избавиться от этого чувства? Я же не святая(ой)!» Ирония ситуации заключается в том, что в то же самое время те же самые родители ожидают, что их приемные дети как раз найдут в себе силы избавиться от чувства гнева по отношению к перенесенной жестокости и предательству.

Нет общего рецепта по избавлению от чувства гнева. Некоторые родители обращаются к психологу или посещают группы поддержки. Другим помогает религия или ведение дневника. Каждый родитель должен найти свой способ отпустить гнев.

Если родитель всегда и в одинаковой степени раздражен, - неважно, ребенок солгал, не доел свой обед, выстриг проплешины у себя на голове или ударил собаку, - ребенок никогда не сможет увидеть разницу между легким непослушанием, умеренно плохим и откровенно ужасным поведением. Что хуже, он не испытает ни малейшей привязанности к вечно сердитому родителю. Да и кто бы испытал?

Вместе с тем, бывают ситуации, когда гнев совершенно уместен. Даже Иисус Христос пришел в негодование, встретив торговцев в храме. Если ситуация того заслуживает, родитель должен показать ребенку свой гнев непосредственным и личным образом. Выражение лица должно соответствовать степени раздражения, речь должна быть громкой, а слова - ясными и простыми. Гнев – это то оружие, к которому надо прибегать как можно реже, но которое бывает уместно в наиболее критических ситуациях.

ЗАБОТА В РАДОСТЬ

Хорошие родители заботятся о своем малыше, что бы он ни вытворял. Даже если ребенок обкакался, срыгнул или визжит в папино ухо, родители продолжают нежно ворковать и всячески ему угождать. Детям, пережившим жестокое обращение, особенно нужна такая безусловная нежность. Порой родителям не просто разглядеть эту потребность, но она очень актуальна.

Внешне дети с нарушением привязанности всячески избегают проявлений нежных чувств, поэтому родителям легко поверить, что ласка не нужна им вообще или хотя бы до тех пор, пока они не начнут заслуживать ее хорошим поведением. Такое отношение невыгодно самим родителям, потому что ни один ребенок не сможет вырасти полноценным человеком без родительской ласки, а дети с нарушением

привязанности делают все возможное, чтобы избежать ее. Например, не стоит искушать вашего ребенка такими словами: «Если ты будешь хорошо себя вести на этой неделе, мы в субботу всей семьей поедим на пикник». Это все равно, как если бы вы сказали: «Теперь только ты решаешь, сможет наша семья хорошо провести время или нет. Только ты решаешь, поедим мы на пикник или останемся дома». На самом деле, лучше ничего не объявлять заранее, а принять решение о пикнике в пятницу вечером.

Проявление нежности и заботы к ребенку с нарушением привязанности настолько важно для его исцеления, что мы посвятили этой теме Главу 5 «Корица и яблочный джем». Для того, чтобы цикл формирования привязанности завершился, ребенок должен многократно ощутить вашу заботу и нежность. Ее проявления могут быть короткими или длинными, простыми или сложными, но они должны иметь место в жизни ребенка.

Если ваш ребенок становится особенно непослушным каждый раз после того, как вы все особенно хорошо провели время, сделайте вид, что это именно то, что вы от него хотите. Можно сказать что-то вроде: «Мы очень хорошо провели время, поэтому дома - как это обычно бывает - ты будешь вести себя особенно ужасно. Но будь спокоен: я тебе это разрешаю». У ребенка появится две альтернативы: либо капризничать (и тем самым подчиниться маме), либо держать себя в руках (и продемонстрировать свою независимость). В любом случае вы, как мама, будете в выигрыше. Только помните, что настоящая причина особенно плохого поведения вашего ребенка в таких ситуациях заключается в том, что он думает, что провести время с семьей в свое удовольствие означает потерю контроля, и даже намек на подобную слабость пугает ребенка.

Ниже мы приводим некоторые упражнения, которые вы можете попробовать с вашим ребенком.

Разрешить то, что хотелось бы запретить

Прямо разрешить ребенку делать то, что вас особенно раздражает, - это простой, забавный и крайне эффективный способ отбить у него охоту к тому, что до сих пор вы многократно и совершенно безрезультатно просили его не делать. Переверните ситуацию с ног на голову и попросите ребенка делать именно то, что вы ему раньше запрещали. Например, если в магазине ваш ребенок обычно закатывает истерику, то подъезжая к торговому центру, скажите ему: «Малыш, а мы ведь почти совсем приехали. Я прошу тебя приготовиться и закатить самую мощную истерику за всю историю человечества! Я наконец поняла, что все это время пыталась запретить твое самое любимое занятие, и, конечно, ты не мог от него отказаться. Поэтому как только мы выйдем из машины, сразу начинай орать и топтать ногами. Тогда ты сможешь закончить истерику чуть пораньше».

Если, пуще чаянья, ребенок выполнит вашу просьбу, не беспокойтесь – тем самым он все-таки проявил послушание, пусть даже и таким странным образом. Но в действительности такой сценарий крайне маловероятен. В большинстве случаев ваше прямое разрешение закатить истерику заставит ребенка категорически от нее отказаться. Еще лучше этот трюк работает с детьми, которым особенно важно все

делать прямо наоборот.

У нас был один маленький пациент, который во время встреч неизменно отказывался говорить с нами или со своими родителями. В один прекрасный день мы встретили его словами: «Пожалуйста, сегодня с нами **не** разговаривай», - и именно в тот день наш молчун говорил не переставая.

Попугайничать

Это веселое упражнение не требует почти никаких усилий, потому что все, что вам нужно делать, это фактически передразнивать вашего ребенка. Например, если обращаясь к вам, он постоянно бормочет под нос, отвечайте ему таким же образом. Удивительно, как быстро такой шептун учится говорить ясно и четко, если кто-то другой начинает разговаривать с ним так же неразборчиво.

Если ваш ребенок пытается громким пением заглушить вас, когда вы обращаетесь к нему, - начните петь в ответ. Если ваш ребенок регулярно обзывает вас дураком, - иногда прикидывайтесь им, особенно в те моменты, когда ребенку крайне важно, чтобы вы соображали быстро. Например, если ребенок, привыкший обзываться, хочет поехать в парк покататься на роликах, отвечайте так: «Я бы с радостью, но ведь я дурак, вот я и забыл, как туда добраться». После таких слов вам даже не надо будет добавлять: «Ну что, будешь теперь обзываться?» Ребенок усвоит этот урок и избавится от дурной привычки обзывать других гораздо быстрее, чем если вы постоянно повторяли бы ему: «Не обзывайся, это невежливо». Давайте посмотрим правде в глаза: он и сам всегда знал, что это невежливо.

Удивить ребенка неожиданным выбором

Если вы догадываетесь, как именно ваш ребенок поведет себя в той или иной ситуации, можно попытаться заставить его пересмотреть свое обычное отношение и поведение, предложив неожиданный выбор. Например, если ребенок привык перебивать ваши телефонные разговоры, предложите ему такой выбор: «Я собираюсь позвонить бабушке, поэтому можешь или перебивать меня, или тихонько поиграть рядом». Когда вы даете ребенку выбор, он вынужден обдумать каждый вариант, а не воспроизводить привычное поведение. Вместо машинальной реакции ребенку приходится думать.

Воспитание ребенка с нарушением привязанности - это нелегкий труд. Но если вы начнете понимать его внутренний мир и мотивы его поступков, ваш гнев начнет стихать, и родительская роль станет легче. Дело совсем не в том, что вы «плохой родитель», - такой ребенок ведет себя одинаково с *любым* родителем. И дело не в том, что традиционные методы воспитания плохи, - просто они были придуманы для детей с нормально сформированным чувством привязанности. Напротив, те приемы, которые мы предлагаем в этой книге, были разработаны специально для детей с особыми потребностями, и это главное их достоинство. Когда у вас в руках есть практические решения, вы контролируете ситуацию и не теряете чувства юмора, вся динамика отношений внутри семьи начнет меняться к лучшему. К родителям возвращается уверенность в собственных силах, а дети начинают чувствовать себя более защищенными. А теперь смело идите вперед и начинайте экспериментировать!

Глава 5

КОРИЦА И ЯБЛОЧНЫЙ ДЖЕМ

Проявляя нежность к «трудному» ребенку

Приемным семьям, которые измотаны ежедневными заботами и утомлены особыми требованиями ребенка с нарушением привязанности, может иногда показаться, что они живут в осажденной крепости. Школа, поездки на терапию, изучение новых педагогических подходов, электронная почта, звонки по мобильному, трудности на работе, трудности дома, брак, долгие часы на ежедневную дорогу, постоянные переживания... кто сказал, что быть родителем – одна забава? Не удивительно, что в такой обстановке времени на проявление нежности и заботы не хватает.

Но проявление нежности к непростому ребенку не должно напоминать двухнедельный отпуск, который опустошает общий кошелек и оставляет приемную семью еще более измотанной. Иногда достаточно пары минут - просто чтобы выложить в чашку ложку сладкого яблочного джема и посыпать его горстью корицы. Просто? Да. Решит все проблемы? Нет. Но если родители не найдут времени для проявления нежности по отношению к своим «особенным» приемным детям, вся семья обречена на мрачное бессмысленное существование.

Когда Джо и Линда усыновили своего восьмилетнего сына, он любил играть в бейсбол и хорошо учился в школе, но к новым родителям отнесся весьма прохладно. Сначала они держали дистанцию, ожидая, когда сын первым подаст сигнал о сближении. Но в конце концов Джо и Линда послушались совета специалистов и купили игрушки для ванной, стали убаюкивать мальчика перед сном и петь ему детские песенки. Чем чаще они проявляли нежность, более уместную для малышей, тем более открытым и любящим становился их сын.

В тех случаях, когда ребенок пережил особенно жестокое обращение, одних педагогических приемов может быть недостаточно. Но сочетая правильное воспитание с правильной терапией, можно помочь и таким детям исцелиться и стать полноценными членами общества.

Цикл формирования привязанности настолько же прост, насколько важен. Для того, чтобы он проходил нужным образом, родителям достаточно добросовестно выполнять свои обязанности – и тогда ребенок расцветает. Вновь и вновь повторяется знакомая цепь событий: у ребенка возникает потребность – он проявляет ее возбуждением или плачем – родители удовлетворяют потребность – формируется доверие. Как капли дождя, падающие на молодую рассаду, этот ежедневный ход событий помогает ребенку вырасти в сильное растение с прекрасными цветами.

К сожалению, дети, пережившие жестокое обращение, мало похожи на нежные деревья, ждущие, когда на них прольется живительная влага родительской любви. Напротив, жизненный опыт превратил их в колючие кактусы, чьи иголки достаточно остры, чтобы держать родителей на расстоянии. Но как даже кактусу порой нужен глоток воды, так и вашему «непростому» ребенку важно переживать цикл формирования привязанности – включая ту его часть, которая касается удовлетворения потребности, - чтобы иметь шанс когда-нибудь начать доверять миру.

Привязанность – это не событие, а процесс. Ее укрепляет любая деятельность, которая помогает завершить цикл формирования привязанности. Если же в этом цикле есть все, кроме удовлетворения потребности ребенка, то цикл не сможет завершиться. То, сколько раз надо повторить этот цикл, чтобы привязанность стала достаточно стабильной, зависит от нескольких факторов:

- наследственность ребенка;
- его прошлое;
- тяжесть ущерба, причиненного его психике этим прошлым;
- личные качества новых членов его семьи и вовлеченных специалистов.

В любом случае, чтобы привязанность сформировалась, цикл должен повториться много раз. Когда этого не происходит или когда цикл идет не так, как предполагается, ребенок отвергает ласку. Родители могут буквально исходить любовью к ребенку, но, как и кактус при наводнении, ребенок не сможет расцвести. И дело не в самой любви, а в том, что ваш ребенок пока просто не в состоянии оценить ее по достоинству. Когда приемный ребенок отвергает своих новых родителей, им становится больно и обидно, они опускают руки и невольно сами прерывают цикл формирования привязанности.

КАК ДОСТУЧАТЬСЯ ДО РЕБЕНКА

Секрет успеха в том, чтобы понять, когда и сколько воды нужно вашему маленькому кактусу. В противном случае и родители, и ребенок никогда не смогут преодолеть стадию возбуждения: ребенок проявляет возбуждение, это вызывает гнев у родителей, а потом – у самого ребенка, его потребность не удовлетворена, следовательно, доверие тоже не возникает.

Большинству людей трудно понять, почему ребенок с нарушением привязанности отвергает то, что обычным детям нужно больше всего, а именно любовь и нежность. Ответ прост: потому что с самого раннего детства такие дети уяснили, что доверять нельзя никому. Они запомнили, что те, кого ты любишь, бросают тебя. Они запомнили, что нежности ни от кого ждать не стоит. И что самое главное, они узнали, что родители – те самые близкие люди, в руках которых находится сама жизнь ребенка, - способны причинить ему вред и поэтому не достойны никакого доверия. В результате ребенок с нарушением привязанности представляет взаимодействие с родителями по совсем другой схеме: у меня возникает какая-то потребность, я возбуждаюсь, это приводит в возбуждение моих родителей, мы отталкиваем друг друга еще дальше.

Мэрилин провела большую часть своей жизни взаперти в своей комнате. Если Мэрилин плохо себя вела, ее приемная мама сердилась и отправляла дочь под домашний арест. Но Мэрилин это особо не напрягало, потому что она привыкла быть одна. В родной семье ее постоянно запирали в шкафу, поэтому посидеть в своей комнате девочке было тем более не трудно. Мэрилин была совершенно готова к тому, что ее новые родители тоже от нее откажутся, и ей самой не хотелось привязываться к ним. Каждый раз, когда приемная мама пыталась сблизиться с Мэрилин, девочка только еще больше замыкалась в себе. Она знала, что не сможет снова открыть свое сердце другому человеку.

Такие дети настолько боятся еще раз пережить боль предательства, что просто отказываются принимать проявления какой-либо нежности со стороны новых родителей. Они думают: «В конце концов, когда и эти новые родители избавятся от меня, или начнут бить, или перестанут кормить (это именно то, что они ожидают от взрослых), мне будет не так больно, если я не позволю себе их полюбить. Есть кое-что, что контролирую только я. Когда они выгонят меня, это случится потому, что я сам заставил их это сделать».

Этот принцип легче понять по аналогии с некоторыми событиями взрослой жизни. Представим себе малыша полутора лет, который был усыновлен в третью семью в своей жизни (первой была его биологическая семья, а второй можно считать дом ребенка, куда его поместили перед передачей на усыновление). Теперь представьте себе взрослую женщину, у которой за полтора года случилось два развода. Как вы думаете, насколько она будет готова немедленно вступить в третий брак? Даже если новый супруг - средоточие всех достоинств и еще сказочно богат, не возникли бы и у вас некоторые сомнения? Не захотелось бы и вам сначала испытать надежность нового жениха? Не посоветовались бы вы с подругой, прежде чем вступать в новые отношения?

Отказ такого ребенка принимать нежность от новых родителей не несет ничего личного, хотя может показаться, что это именно так. На самом деле, с таким отказом сталкивается любой, кто пытается стать родителем для ребенка с нарушением привязанности. Такие дети не знают, чего им нужно на самом деле. Все, что они умеют, - это самому о себе заботиться; и еще они глубоко убеждены в том, что если уступят власть взрослым, то им грозит смерть.

Когда Рите было два года, ее удочерили из детского дома в Южной Америке. Терапию она начала в семь лет. Все пять лет до начала терапии Рита никогда не позволяла своей приемной матери прикасаться к ней, укачивать или брать на руки, а если мама пыталась это делать, то девочка ее отталкивала, ударяла или просто вырывалась из рук. Рите гораздо больше нравилось общаться с посторонними людьми или со школьными друзьями, чем с членами приемной семьи, и она никогда не веселилась со своей приемной мамой. К ней Рита относилась скорее как к прислуге, которой разрешалось гото-

вить для Риты, убирать за Ритой и покупать Рите игрушки. Но любые проявления нежности были под строгим запретом.

В терапии Рита впервые смогла выразить свои чувства. Она рассказала об ужасе, который испытала, когда приехала в новую семью: «В аэропорту мне хотелось сказать вам, что вы слишком большие и белые для меня. Я хотела вернуться обратно!» К тому же Рита смогла впервые высказать, насколько она была опечалена смертью своей родной матери, с которой девочка жила первые 11 месяцев жизни. Откровения дочери помогли семье начать исцеление. Одним из домашних заданий для Риты и ее мамы было каждую неделю придумать какое-нибудь веселое совместное занятие. Скоро и дочь, и мама стали получить удовольствие от общения, и Рита наконец почувствовала себе частью приемной семьи.

Проблема в том, чтобы найти способы проявить нежность к кому-то, кто ее всячески отвергает, и делать это достаточно весело, чтобы маленький кактус показал свои первые цветы. Этот нежный росток начинает крепнуть и расти, только если душа ребенка сама откроется для живительной родительской любви.

ИСКУССТВО ОТВЕЧАТЬ ПОТРЕБНОСТЯМ РЕБЕНКА

Как уже говорилось в Главе 4, цикл формирования привязанности обычно включает в себя прикосновение, запах, речь, движение, тепло, зрительный контакт – и даже сладости! Чтобы стать частью этого цикла, любые проявления нежности должны тоже включать эти элементы. Например, когда мама утешает плачущего малыша, он согревается в ее объятиях. При этом ребенок чувствует запах матери, он слышит ее ласковый голос, смотрит в ее глаза. Доктор медицины Маршал Клаус утверждает: «Когда в первый час после родов вы оставляете мать наедине с ребенком, чтобы она могла насладиться этими минутами, 80% того, что мать говорит ребенку, относится к его глазам»¹⁴.

Ребенок чувствует движение, когда родитель поднимает его на руки, качает его или катает кругами на машине – последнее часто является актом отчаянья со стороны родителей плаксивого грудничка. Самым первым лакомством для ребенка становятся сладости. Зеленому горошку малыши предпочитают персик. Да и сами взрослые часто заедают стресс конфетами или выпечкой. Признайтесь, как часто вы слышите, чтобы кто-нибудь говорил: «У меня был такой тяжелый день, побалую-ка я себя брокколи»? Напротив, в таких ситуациях мы первым делом бежим за мороженым, шоколадом или чипсами.

Процесс проявления нежности должен включать и ребенка, и родителя. Когда ребенок сидит за компьютерными играми, о нем заботится машина, а вот

¹⁴ Marshall Klaus, MD, “Amazing Talents of the Newborn: A Video Guide for Healthcare Professionals and Parents”, Johnson & Johnson Pediatric Institute, 1998.

настольная игра с папой или мамой дает ему возможность укрепить привязанность лично к родителям. Если ребенок не справляется с игрой, которая формально подходит ему по возрасту, подберите что-нибудь для младшего возраста. Например, для некоторых школьников игры типа «Монополия»¹⁵ или «Риск»¹⁶ могут оказаться слишком трудными и запутанными, а игры для дошкольников с фишками, кубиком и хождениями «по клеточкам» - увлекательными, доступными для понимания и не слишком долгими. Если ребенку трудно удерживать внимание долгое время, поставьте таймер на 10 минут. Победителем будет считаться тот игрок, который по истечении этого времени окажется впереди всех.

В этой Главе мы предложим вам некоторые способы проявления нежности и заботы к ребенку, поделив их на группы с точки зрения основных элементов, участвующих в удовлетворении потребности, как перечислено выше. Многие из них дублируют друг друга, и вы можете выбрать тот или те, которые более созвучны вам лично. Вы также можете придумать собственные комбинации. Главное, чтобы в вашем общении с ребенком появился элемент безусловной радости. Если ваша семья с удовольствием проводит время вместе, то рано или поздно приемному ребенку тоже захочется присоединиться к вам.

Многие наши советы предполагают очень короткое взаимодействие между родителем и ребенком. Есть и более сложные формы контакта, которые можно применить к детям, более открытым к общению. В большинстве случаев мы предлагаем родителям и детям делать что-то совместно, но иногда советуем родителю сделать ребенку своеобразный сюрприз.

Как и колода карт, которая все время перетасовывается, в воспитании вашего ребенка наши советы могут быть использованы в различных комбинациях. Если совет сработал – это отлично! Если нет, попробуйте другой. В нашем деле нет универсальных рецептов успеха. То, что мы предлагаем, - это только отправная точка для ваших собственных экспериментов, и даже родитель-супергерой не смог бы применить каждый пункт из нашего списка. Поэтому выбирайте то, что нужно вам, и не спешите с выводами.

¹⁵ Настольная игра «Монополия» придумана в жанре экономической стратегии для двух и более человек. Цель игры — рационально используя стартовый капитал, добиться банкротства других игроков. – прим. издателя.

¹⁶ Настольная игра «Риск» относится к категории стратегических игр. Основана на моделировании военной ситуации по завоеванию мира, где игроки соревнуются в тонкостях дипломатии и военной тактики. – прим. издателя.

Зрительный контакт

«Заглянув в глаза человека, можно увидеть его душу». (Теофил Готье)¹⁷

«Глаза – зеркало души». (народная поговорка)

Зрительный контакт с ребенком – залог прочной привязанности. Как только родителю удастся установить с ребенком спокойный долгий взгляд «глаза в глаза», можно говорить и о формировании привязанности между ними.

Когда Микки удочерили, ей было всего четыре месяца. Мать Микки оставила ее в роддоме, и до того, как ей нашли постоянную семью, Микки побывала в двух временных. Девочка часто страдала от отита, а однажды в результате несчастного случая у нее была сломана челюсть. С первого дня жизни в новой семье Микки яростно отбивалась от попыток убаюкать ее, часто закатывала истерики и всегда пыталась избежать проявлений родительской любви. Часто родителям приходилось подвешивать бутылочку с молоком на край ее кровати, потому что Микки отказывалась есть или пить на руках родителей.

Родители обратились к нам за помощью, когда Микки было уже одиннадцать лет. К этому времени она отказывалась даже смотреть в глаза своим родителям. Во время сеансов терапии мы играли в игры, включающие зрительный контакт, и игры типа «ку-ку! кто там?», чтобы Микки смогла преодолеть нежелание смотреть в глаза другому человеку. Во время одного из занятий мы разыграли мини-спектакль, чтобы помочь девочке выразить словами те переживания, которые причинили ей частая смена семей и физическая боль от перенесенных болезней.

«Неужели вы так и не поняли?» - спросила она, плача, - «Я была совсем малышкой. Вы полностью контролировали мою судьбу. Вы таскали меня из семьи в семью, вы делали мне больно. *[Хотя и отиты, и перелом челюсти не были вызваны жестоким обращением со стороны взрослых, Микки воспринимала их именно так.]* Мои глаза – вот все, что осталось в моей власти, и я решила, что никогда не буду смотреть в глаза своим родителям».

Есть много способов в мягкой форме укрепить зрительный контакт с ребенком, и ниже мы перечислим лишь некоторые из них. Какие-то направлены на то, чтобы вы и ваш ребенок научились смотреть в глаза друг друга, другие – на то, чтобы вы могли вместе наблюдать за чем-то извне. Итак, вперед!

- Мылом на зеркале в ванной напишите «я тебя люблю». Встаньте за спиной

¹⁷ Theophile Gautier, цитировано в Edward Robert, *Earl of Lytton Bulwer-Lytton*, “Lucile”, part ii, canto ii, <http://www.bartleby.com/100/559.3.html>. Первоначально в “Two Beautiful Eyes”, с. 1860.

ребенка, когда он будет читать эту надпись. Может быть, на мгновение ваши взгляды в зеркале встретятся. Если нет, вы как минимум смогли сказать ему, что вы его любите.

- Поставьте несколько нарциссов в вазу с водой, где растворено немного пищевого красителя. Вместе с ребенком проверьте, что произойдет с цветами на следующее утро.
- Налейте в низкий стакан (высокий не подойдет) немного имбирного сиропа. Положите в стакан изюминку и наблюдайте за ней.
- Как-нибудь оденьтесь с ребенком в одинаковые цвета или одежду. Например, синие джинсы и красные рубашки. Или коричневые шорты и голубые майки.
- Оденьтесь одинаково и сделайте фотографию всей семьи в таком виде. Повесьте одну большую фотографию на видное место в гостиной или на кухне, а небольшие фото – в комнату каждого ребенка. Если ваш ребенок младшего школьного возраста, купите брелок, куда можно вставить это уменьшенное фото, и прикрепите брелок к школьному рюкзаку или на ремень. Таким образом, куда бы ни пошел ребенок, семья будет всегда рядом. Не бойтесь, что он сорвет брелок, - всегда можно купить еще один.
- Посадите ребенка на колени и поиграйте в «ку-ку! кто там?». Даже некоторые 13-летние подростки получают большое удовольствие от этой забавы.
- Покажите ребенку ваши детские фотографии, сравните их с его собственными фото. Если у вашего ребенка не сохранилось или никогда не было ни одной детской фотографии, просто выразите ему свое искреннее сочувствие. Это большая потеря для любого человека.
- Дайте ребенку одноразовый фотоаппарат, когда он будет присутствовать на каком-нибудь семейном мероприятии. Потом посмотрите вместе с ним, как он увидел этот день.
- Раскрасьте лицо ребенка смываемыми красками. А потом пусть он раскрасит ваше. За этим занятием вам двоим не избежать зрительного контакта.
- Посмотрите друг на друга и перечислите то, что у вас есть похожего: например, у каждого есть нос, или веснушки, или что-то еще. Исследуйте черты друг друга.
- Зайдите на почту купить марок. Обсудите разные виды марок и разрешите ребенку выбрать, какие вы купите.
- Устройте игру в поиск клада. Спрячьте в нескольких местах маленькие шоколадки или конфеты типа «кис-кис». Если ребенок найдет такой клад, он должен 5 секунд смотреть вам в глаза, разрешить вам его поцеловать, а потом съесть найденную конфету. Это отличная игра, в которой не бывает проигравших, потому что каждый участник получает свою награду.
- Никого не предупреждая, наклейте себе на лоб какую-нибудь веселую картинку-липучку. Рано или поздно ребенок посмотрит на вас - и рассмеется.
- Когда пойдете с ребенком за покупками, пусть каждый из вас наденет непарные ботинки. Перед входом в магазин посмотрите друг на друга «со

значением», ведь у вас есть общий секрет, и вы играете в игру, а этот особый взгляд означает, что вы готовы выйти на люди. Следите, заметит ли кто-нибудь ваши странные ботинки, и обязательно отмечайте с ребенком эти моменты.

- Посадите ребенка на колени и сыграйте с ним (и мама, и папа) в «гляделки». Например, папа говорит: «Начали!» и ребенок смотрит в глаза маме - моргать при этом можно, - а папа засекает, как долго ребенок сможет не отводить глаз. Каждый раз попытайтесь побить предыдущий рекорд. Даже если сначала контакт длился всего 4 секунды, его продолжительность можно будет довести до целой минуты. Отмечайте радостными возгласами каждый раз, когда удастся хотя немного продлить время зрительного контакта.
- Посмотрите вместе с ребенком такие фильмы, как «Капитан Январь» с Ширли Темпл в главной роли¹⁸, или более современные мультфильмы Диснея «Стюарт Литтл»¹⁹, «Пиноккио»²⁰ или «Тарзан»²¹. Это отличное семейное кино на тему усыновления.
- Попросите ребенка нанести вам тени для век. Потом окажите ему ту же услугу.
- Придумайте игру «сигнал глазами». Ребенок становится в десяти шагах от вас. Он должен смотреть вам в глаза. Если вы моргнете один раз, ребенок должен сделать шаг вперед; если два раза – шаг назад. Ребенок выигрывает, когда подходит к вам вплотную. Помимо прочего, эта игра помогает научиться следовать указаниям.
- Сыграйте в карточную игру типа «Сумасшедшая восьмерка»²² или «Плы-

¹⁸ Произ-во США, 1936 год. Капитан Январь, старый моряк, стал приемным отцом для маленькой девочки-сироты и за несколько лет научил ее всем премудростям морской жизни. Когда приезжий инспектор по педагогике требует изъять девочку из "кошмарного общества" в интернат, капитан Январь и его друзья находят решение. – прим. издателя.

¹⁹ Произ-во Германия, США, 1999 год. Маленький житель Нью-Йорка Джордж Литтл – единственный ребенок в семье, и ему очень хочется, чтобы у него был младший брат. Наконец родители вняли его просьбам и решили усыновить очень необычного сироту – говорящего белого мышонка по имени Стюарт. Всей семье потребуется время и немало усилий, чтобы привыкнуть к тому, что членом их семьи стало крохотное существо, и научиться вести себя так, чтобы не причинять ему неудобств. – прим. издателя.

²⁰ Произ-во США, 1940 год. Голубая фея оживила Пиноккио, но чтобы стать настоящим человеком, ему надо проявить свою храбрость и честность в добрых делах. Пиноккио и его друг сверчок Джимини Крикет отправляются навстречу самым невероятным приключениям. – прим. издателя.

²¹ Произ-во США, 1999 год. У берегов Африки происходит кораблекрушение, в результате которого в джунглях поселяется молодая пара с маленьким сыном. Позднее и мать, и отец ребенка погибают, а мальчика воспитывают гориллы. Когда Тарзан вырастает, он случайно встречается с профессором Портером и его дочерью Джейн, которые приехали в Африку для изучения жизни горилл. Так Тарзан возвращается в мир людей. – прим. издателя.

²² Описание правил игры см. в Приложении № 2 в конце этой книги. - прим. издателя.

ви, рыбка!»²³, но с условием, что перед тем, как сделать свой ход, каждый игрок должен посмотреть другому в глаза.

- Купите смываемый спрей для волос какого-нибудь необычного цвета, например, синего. Нанесите этот спрей на волосы каждого из детей в семье, чтобы отметить всех «своих». Когда будете красить волосы, смотрите в глаза ребенку.
- Выключите свет и поиграйте в фонарики. Когда свет вашего фонарика «случайно» падает на ребенка, тот должен в течение двух секунд смотреть вам в глаза.

Прикосновение

«Нежная стимуляция осязания - это очевидная и, следовательно, базовая потребность ребенка; потребность, без удовлетворения которой ребенок не разовьется в полноценного человека. А что такое «полноценный человек»? Это человек, способный любить, работать, играть, а также критически и беспристрастно мыслить».

(Эшли Монтэгю)²⁴

Даже если речь идет о подростках, прикосновение играет критическую роль в формировании привязанности. Это то, чего в прошлом такие дети либо не получили вообще, либо получили в недостаточном количестве. Многие дети, пережившие жестокое обращение, сознательно избегают прикосновений, но без них они никогда не смогут стать частью новой семьи и включиться в ее жизнь.

Вспомните, как часто мы прикасаемся к нашим детям в первые годы их жизни. Мы прикасаемся к ним, чтобы накормить, выкупать, поменять памперс и перенести в другое место. Мы постоянно обнимаем и тискаем их без какой-либо причины – просто потому, что мы их любим.

Так как прикосновение очень важно для возникновения привязанности, родители должны стараться дотрагиваться до ребенка как можно чаще. По той же причине холдинг-терапия²⁵, которая предполагает ограничение пространства, очень эффективна в отношении детей, переживших жестокое обращение. Обнимайте своего ребенка в домашней обстановке, нежно и дружелюбно - это очень полезно для детей всех возрастов! Чем чаще вы обнимаете своего ребен-

²³ Описание правил игры см. в Приложении № 2 в конце этой книги. - прим. издателя.

²⁴ Ashley Montagu, *Touching: The Human Significance of Skin* (New York: Harper and Row, 1986), 197.

²⁵ В основе *холдинг-терапии* лежит естественное желание матери обнять ребенка и удержать его рядом с собой, когда его поведение или самочувствие вызывают беспокойство. Сущность метода заключается в тесном физическом контакте с ребенком (удерживание в крепких объятиях) на фоне положительного эмоционального общения. Это нормализует психическое состояние ребенка и делает его более восприимчивым к внешним стимулам, к вступлению в диалог с окружающими. – прим. издателя.

ка, тем здоровее он становится. По сути, вы воссоздаете цикл формирования привязанности, который не случился в более раннем детстве вашего ребенка. Подробнее о пользе объятий вы можете прочесть в книге «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”) из списка «Полезное чтение» в конце книги.

Социальный работник сообщил Кристи и Кену, что им не следует прикасаться, обнимать или целовать их девятилетнюю приемную дочь, потому что в прошлом девочка подвергалась сексуальному насилию. Родители подчинились, но девочка становилась все более враждебной и агрессивной. В конце концов, приемные родители стали относиться к приемной дочери так же, как и к другим своим детям: каждый день обнимали и держали ее на коленях. Через полгода девочка начала оттаивать. Чувствовать нежные родительские объятия – это именно то, чего ей так не хватало. Девочке больше не надо было безобразничать, чтобы привлечь к себе внимание, – она и так получала его каждый день. Позднее приемная дочка стала сама время от времени просить Кристи или Кена обнять ее.

Иногда приемные родители настолько раздражены поведением ребенка с нарушением привязанности или его отказом от любых проявлений нежности, что перестают вообще к нему прикасаться. Бывает, что родители начинают буквально избегать такого ребенка и никогда не предлагают и не настаивают на том, чтобы как-либо дотрагиваться до него. Если описать ситуацию кратко: дети с нарушением привязанности не смогут исцелиться без родительских прикосновений, но рассерженным родителям бывает очень трудно прикасаться к такому ребенку.

В Великобритании мы встречались с родителями и специалистами, членами ассоциации “Adoption U.K.” - «Усыновление в Великобритании». Две мамы-участницы ассоциации, Кэролайн Арчер и Джой Хаслер, предложили ежика как официальный символ для детей с нарушением привязанности. Колочий снаружи и мягкий внутри, ежик, действительно, очень точно отражает сущность таких детей.

Отсюда вопрос: как родители могли бы с любовью касаться оцетинившегося ежика и при этом не уколоться? Вот несколько советов:

- Сбрызните ребенка приятно пахнущим цветочным одеколоном, а потом попросите его сделать то же самое для вас. Обратите его внимание на то, что теперь вы пахнете одинаково.
- Нанесите себе и ребенку одинаковые одноразовые картинку-татуировки.
- Расчесывайте вашего ребенка, заплетайте ему косички, делайте прически.
- Почешите ему спинку.
- Во время прогулки держите ребенка за руку.

- Постригитесь так же, как ваш ребенок. Чаще трогайте волосы, чтобы обратить внимание ребенка на это сходство.
- Сделайте ему массаж спины или ног.
- Разрешите ребенку лечь на 15 минут позже обычного времени, но при условии, что эти лишние четверть часа он посидит у вас на коленях.
- Устройте шутливую борьбу.
- Разрешите ребенку смотреть телевизор только при условии, что он сидит рядом с вами и какая-нибудь часть его тела касается вас.
- Если перед едой вы произносите молитву, держите в это время ребенка за руку.
- Утром, перед тем, как уйти на работу или на учебу, обнимитесь со всеми членами семьи.
- Вместе покатайтесь на лошади.
- Поиграйте с вашим ребенком в «поцелуй бабочки» - это когда один человек хлопает ресницами рядом с щекой другого и щекочет его. «Поцелуйте» друг друга по очереди.
- Поиграйте в игры, где надо держаться за руки, например, хоровод на выбывание²⁶ или «Мост в Лондоне упадет»²⁷.
- Научите ребенка кувыркаться, кататься на коньках или велосипеде. В процессе обучения вам невольно придется касаться друг друга.
- Сыграйте в ладоши.
- Покатайте ребенка на закорках, как лошадка.
- Сходите с ребенком в боулинг.
- Поиграйте в салочки.
- Вечером уложите ребенка, укройте и заправьте одеяло.
- Перед сном обнимите его и поцелуйте.
- Купите клоунский грим и покрасьте ребенка. Потом пусть он покрасит вас.
- Пощекочите его, но остановитесь, как только он об этом попросит.
- Сыграйте в «камень-ножницы-бумага». Можно купить или взять в библиотеке книгу о похожих играх.
- Обнимайте его каждый день, даже если устали или заняты. Ваш ребенок жаждет этого. Ему очень нужны ваши прикосновения.

²⁶ Описание правил игры см. в Приложении № 2 в конце этой книги. - прим. издателя.

²⁷ Описание правил игры см. в Приложении № 2 в конце этой книги. - прим. издателя.

Движение вместе с ребенком

«Мы учимся через повторение. Касается ли это искусства танца или искусства жизни, но принцип один и тот же... каждый может достичь в своей области божественного совершенства».

(Марта Грэхем)²⁸

Дети, о которых эта книга, привыкли к переездам – из семьи в семью, из приюта в приют, - но они совершенно не приучены передвигаться с родителями. У них хорошо получается отталкивать, избегать и обманывать, но они не умеют двигаться синхронно с другим человеком. Это очень необычное чувство, и, как все новое, оно пугает.

На протяжении восьми лет Джессика сменила девять замещающих семей. В некоторых к ней относились хорошо, в других – плохо. Калейдоскоп временных родителей научил Джессику избегать привязанности. Когда она приехала в свой постоянный дом, она не хотела смотреть новым родителям в глаза, могла уйти в сторону во время семейных прогулок и старалась оставаться в другой комнате, когда родители были дома. Одна мысль в чем-то послушаться своих родителей и последовать их примеру внушала Джессике ужас.

К тринадцати годам Джессика виртуозно освоила искусство, как оставаться одной, проживая в семье. Ее приемная мама пошла на решительные меры и записала себя и Джессику в танцевальный класс. Девочке очень понравилось танцевать, и эти короткие занятия вместе с мамой стали приносить ей радость. Кружась и вальсируя под музыку, мама и дочь научились находить общий ритм к удовольствию друг друга. В сочетании с терапией, танцы помогли Джессике стать более включенной в жизнь семьи.

Итак, вот некоторые варианты совместного движения для вас и вашего ребенка. Некоторые из наших советов дадут хорошую зарядку для вас обоих, другие помогут ребенку преодолеть возможное отставание в физическом развитии:

- Нарисуйте вместе какую-нибудь картинку. Если у вашего ребенка не очень хорошо развита мелкая моторика или он просто еще слишком мал, воспользуйтесь карандашами с утолщенным грифелем.
- С детьми старшего возраста поиграйте в мяч или покидайте тряпичный мячик.
- Выдувайте мыльные пузыри. Погоняйтесь за ними по комнате, пока они не лопнут.

²⁸ Martha Graham, цитата по сборнику Джеймса Симпсона, *Современные цитаты от Симпсона* (James Simpson, *Simpson's Contemporary Quotations*, Boston: Houghton Mifflin, 1988), <http://www.bartleby.com/63/71/7671.html>. Первоначально цитировано ib, August 5, 1986.

- Как-нибудь заскочите в школу во время большой перемены и поиграйте с ребенком в «похищение». Крепко обнимите его, быстро пробегите по коридорам до выхода и прыгайте в машину, как будто кто-то гонится за вами. Отвезите его в ближайший Макдональдс и перекусите там – просто так, без особой причины. Потом отвезите обратно в школу. Конечно, классного руководителя лучше предупредить заранее, чтобы о вас не заявили в полицию. Но с другой стороны - если ребенка можно забрать посередине учебного дня для посещения врача - почему нельзя сделать то же самое, чтобы укрепить его привязанность к приемному родителю?
- Вместе запустите воздушного змея.
- Покачайте ребенка на руках независимо от его биологического возраста. Если ваш ребенок привык перед сном качаться в постели, обнимите его и покачайтесь вместе. Если ваш ребенок вырос и уже не помещается у вас на коленях, купите кресло-качалку на двоих и качайтесь на ней вместе. Она может продаваться в магазинах садового инвентаря или хозяйственных товаров.
- Научите ребенка танцу, который вы сами любили танцевать в детстве. Потом пусть он научит вас своему.
- Ловите вместе светлячков и отпускайте их.
- Сыграйте «в дурака».
- Раздуйте ходули «поуго»²⁹ и по очереди попрыгайте на них.
- Где-нибудь в общественном месте пройдите с ребенком походкой пингвина.
- Купите смываемые маркеры и порисуйте друг на друге.
- На заднем дворе или в лесу посоревнуйтесь, кто выкопает яму глубже.
- Вместе посадите рассаду в лотке, вырастите овощи и съешьте: что может быть вкуснее домашних помидорчиков!
- Попрыгайте с ребенком через садовые оросители.
- Сыграйте в мини-гольф.
- Выключите телевизор и сходите на прогулку. Посчитайте, сколько животных встретится вам на пути.
- Сыграйте в ладоши.
- Купите мелки и помогите ребенку раскрасить стену дома.
- Купите воздушные шарики, даже если не планируете никакого праздника в этот день. Надуйте их и погоняйте по комнате.
- Постройте что-нибудь вместе с ребенком – скворечник, модель самолета или что-нибудь из конструктора.
- Сыграйте в бадминтон.
- Сыграйте в игру «Мама, можно?»³⁰, она учит следовать инструкциям и взаимодействовать друг с другом. В этой игре родитель и ребенок могут время от

²⁹ Ходули с двумя подножками и пружиной для подкакивания. - прим. издателя.

³⁰ Описание правил игры см. в Приложении № 2 в конце этой книги. - прим. издателя.

времени меняться ролями.

- Сыграйте в «Колечко, колечко, выйди на крылечко!».
- Сыграйте в крокет.
- Сыграйте в городки.
- Слепите вместе снеговика.
- Сделайте снежную скульптуру. В пульверизатор наберите воды, добавьте в нее пищевой краситель и раскрасьте скульптуру.
- Вместе попрыгайте в скакалки.
- Сыграйте в «Саймон говорит»³¹, но только в варианте «мама говорит» или «папа говорит».
- Сыграйте в «дочки-матери». покормите вашего ребенка с ложечки, как младенца, чем-нибудь вкусным и легким, например, йогуртом, пудингом или мягким мороженым. Когда мама или папа держат ложку в руках, ребенок должен смотреть им в глаза - только тогда можно начинать кормление. Родители могут представить эту игру, как нечто важное для них самих: «Я не могла кормить тебя, когда ты был малышом, а мне так хотелось бы сделать это хоть раз!»
- Сделайте «снежного ангела»³².
- Покидайте мяч в баскетбольную сетку.
- Вместе раскрасьте старые цветочные горшки, а потом посадите в них какое-нибудь растение.
- Вместе с ребенком составьте письмо для кого-нибудь, по ком он скучает, - брату или сестре, бывшему приемному родителю, родственнику, - и вместе опустите его в почтовый ящик.
- Покачайтесь вместе на качелях.
- Купите флаг. Помаршируйте по комнате, распевая патриотические песни.
- Покатайтесь за городом на велосипедах.
- Сыграйте в классики.
- Вместе сшейте что-нибудь.
- Оба встаньте на одну ногу и вместе спойте какую-нибудь детскую песенку. Если ваш ребенок не знает ни одной, научите его.
- Вместе разберите какой-нибудь захламленный шкаф или ящик.
- Сядьте на пол напротив друг друга, упираясь пятками. Возьмитесь за руки и, раскачиваясь, спойте какую-нибудь песенку типа «Греби, греби, управляй своей лодкой».³³
- Покрасьте ногти в одинаковый цвет.

³¹ Описание правил игры см. в Приложении № 2 в конце этой книги. – прим. издателя.

³² Для этого надо упасть спиной в достаточно глубокий сугроб и «помахать» руками, как крыльями, не отрывая их от земли. – прим. издателя.

³³ Полный текст этой песни, русский перевод и мелодию вы можете найти на http://www.danaja.ru/index.php?categoryid=60&p2_articleid=818 – прим. издателя.

- Устройте летом «охоту на пасхальные яйца»³⁴.
- Сходите вдвоем на речку, пляж или озеро и покидайте плоские камушки.
- В субботу отправьте ребенка с одним из родителей на завтрак в кафе. Второй родитель в это время должен переделать все домашние дела, обычно поручаемые ребенку. Если такие «праздники» будут достаточно редки, они станут грандиозным сюрпризом для ребенка и при этом не повредят чувству ответственности за порученное дело.
- Приготовьте вместе что-нибудь простое и вкусное, например, леденцы из заготовок, которые продаются в кондитерских отделах супермаркетов.
- Пусть вся семья разделится на команды и устроит «охоту за мусором»³⁵.
- Возьмите в аренду лодку, байдарку или каяк. Общее приключение – это всегда весело.
- Научите вашего ребенка-подростка водить машину. Через какое-то время полученные острые ощущения станут забавными воспоминаниями.
- Если вы в нормальной физической форме, начните вместе кататься на лыжах.
- Сходите вместе на прогулку под дождем. Хорошенько вымокните. Попрыгайте по лужам.
- Устали от всех этих подвижных игр? Тогда садитесь в машину и покатайтесь по центру города. Посчитайте, сколько закусовых вы встретите. У пятнадцатой по счету остановитесь и перекусите.

Проявление заботы через питание

«Приготовление лукового супа закаляет. Этот процесс похож на науку любви: он тоже требует преданности, большого труда, времени, а еще заставляет нас плакать».

(Ронни Ланди)³⁶

Еда как проявление любви? Надо признать, что мы часто слышим, что никогда нельзя давать детям еду в качестве награды и что еда не должна быть способом утешения. Однако у нас принято угощать семью, пережившую утрату, вишневым пирогом, после встречи группы поддержки усыновителей угощаться кофе с пончи-

³⁴ В католических и протестантских странах на Пасху принято прятать в саду шоколадные яйца разных цветов и размеров, устраивая шуточные соревнования, кто из детей найдет больше яиц. Поскольку яиц значительно больше, чем детей, то проигравших не бывает по определению. Все найденные яйца можно съесть. – прим. издателя.

³⁵ Игра на свежем воздухе, участники которой за ограниченное количество времени должны найти определенные предметы. – прим. издателя.

³⁶ Ronni Lundy, цитата по сборнику Джеймса Симпсона, *Современные цитаты от Симпсона* (James Simpson, *Simpson's Contemporary Quotations*, Boston: Houghton Mifflin, 1988), <http://www.bartleby.com/63/12/6612.html>. Первоначально цитировано в "The Seasoned Cook", *Esquire Magazine*, March 1984.

ками, а в конце особенно тяжелого дня баловать себя шоколадкой.

Проявления нежности через еду – это вопрос не только калорий. Это скорее о том, чтобы трапезы были семейными и приносили удовольствие. Приготовление еды, наслаждение ею и даже уборка со стола – в большинстве семей все это часть многолетнего ритуала. Хотим мы этого или нет, но еда имеет большое значение для каждого из нас - и для наших детей.

Довольно часто приемные дети, пережившие жестокое обращение, проявляют следующие необычные пищевые привычки:

- Они тайно запасают еду.
- Они едят с необычной жадностью.
- Они слишком избирательны и порой потребляют только один-два продукта.
- Они едят все, что попадется на глаза, включая несъедобные предметы или вещества.

Все эти пищевые проблемы являются результатом недоедания в раннем детстве. Дети, практически голодавшие в младенчестве, сохраняют особые отношения с едой и в старшем возрасте. И хотя их поведение может оказаться совершенно иррациональным в новых условиях жизни, оно обычно сохраняется на долгие годы.

Зачастую в попытке исправить эти пищевые странности приемные родители отбирают у ребенка его любимую еду, чтобы заставить съесть что-то более питательное. Однако на практике это только усугубляет нездоровое отношение ребенка к еде. Гораздо эффективнее не отбирать еду, а предоставить ребенку право выбора того, что он будет есть. Если родители какое-то время не будут вмешиваться в выбор ребенка, шансы на то, что через какое-то время он сам захочет немного расширить свой пищевой ассортимент, значительно возрастают.

После восемнадцати месяцев в доме ребенка у маленькой Салли появились явные проблемы с приемом пищи. Приемная мама вынуждена была просить, умолять или заставлять девочку есть. Когда Салли исполнилось три года, мама стала давать ей небольшую корзинку, которую девочка весь день носила с собой. В корзинке лежали изюм, печенье, кусочки сыра, крекеры, орехи и хлопья. Салли рассматривала пакетики с разной едой, пробовала, что хотела, тогда, когда хотела, и в итоге получала достаточное питание. После полутора месяцев игры в «хозяйку корзинки» Салли вернула ее матери и сказала, что она ей больше не нужна. С этого момента Салли начала есть вместе со всей семьей.

Некоторые из таких детей и подростков в поисках еды могут всю ночь бродить по дому. Хотя большинство родителей возражает против перекусов в постели – а это именно то место, куда такие дети обычно прячут еду, - мы бы советовали поставить для ребенка коробку с непортящимися продуктами прямо в его комнату.

Это поможет не только прекратить его постоянные поиски еды, но и умерить его опасения, что еды не хватит. Если такой ребенок проснется среди ночи с острым желанием перекусить, ему будет спокойнее от мысли, что в его комнате есть что-то съедобное прямо под боком. На самом деле, ребенок может даже ничего и не съесть, потому что ему будет достаточно знать, что еда всегда рядом, если понадобится. Такой подход не только удовлетворяет потребность ребенка в запасании еды, но и одновременно позволяет родителям установить разумные ограничения в привычке прятать еду и наедаться впрок.

Наша стратегическая цель – добиться того, чтобы то моральное утешение, который ребенок получает от еды, он научился получать от своих родителей. В процессе достижения этой цели мы советуем проявить снисхождение к некоторым пищевым особенностям вашего ребенка. Это будет иметь больший положительный эффект, чем попытки силового решения проблемы. Пищевые привычки закладываются в самые первые годы жизни, и многие из нас уже не способны изменить свои вкусы. Подумайте о еде, которую любите сами: о ваших вкусах; о том, что вы никогда не положите в рот; о том, что вам всегда нравилось. Взгляните на это с такой точки зрения: если позволять ребенку есть то, что он любит, то со временем он может согласиться попробовать и что-то новое.

Означает ли это, что ребенку можно разрешить питаться одними сладостями? Нет. Тем не менее, можно сделать так, чтобы питание стало частью проявления вашей нежности. Не волнуйтесь, если некоторые из наших советов довольно калорийны. Все они включают и движение вместе с ребенком, что поможет эти калории быстро сжечь.

- Подайте на ужин мороженое с бананом. Без причины, просто так. Раз в сто лет. В тюрьму вас за это никто не посадит.
- Купите на распродаже красивую тарелку. Подавайте в ней еду для ребенка.
- Напеките кексов. Можете использовать готовое тесто из супермаркета и готовый крем-спрей. Поручите ребенку выбрать бумагу для выпечки – можно купить цветную – и чем украсить кексы. Почаще хвастайтесь в присутствии ребенка вашей совместной выпечкой.
- Нет времени на совместную готовку? Никакие оправдания не принимаются! Выпекайте из готового теста.
- Купите пакетик разноцветных конфет «М энд М». Разложите по цветам, потом вместе съешьте.
- Зимой соберите корзинку для пикника. Устройте пикник в гостиной, на одеяле на полу.
- Каждую неделю по очереди берите каждого из детей за закупками в супермаркет. Тот ребенок, кто едет с вами в этот раз, выбирает печенье и хлопья для всей семьи на неделю вперед. Вот помощник!
- Сделайте фруктовые шашлычки. Это не только весело и вкусно, но и отличный способ научить детей есть больше фруктов.
- Говорите чаще слово «да». Фраза «Да, ты можешь съесть печенье после обеда» звучит гораздо лучше, чем «Нет, тебе можно съесть печенье только

после обеда».

- Экспериментируйте! Попробуйте сделать бутерброд с арахисовым маслом и пряностями или тост, на который вместо варенья будет намазан кетчуп. (Серьезно! Мама Регины делала оба вида бутербродов и счастливо дожила до 80 лет. Они получались на удивление вкусными.)
- Оставьте все дела и выпейте с ребенком чашечку чая или какао.
- Как-нибудь на завтрак подайте чизбургеры, а хлопья с молоком предложите в обед. Почему? А почему бы и нет? Не тратьте много времени на вопросы, просто сделайте это.
- В обед угостите ребенка лимонадом.
- Как-нибудь после ужина подайте на десерт не праздничный торт. Спойте «С не днем рожденья тебя!».
- Купите кольца для салфеток. Вместо салфеток вложите в них небольшие махровые полотенца.
- Научите ребенка накрывать на стол.
- На выходных вместе откройте шуточную будку по продаже лимонада.
- Угостите ребенка имбирным напитком с вишенкой внутри.
- Заморозьте клубнику в кубиках для льда. Можно бросать такой ягодный лед в воду или в лимонад.
- В небольших чашках приготовьте пудинг.
- Устройте торжественное чаепитие на двоих. Срежьте с хлеба корочки, сделайте треугольные бутербродики.
- Устройте ужин при свечах... с детьми.
- Нарядитесь на семейный ужин, потому что сегодня вторник. Или четверг. Или день рождения Тузика.
- Пейте из фляжки.
- Нарежьте из пирога или пирожных геометрические фигуры. Ребенок может съесть ту фигуру – треугольник, круг или шестиугольник, – которую правильно назовет.
- В овсянку для ребенка положите одну ложку шоколадных чипсов.
- За ужином дайте каждому члену семьи право говорить в течение трех минут, когда его никто не может перебивать.
- Подайте на ужин канапе³⁷.
- Подайте стакан воды с ломтиком лимона.
- Как-нибудь добавьте в молоко для вашего ребенка немного синей пищевой краски.

³⁷ **Канапе** - маленькие закусочные бутербродики длиной или диаметром 3.5-4.5 см. Основной канапе служат маленькие гренки (крутоны) из пшеничного, а иногда из ржаного хлеба или ломтики из слоеного теста. Слои из продуктов для канапе принято скреплять шпажками. – прим. издателя.

- Разрешите ребенку посыпать блины сахарной пудрой. Называйте такие блины «французскими».
- Перелейте молоко в стеклянный кувшин и разливайте по стаканам оттуда, а не из пакета.
- Если ребенок попросит, покормите его из бутылочки, взяв на руки, независимо от возраста (даже 10-летнего).
- Положите на стол красивые салфетки – может быть, даже те, которые вы хранили для особого случая.
- Купите однотонную светлую скатерть и маркеры, которыми можно рисовать на ткани. Вместе с ребенком создайте вашу уникальную «семейную» скатерть.
- Подайте ребенку напиток в красивом бокале. Если те, что есть у вас, слишком дороги, то купите один специально для этой цели на распродаже.
- Разрешите ребенку приготовить ужин или составить меню.
- На ужин вместо салата подайте свежие овощи, нарезанные ломтиками, и чашечки с соусом для макания.
- Положите в коробку со школьным завтраком ребенка записку со словами любви.
- Если за ужином все садятся на одни и те же места, как-нибудь предложите всем поменяться местами.
- Установите за правило, что во время семейных трапез никто не читает, не смотрит телевизор и не слушает музыку через наушники. Никогда.
- Помогите ребенку сделать какое-нибудь украшение на стол: букет или поделку. Поставьте его на стол, даже если сегодня самый обычный день.
- На дно одной из тарелок приклейте наклейку. Тот, на чьей тарелке она окажется, должен после ужина помочь подать десерт.
- Составьте список ласковых слов, связанных с едой: ягодка, сладенький, пирожок, конфетка и так далее. Это упражнение еще и развивает речь.
- Подайте обед или ужин на фарфоровом сервизе просто в честь того факта, что вы одна семья.
- Приготовьте обед из четырех блюд: салат, щербет (просто на пробу), суп и жаркое.
- Приготовьте суп из помидоров и тосты с плавленым сыром. Порежьте тосты на полоски шириной в палец и съешьте, макая в суп.
- Сделайте вместе фруктовое желе из желатина³⁸.
- Приготовьте любимое блюдо ребенка, просто так, без особой причины.
- Если ребенок болеет, предлагайте ему побольше чая, тостов, имбирного напитка и вообще любую еду или питье, которое сможет улучшить его самочувствие.

³⁸ Примеры рецептов желе см. в Приложении № 2 в конце этой книги. - прим. издателя.

- С ребенком подросткового возраста сходите в кафе. Придумайте повод только для вас двоих.
- Возьмите ребенка с собой, когда пойдете в кафе с вашими друзьями.
- Сводите в кафе ребенка и его друзей.

Общение

«Мурлыканье под нос – это самая древняя детская колыбельная».

(Эмили Дикинсон)³⁹

Дурацкие вопросы, бессмысленная болтовня, нецензурная брань... да, дети, о которых эта книга, умеют издавать массу звуков. Но умеют ли они поддерживать беседу? Могут ли сказать что-то, что вам было бы интересно услышать? У большинства детей, переживших жестокое обращение, бедный словарный запас и не развита речь, они не умеют выражаться связными предложениями.

Если родители разговаривают с ребенком, как это принято в нормальных семьях, его слух и сознание наполняют звуки, словосочетания и предложения. Дети запрограммированы природой с 10-месячного возраста овладевать языком общения своих родителей. Считалочки и потешки учат детей распознавать слоги. Попробуйте прочитать вслух любой детский стишок, например, «Ладушки, ладушки»⁴⁰ - и вы сразу поймете, о чем идет речь.

Однажды по дороге на терапию семья Бирнов остановилась на светофоре и увидела, как в соседней машине вся семья хлопает и машет руками, играя в «Ладушки». Это выглядело очень смешно, и Бирны тоже начали петь эту песенку и хлопать в ладоши – все, кроме приемного сына Джека, которому было десять лет.

«А что они делают?» - спросил он. Ответ родителей, что это детская считалка, ничего Джеку не объяснил. Первые годы жизни мальчик провел в доме, где им никто не занимался и где детям никогда не пели песенок. Джек не знал ни одной считалки, ни одной потешки, ни одного стихотворения. Его приемная мама взяла в библиотеке сборник детских песенок и стала разучивать их вместе с Джеком. Мальчику это очень нравилось! (При условии, конечно, что его друзья никогда об этом не узнают.)

³⁹ Emily Dickinson, “Part Two: Nature”, *The Complete Poems of Emily Dickinson* (Boston: Little, Brown, 1924), <http://www.bartleby.com/113/2010.html>

⁴⁰ Ладушки, ладушки,
Где были? — У бабушки.
Что ели? — Кашку.
Что пили? — Бражку.
Попили, поели, шу, полетели,
На головку сели. – прим. издателя.

Когда мы говорим с ребенком, наша мимика становится подчеркнуто выразительной, потому что мы стараемся донести до ребенка свои эмоции. Наш голос тоже меняется, особенно когда мы сочувственно воркуем: «Ой, бедняжка ты мой, проголодался? Дать бутылочку?» А кто так утешал вашего приемного ребенка, когда он был совсем маленький? Что говорил этот человек? И не потому ли ваш ребенок отстаёт в речевом развитии, что рядом никого не было и никто им не занимался? Если это так, насколько серьезно это отставание? И как часто вы сами общаетесь с вашим ребенком (нотации не считаются), т.е. говорите *с ним*, а не *о нем* или *ему*? Ниже мы даем несколько советов, как можно общаться с ребенком в удовольствие, с пользой для его речевого развития и укрепляя его привязанность к вам, как к родителю:

- Посадив ребенка на колени, почитайте ему смешные комиксы. Найдите такие, где есть параллели с жизнью вашей семьи, и сделайте из них сборник, который можно будет перечитывать в будущем.
- Послушайте и выучите вместе с ребенком одну из его любимых песенок. А потом научите его своей любимой песне.
- Установите правило, что в машине никто не слушает музыку через наушники. Вместо этого поговорите друг с другом. Или вместе подпойте радио.
- Сядьте с ребенком и выберите вместе книгу, главы из которой будете вместе читать день за днем. Это также научит ребенка, что удовольствие может быть растянутым во времени.
- Напишите вашему ребенку письмо. В день, когда оно должно прийти, попросите его проверить почтовый ящик и прочесть ваше письмо вслух.
- Спойте хором всей семьей и запишите это на пленку. Слушать ее будет особенно весело, если у вас нет слуха.
- Прочтите ребенку сказку.
- Составьте вместе список чего-либо: моделей машин, видов конфет, любимых телевизионных передач, чего угодно. Это еще и отличный способ скоротать время в любой очереди⁴¹.
- Обсудите с ребенком, куда бы вы отправились, если бы могли летать.
- Сходите вместе в библиотеку и поищите ответ на какой-нибудь вопрос. Не в Интернете – в энциклопедии.
- Выучите всей семьей «закольцованную» песенку⁴².
- Наклейте на дверь детской комнаты веселую записку.

⁴¹ Для примера в конце этой Главы вы найдете список самых знаменитых российских зайцев и кроликов. - прим. издателя.

⁴² Например, русская потешка «Ладушки» или белорусская песенка:
Шел дед по стене,
Нес мох на спине,
А в носу – мочала,
Начинать сначала? - прим. издателя.

- Помогите ребенку написать письмо какой-нибудь знаменитости. Вместе подождите ответ на это письмо (если он придет).
- Попросите ребенка помочь вам с какой-нибудь починкой по дому. Пусть он подержит фонарик или поработает отверткой.
- Сделайте свои собственные открытки с помощью готовых штампов. Отправьте одну такую открытку кому-нибудь из знакомых.
- Выберите с ребенком песню, которая будет считаться «вашей» песней.
- Вместе с ребенком выберите подписку на журнал. Когда этот журнал придет, почитайте его вместе.
- Составьте альбом истории вашей семьи, где теперь воспитывается ребенок. Пусть ребенок расспросит ваших родственников, каким(ой) были вы сам(а) в детстве.
- Начните вместе коллекционировать что-нибудь: марки, карточки футболистов, монеты, ручки, пуговицы – и помогите ребенку оформить эту коллекцию.
- Научите ребенка колыбельным и другим детским песенкам. Если вы уже забыли их, то раздобудьте сборник таких песен.
- Прочитайте с ребенком все книги А.М. Волкова из серии «Волшебник Изумрудного города». Их гораздо больше, чем первоначальная одноименная повесть⁴³.
- Вместе с ребенком начните изучать иностранный язык.
- Расскажите ребенку историю его появления в вашей семье – и повторяйте ее много раз.
- Если сидите в очереди к врачу, не теряйте время попусту, а заключите с ребенком пари, какого цвета ботинки или галстук врача. Если угадает родитель, то ребенок должен обнять и поцеловать его. Если угадает ребенок, то родитель должен ему подмигнуть. (Это, между прочим, поможет зрительному контакту между вами).
- Спойте вместе. Даже если ни у кого из вас нет слуха.
- На спине у ребенка «напишите» пальцем какое-нибудь слово. Ребенок зарабатывает очко за каждое угаданное слово. (А еще так вы сможете чаще прикасаться к ребенку, потренировать его правописание и просто повеселиться).
- Сядьте перед зеркалом и вместе с ребенком с помощью мимики – принимая то грустное, то гневное, то радостное, то испуганное выражение лица - ответьте на вопросы типа: «Как бы ты себя чувствовал, если бы потерял велосипед?», «Как бы ты себя чувствовал, если бы кто-то отобрал у тебя любимую игрушку?», «Как бы ты себя чувствовал, если бы на завтрак тебе дали

⁴³ В серию «Волшебник Изумрудного города» А.М. Волкова входят повести «Волшебник Изумрудного города», «Урфин Джюс и его деревянные солдаты», «Семь подземных королей», «Огненный бог Марранов», «Желтый туман», «Тайна заброшенного замка». Эти книги можно приобрести как в книжных магазинах, так и на www.ozon.ru. – прим. издателя.

большую порцию сливочного мороженого?», «Как бы ты себя чувствовал, если бы тебе рассказали историю про привидения?». Во время этой игры вам может даже посчастливиться несколько раз встретиться взглядами с вашим ребенком.

- Пусть ребенок научит **вас** чему-нибудь интересному – например, какой-нибудь видеоигре.
- Если ребенок уже умеет читать, попросите его прочесть вам загадки, шутки или смешные истории.
- Вместе с ребенком подросткового возраста сходите на концерт. Пусть вам не нравится эта музыка – вам нужно просто побыть рядом с ним. Потерпите, если будет слишком громко – зато потом будет что рассказать своим друзьям.
- Если ваш ребенок любит беззлобно поддразнивать других, присоединитесь к нему, а не читайте нотации о том, как это невежливо.

Тепло и уют

«Что может быть приятнее, чем чувствовать в своей руке детскую ладошку? Она такая маленькая, мягкая и теплая, - как котенок, который доверчиво свернулся на твоей ладони».

(Маржори Холмс)⁴⁴

Когда мы берем детей на руки, они согреваются теплом нашего тела. Когда мы меняем ребенку памперс, ребенок тоже согревается оттого, что он сухой и чистый. Когда мы кормим ребенка, ощущение сытости дарит ему тепло. Поэтому иногда ребенку нравится находиться в тесном и ограниченном пространстве, например, в детском манеже, стульчике для кормления или просто в крепких объятиях мамы или папы.

Подобные ограниченные пространства дают ребенку возможность поиграть «в малыша» с соответствующими игрушками: кубиками, пирамидками и плюшевыми мишками - и тем самым восполнить те потребности, которые не были удовлетворены в более раннем детстве. Не следует сажать ребенка в манеж в качестве наказания! Напротив, используйте манеж для того, чтобы с любовью восполнить и исправить некие пробелы в воспитании ребенка.

Если раннее детство ребенка было полно опасностей, вы можете предложить ему поиграть в манеже с такими словами: «Ты знаешь, я тут подумала, у тебя было не самое безопасное и счастливое прошлое, а некоторые дети так любят поиграть в малышей. Давай мы тоже попробуем эту игру – всего десять минут». Потом посадите ребенка в манеж или другое подобное сооружение. Ясно сообщите ему,

⁴⁴ Marjorie Holmes, цитата по сборнику Джеймса Симпсона, *Современные цитаты от Симпсона* (James Simpson, *Simpson's Contemporary Quotations*, Boston: Houghton Mifflin, 1988), <http://www.bartleby.com/63/2/3802.html>. Первоначально цитировано в *Calendar of Love and Inspiration* (New York: Doubleday, 1981).

что из манежа можно выйти, как только захочется. Скорее всего, ребенок все-таки согласится немного поиграть в манеже, если ему действительно нужно побить в ограниченном пространстве. Когда эта игра перестанет его забавлять, вы можете быть точно уверены, что эта потребность удовлетворена окончательно.

Некоторые из наших советов по организации подобных ограниченных пространств были получены от самих приемных родителей. Биологический возраст детей, в отношении которых были разработаны эти приемы, варьируется от 5 до 15 лет, но каждый из них испытывал одинаковую потребность в ограниченном пространстве, будь то детский манеж или мамыны руки.

- Накройте стол одеялом и представьте, что под столом - домик для вашего ребенка. (В эту игру не следует играть с несколькими детьми одновременно, если кто-либо из них имеет опыт сексуального или физического насилия. В таких случаях лучше с каждым ребенком играть по очереди).
- Устройте «домик» в углу комнаты, огородив его с двух сторон (например, большими листами картона - прим. издателя)
- Поставьте в гостиной маленькую треугольную палатку. Закройте ребенка в палатке, а когда он захочет выйти – расстегните палатку или предложите ему выйти самому.
- Купите игрушечный домик – из картона или из пластика – и установите в доме или во дворе.
- Купите коврик с любимыми мультипликационными персонажами ребенка. Расстилайте его только в тех случаях, когда ребенок готов поиграть на нем «в малыша».
- Поставьте четыре большие напольные или диванные подушки на ребро так, чтобы они образовали четыре «стены». Подушки не будут падать, если вы шарфом свяжете углы соседних подушек. В результате получится «колыбелька».
- Для ребенка постарше «колыбельку» можно соорудить, поставив тахту или небольшой диван «лицом» к стене.

Когда Шелли удочерили, ей было четырнадцать лет. С рождения и до пяти лет она росла в родной семье, где употребляли крэк⁴⁵ и совершенно ею не занимались, но периодически били и использовали как секс-игрушку. До удочерения Шелли сменила несколько замещающих семей.

С первого взгляда на Шелли было видно, сколь многого она недополучила в своем детстве. После нескольких сеансов терапии Шелли и ее приемная мама решили, что девочке нужно каждый день играть «в малышку». Сначала они поискали на распродажах детские игрушки. Каждый день Шелли залезала в свою «колыбельку», сделанную из перевязанных шарфом подушек, и играла в детские игрушки. Во вре-

⁴⁵ Сильный наркотик, разновидность кокаина. – прим. издателя.

мя одного из занятий Шелли спросила у психотерапевта, пробовал ли он сам нечто подобное. «Да, но не во взрослом возрасте», - ответил он. «А стоило бы попробовать», - парировала Шелли. - Это безопасно и так расслабляет. Я обожаю играть в эту игру».

Помимо ограниченного пространства, есть и другие способы создать у вашего ребенка чувство тепла и уюта:

- Купите или сделайте сами теплое мягкое одеяло, чтобы ребенок заворачивался в него каждый раз, когда смотрит телевизор, читает или занимается каким-нибудь другим спокойным делом.
- Предложите вашему ребенку спать на кровати в спальном мешке, а не под одеялом. Так уютнее.
- Положите на несколько минут перчатки и шарф ребенка в сушилку или на батарею. Теплая одежда дает очень приятные ощущения, и ребенок отправится в школу с уютным настроением.
- Сделайте для себя с ребенком «уютное гнездышко» - может быть, под столом, накрытом одеялом, или в палатке, или в пустом шкафу.
- Завернитесь в общее большое одеяло, когда будете вместе смотреть телевизор.
- На улице жарко? Тогда вместе с ребенком выйдите наружу и получите удовольствие от жары.
- На обед приготовьте ребенку горячий суп.
- Нагоните пар в ванной. Потом вместе порисуйте пальцем на запотевшем зеркале.
- За ночь ваша машина промерзает? Тогда захватите утром небольшой плед, чтобы обернуть ребенка ноги.

Смеемся вместе

«Смех – это как внутренняя пробежка. Он встряхивает ваши внутренние органы. Он улучшает дыхание. Он дает жизнь большим ожиданиям».

(Норман Кузан)⁴⁶

Без смеха наш мир стал бы очень унылым местом. Семейные воспоминания обычно касаются каких-то забавных происшествий, и смех – главное лекарство от стресса. Поэтому никто не захочет привязаться к человеку, лишенному чувства юмора. Ниже мы даем несколько советов, как веселее провести время с ребенком:

⁴⁶ Norman Cousins, цитата по сборнику Джеймса Симпсона, *Современные цитаты от Симпсона* (James Simpson, *Simpson's Contemporary Quotations*, Boston: Houghton Mifflin, 1988), <http://www.bartleby.com/63/93/2793.html>. Первоначально цитировано в *Anatomy of an Illness* (New York: Norton, 1979).

- Один раз прогуляйте работу, а ребенок – школу. Просто хорошо проведите время вдвоем дома.
- Купите для ребенка комнатное растение. Научите ухаживать за ним.
- Отнеситесь с пониманием, если у ребенка был не самый лучший день в школе. Посочувствуйте ему, не ругайте.
- В какой-нибудь день освободите ребенка от выполнения любой работы по дому. Например, утром в субботу вместе составьте список нужных дел, а потом демонстративно порвите его и займитесь чем-нибудь для души. От пыли еще никто не умирал.
- Купите новую большую коробку цветных карандашей, а старую выкиньте. Просто так.
- Посадите на улице какое-нибудь растение. Если в вашем климате растут луковичные цветы, высадите несколько цветочных луковиц осенью, чтобы они расцвели уже следующей весной.
- В каждый день рождения делайте фотографию вашего ребенка рядом с одним из родителей. Отмечайте, как он растет с каждым годом.
- Зайдите в зоомагазин просто поглазеть.
- Ритуалы очень важны для ребенка. Придумайте какие-нибудь только для вашей семьи. Например, можно попробовать по-особому отмечать 31 декабря.
- Купите какую-нибудь забавную мелочь – цветной ластик, наклейку или плакат – и оставьте в комнате ребенка в качестве сюрприза.
- В ванной покажите ребенку, как можно соломинкой для коктейлей «кипятить» воду.
- Достаньте с дальней полки «вкусные» душистые мыла с экзотическим запахом, с вплавленными лепестками цветов. В конце концов, для кого вы их бережете?
- Запишитесь вместе в какой-нибудь кружок – рисования, технического, любой.
- В какой-нибудь самый обычный день разрешите вашей дочери надеть в школу нарядные кружевные носочки. В любом случае она скоро вырастет из такой одежды.
- Сходите на распродажу или в магазин подержанной одежды и купите какие-нибудь вещи для шутивого карнавала.
- Если ребенок смастерил для вас бусы из макарон, шарф или заколку, - носите их, какими бы жуткими они вам ни казались.
- Оденьтесь с ребенком в похожие футболки.
- Купите значок или цепочку с первой буквой вашей фамилии и попросите ребенка каждый день носить его или ее как напоминание, что теперь он [тут должна быть фамилия вашей семьи].
- Купите (или смастерите сами – прим. издателя) игрушечную корону. Носите

ее в те дни, когда вы - король или королева вашего дома. Тот, кто носит корону, освобождается от любых дел по дому.

- Сделайте волшебную палочку. Используйте ее, чтобы загадывать желания.
- Купите клоунский нос. Одевайте его в те моменты, когда ваш ребенок меньше всего этого ожидает, например, вечером за ужином или собираясь на родительское собрание (в последнем случае можете его снять, как только окажетесь за дверью. – прим. издателя).
- Возьмите расческу, монетку, наждачную бумагу и другие предметы различной фактуры. Положите предмет на лист тонкой бумаги и «закрасьте» его мягким карандашом. Обсудите с ребенком, что и почему проявилось на бумаге.
- Пораскрашивайте вместе с вашим ребенком.
- Всей семьей соберите большую мозаику («пазл»).
- Купите игрушки для ванной. В ванной даже подростки иногда играют с резиновым утенком.
- Как-нибудь для всей семьи устройте «пижамную вечеринку»⁴⁷.
- Пишите разноцветными ручками.
- Соберите игрушки и одежду ребенка, из которых он уже вырос, и вместе с ним решите, кому вы их подарите.
- Не заправляйте постели целую неделю. Честно – ничего страшного не произойдет.
- Купите разноцветные скрепки, чтобы все могли ими пользоваться.
- В субботу ходите не в ту церковь, куда обычно, - просто чтобы получить новые впечатления.
- «Сварите»⁴⁸ по футболке для каждого члена семьи.
- Вместе научитесь какому-нибудь простому ремеслу.
- Вместе сделайте что-нибудь приятное соседу.
- Купите красивую свечу. Зажгите ее в память о тех, кого не хватает вам и вашему ребенку.
- Организуйте для ребенка маленький кабинет. Разложите в нем его тетради, карандаши, точилку, клейкую ленту, скрепкосшиватель и другие канцтовары.
- Сходите вместе в лавку букиниста и поищите там «сокровища».
- Сходите вместе на футбольный матч и поболейте за одну команду.
- Притворитесь, что вы туристы в вашем родном городе и посетите какую-нибудь достопримечательность.

⁴⁷ Описание «пижамной вечеринки» см. в Приложении № 2 в конце этой книги. - прим. издателя.

⁴⁸ «Сварить» можно любую хлопковую вещь. Перед покраской часть ткани обматывается нитью или скручивается узлом, чтобы получить эффектные разводы. – прим. издателя.

- Вместе создайте украшение на стену детской комнаты: отрежьте от обоев длинную полосу, и пусть ребенок оставит на ней разноцветную «дорожку» из отпечатков своих ладоней.
- Если ваш приемный ребенок уже оканчивает школу и приглашает поехать с ним и его друзьями отдохнуть на весенних каникулах, не отказывайтесь. Это путешествие может принести много интересных открытий. Только не пугайтесь!
- С ребенком подросткового возраста поговорите так, как будто он сын ваших знакомых. Откажитесь от нравочений и наставлений, будьте проще и, может быть, вы начнете понимать, почему другим родителям ваш ребенок кажется весьма приятным в общении.
- Отнеситесь к школе как к одной из многих сторон жизни вашего ребенка. Большинство школьных предметов не учат действительно важным вещам. Насколько вам самим давалась в свое время алгебра, геометрия или всемирная история? И те несколько «троек» или «двоек», которые вы получили в свое время, действительно разрушили всю вашу жизнь? И кто-нибудь из ваших нынешних друзей знает, как плохо порой вы сами учились? Это вообще кому-нибудь теперь интересно?
- Правда ли наш мир такой уж беспощадный, как мы учим наших детей? Давайте немного ослабим узду. В реальной жизни многие люди пропускают важные сроки – и получают дополнительное время!
- Посмейтесь со своим подростком над теми вещами, которые на первый взгляд совсем не показались вам смешными. Если учитель по рассеянности скатился со стула (и при этом ничего себе не повредил), разве это ни смешно хотя бы чуть-чуть? Только не рассказывайте сказки, *мы-то* точно знаем, *как* вы сами отреагировали бы на такую сценку в ваши 16 лет!
- Если ваш ребенок успел получить водительские права⁴⁹, то покатайтесь на машине вместе, время от времени сменяя друг друга за рулем.
- Устройте себе мини-отпуск.
- Сходите вместе в кино, а фильм пусть выберет ваш ребенок.
- Просто забудьте иногда об обязанностях и немного подурачьтесь!

Наверное, многие из вас сейчас думают: «Ну и где мне найти время на все эти занятия?» Давайте вспомним, что мы обычно отвечаем нашим детям, когда они жалуются, что у них нет времени убрать в своей комнате: «Вот если бы сейчас позвонил один из твоих друзей, ты нашел бы время поболтать с ним или пойти поиграть. Ты всегда находишь время для дел, которые кажутся тебе важными». Поэтому, возвращаясь к вашему вопросу, - найдите время, выкроите время. «Я слишком занят» или «я слишком устала» не принимаются!

Многие приемные родители попадают в обычную ловушку, расставляемую ребенком с нарушением привязанности. Они начинают верить в то, что говорит ре-

⁴⁹ В США водительские права можно получить с 16 лет. – прим. издателя.

бенок, и повторяют его ужасные слова: «Мне все равно». Такие дети почти всегда противятся новому, но если все-таки решаются попробовать, оно им неизменно нравится. Если ребенок чего-то никогда не делал, он не захочет это попробовать из одного лишь страха перед неизвестным. Но если вам удастся подвигнуть ребенка на эксперимент, то он получит не только новый опыт и возможность сказать: «Да, я пробовал это!», но и еще одно общее семейное воспоминание с вашим участием. Научившись получать удовольствие от общения со своими детьми, вы сами будете меньше уставать, реже раздражаться и чаще испытывать прилив сил.

Чем больше приятных минут вы проводите с вашим ребенком, тем дальше уходят от него воспоминания о неприятных. Доктор Марта Велш (Martha Welch), психиатр и автор книг, дает отличное объяснение, что значит «качественное общение» с ребенком. Она считает, что в данном случае качество общения не может восполнить его недостаточное количество, потому что дети должны не только преуспевать, но и развиваться поступательно. Заботу исключительно о качестве общения с ребенком можно сравнить с потреблением в день всего трети или четверти минимального объема пищи – сколь бы качественной она ни была, рано или поздно недостаточное ее количество приведет ребенка к голодной смерти. Сама идея «качества, а не количества» звучит как порождение ситуации, при которой родители слишком заняты, чтобы уделять своим детям нужное *количество* времени.

Среди наших читателей найдутся и такие родители, у которых как раз достаточно времени для предлагаемых экспериментов, но они сомневаются в успехе уже по другой причине: «Мой Джонни точно испортит совместную выпечку кексов! Ему это совершенно не понравится». Наш опыт показывает, что если у родителя есть сильное предубеждение за или против какого-либо действия, то ребенок интуитивно перенимает его. Например, если вы уверили себя, что не сможете заставить ребенка сделать что-то, скорее всего, так и произойдет. Если же вы твердо решите для себя, что пойдете в магазин, купите воздушного змея и потом вместе с ребенком запустите его на пустыре, то, вероятнее всего, вы проведете время так же хорошо, как планировали. Не спрашивайте у вашего ребенка, чем он хочет заниматься. Скорее всего, он и сам не знает. Ему неизвестно большинство вариантов нормального времяпрепровождения, поэтому только родители могут и должны показать ребенку – а порой и заставить его, если это необходимо, – как можно хорошо провести время.

Наш опыт показывает, что быстрее всех удастся достучаться до таких детей самым спонтанным, творческим, оригинальным и непредсказуемым родителям – то есть таким, с какими интереснее всего. В данном случае именно взрослые должны показать пример, как можно получать от жизни удовольствие. Многие нормальные родители без тени сомнения заставляют своих малышей пробовать что-то новое. Вспомните, например, что творится на Рождество в больших торговых центрах. Перед Дедом Морозом выстраивается целая очередь родителей, которые заставляют своих детей фотографироваться на коленях у фактически совершенно незнакомого человека. И пока их дети хнычут от страха перед необычно одетым дядей, нетерпеливые родители в совершенном восторге ждут фотографию, которую потом можно будет разослать родственникам вместе с рождественскими поздравлениями. Любопытно, что взрослея, и сам ребенок начинает с нетерпением ждать

это новогоднее приключение, потому что уже знает, что случится что-то хорошее. Но ведь если бы однажды родители не «принудили» его сесть на колени к Деду Морозу, ребенок так и не захотел бы сделать этого сам.

Со старшими детьми договориться, конечно, сложнее, и некоторые из них сначала попытаются испортить удовольствие и себе, и другим. Однако это не должно портить праздник для остальной семьи. Если ваш ребенок считает, что запускать воздушного змея, – это занятие «для дураков», посадите его в сторонку и предоставьте понаблюдать за тем, как его запускают остальные. Как только ребенок поймет, что его отказ никого не расстроил и не рассердил, он, скорее всего, попытается присоединиться к вам. Будьте готовы принять его в игру, как только он проявит желание. Ни в коем случае не используйте этот момент для упреков типа: «Ты же сам отказался, сиди теперь в стороне». Напротив, выразите радость, что он снова с семьей.

Будет ли у вас получаться увлечь ребенка новым занятием каждый раз? Конечно, нет. Будут ли некоторые дети отвечать отказом на любое ваше предложение? Вероятно. Но чем уверенней и позитивней будет ваше собственное отношение, тем выше шансы на успех. Запомните: если подсознательно вы ждете провала, то эти ожидания, скорее всего, оправдаются. Негативный фатализм – это смертный приговор для любого творчества, и как только вы перестаете видеть все варианты развития событий, ваша картина мира начинает напоминать картину мира вашего душевно травмированного приемного ребенка: одна сплошная безнадежность, полная ограничений и поражений. Задача родителей – увести ребенка с этого мрачного пути и показать, каким *может* стать его мир и как этого достичь. Этот новый мир может стать для ребенка местом, полным бесконечных возможностей, надежд и поддержки.

*САМЫЕ ЗНАМЕНИТЫЕ ЗАЙЦЫ И КРОЛИКИ*⁵⁰

Если вы помните, в разделе, посвященном общению, мы предлагали составить список чего-либо. В качестве примера приводим список самых знаменитых зайцев и кроликов:

- Заяц из сказки «Заяц-хвостун».
- Заяц из сказки «Колобок».
- Заяц из сказки «Лиса и заяц».
- Заяц из мультфильма «Ну, погоди!».
- Крош из мульт-сериала «Смешарики».
- Кролик из сказки и мультфильма про Винни-Пуха.
- Шоколадный пасхальный заяц.

⁵⁰ В оригинальном издании приводился список самых знаменитых американских кроликов и зайцев. В него вошли персонажи, в большинстве своем российской публике неизвестные. Поэтому издатель предлагает похожий список, основанный на русской традиции. – прим. издателя.

Глава 6

ШКОЛЬНЫЙ ТАНЕЦ

КАК УЗНАТЬ, КОГДА НАДО ВЕСТИ, А КОГДА - ОСТАВАТЬСЯ ВЕДОМЫМ

В сотрудничестве с доктором медицины Кэрол Блатники (Carol Blatnicky, MEd)

Все дети ходят в школу, но у каждого свой особый школьный опыт. Накануне первого дня в подготовительном классе⁵¹ ребенка бросает то в радостное возбуждение, то в страх, доходящий до ужаса. Родители испытывают похожие чувства, хотя их переживания могут не всегда совпадать с переживаниями ребенка.

Первый день в подготовительном классе отмечает для родителей начало нового этапа, который продлится как минимум тринадцать лет. Родители, которые до сих пор были самыми важными взрослыми в жизни своего ребенка, теперь начинают делить это почетное звание со школьной администрацией. Ребенок, для которого до сих пор родители были истиной в последней инстанции, обнаруживает новые авторитеты. А детям с нарушением привязанности, которые еще не научились признавать родительскую власть, особенно непросто признать авторитет и других взрослых.

Большинство родителей ожидает, что их ребенок «вольется» в школьную жизнь, и обычно именно так и происходит. Но для социально незрелых детей, детей с эмоциональными и/или познавательными проблемами, школа не сразу становится любимым местом. Напротив, их родители, которые ожидали получить в школьные годы некоторую передышку от роли «мировых жандармов», неожиданно оказываются втянутыми в конфликт с учителями, администрацией школы или школьным психологом. И если оставлять эти школьные проблемы без внимания, они будут только усугубляться, отравляя жизнь всей семьи. Именно поэтому приемная семья должна сама инициировать общение со школой в наиболее благоприятном для ребенка ключе. Родительская работа на опережение может облегчить школьное существование даже тем детям, которые и сами легко приспосабливаются к новой обстановке.

⁵¹ В США подготовительные классы (еще их называют «класс К», или «детский сад») ¹kindergarten², но последнее название не вполне соответствует российскому аналогу) – это дошкольное заведение для детей 5-6 лет в системе начальной школы. – прим. издателя.

Что могут сделать родители?

Думая об образовании

Понимая всю важность образования, большинство родителей под подготовкой к школе понимают покупку красивой коробки для завтраков, необходимых письменных принадлежностей и новенькой школьной формы. Но если ребенок не только новичок в вашей семье, но вдобавок приехал из страны с другой культурой обучения, то любые перемены станут для него двойным испытанием.

Для восьмилетнего Экмела было очень непривычно спать в отдельной кровати. До сих пор он делил кровать по крайней мере с четырьмя другими детьми. Теперь у Экмела была своя комната, размерами не уступающая его старому дому. Но по ночам Экмелу было одиноко и страшно. Он с нетерпением ждал начала школы, потому что был уверен, что сможет хорошо учиться и встретит там новых друзей. У себя на родине Экмел был лучшим учеником в классе, и другие дети равнялись на него.

Но когда Экмел увидел свою новую классную комнату, он испытал шок. Каждая стена его третьего класса была украшена яркими картинками, наклейками и надписями, даже с потолка что-то свисало! Экмел не знал, куда смотреть. В классе не было и строгих рядов скамеек, которые дали бы хоть какое-то чувство порядка во всей этой неразберихе. Дети вели себя очень шумно и не проявляли к учителю должного уважения.

Экмел стоял посреди класса в новеньких кроссовках (их купил ему приемный отец, чтобы мальчик выглядел как остальные дети) и чувствовал острую тоску по негнувшимся черным школьным ботинкам и дисциплинированным тихим классам своей родины. Он ненавидел эту новую школу и все, что было с ней связано.

У большинства родителей так много повседневных проблем - начиная с того, кто будет забирать ребенка из школы, и заканчивая расписанием для всей семьи, - что у них совсем не остается времени подумать, каковы цели образования для их ребенка. Напротив, большинство родителей рассмешила бы эта идея. А ведь ясное понимание того, каких именно школьных достижений вы ожидаете от своих детей, помогло бы исключить или хотя бы заметно сгладить многие потенциальные трудности. Общеизвестно, что «все родители желают своим детям только самого лучшего», но было бы полезно описать это «самое лучшее» конкретнее. У ребенка с нарушением привязанности любая новая деятельность вызывает настолько смешанные мысли и чувства, что без деликатной помощи родителей ему очень трудно самостоятельно разложить их «по полочкам».

Это был первый день в подготовительном классе в небольшом городке, где дети добираются до школы пешком. Мамы и папы провожали своих малышей, столпившись за оградой большого кирпичного здания школы. Весело переговариваясь и подпрыгивая, мальчики и девочки спешили в классы. Неделей раньше они познакомились со своими будущими преподавателями и видели, какие замечательные игрушки и книжки ждут их в классе. Все они с нетерпением ждали начала занятий – все, кроме одного маленького мальчика по имени Тирон.

Он так и остался стоять у входа, уцепившись за мамину руку и крича, что он хочет домой. Смущенная мама отчаянно пыталась вырвать руку из цепких детских пальцев, неуверенно повторяя, что Тирону будет очень весело в школе. Наконец в дело вмешалась директор школы. Она сказала маме Тирона, что та может уйти и не волноваться за сына: многие дети плачут в первый школьный день, но после ухода мамы быстро успокаиваются.

Однако Тирон оказался особенным ребенком: он прорывал все утро и прервался только на время полдника. В течение всей первой недели он начинал плакать, едва входил в здание школы, и не успокаивался, пока не заходил в класс. Каждый день приходилось звать на помощь школьного психолога, который несколько раз специально встречался с Тироном и его родителями.

Как выяснилось, мама Тирона всегда ненавидела школу, и хотя она искренне старалась убедить мальчика, что ему там будет хорошо, Тирон улавливал скрытый скепсис. Из-за прошлого неприятного опыта общения с учителями мама Тирона не пришла ни на одну подготовительную встречу перед началом детского сада. В результате, ее сын оказался в заведомо проигрышном положении, потому что не знал, чего ожидать от школы. И хотя мама Тирона искренне надеялась, что сыну понравится школа и его школьный опыт будет приятней ее собственного, мамины страхи оказали свое негативное влияние на отношение ребенка. К сожалению, мама Тирона не догадалась открыто поговорить с ребенком о своих надеждах и ожиданиях. Она до последнего момента гнала любые мысли о школе, чтобы не бередить собственные болезненные воспоминания.

Первое, что могут сделать родители для того, чтобы определить свои ожидания от школы, - это исследовать собственное отношение к школе и сформулировать свою личную систему ценностей по этой теме. Задайте себе следующие вопросы:

- Как вы видите роль школьного образования в нашем обществе?
- Считаете ли вы, что образование – это безусловная ценность?
- Что вы ожидаете от своего ребенка?
- Если бы у вас была волшебная палочка и вы могли создать идеальную школьную обстановку для вашего ребенка, то как бы она выглядела?
- Можете ли вы объективно оценить сильные и слабые стороны вашего ребенка с точки зрения обучения в школе?

ВАШЕ ОТНОШЕНИЕ К ОБРАЗОВАНИЮ

Если вы обнаружили, что испытываете в чем-то негативные чувства к школе, учителям и образованию в целом, настало время изменить свое отношение. Одно из преимуществ «родительства» заключается в том, что оно дает нам возможность пересмотреть и «раздвинуть» нашу систему ценностей. Чтобы помочь своему ребенку, родителям следует избавиться от некоторых предубеждений. Осмысливая значение школьного образования, родители делают первый шаг к тому, чтобы сделать школьную учебу приятной для своего ребенка.

Почувствуйте радость, которую приносят новые знания. Примите решение ценить познание и образование. Это решение должно быть бесповоротным и искренним, ведь дети отлично чувствуют фальшь. Вы тут никого не обманете. Поэтому используйте любую возможность показать ребенку, что вам самому нравится познавать новое. Будьте внимательны, какие подсознательные сигналы посылают ребенку ваши поступки.

Представьте, что вам надо собрать по инструкции простую, на первый взгляд, вещь, сборка которой превращается в работу на целый день. Вот прекрасная возможность показать пример зрелого отношения к обучению. Если ваш ребенок еще мал, вы можете комментировать свои действия таким образом: «Маме приходится снова и снова перечитывать эту инструкцию, потому что все не так просто. Но если я буду продолжать в том же духе, у меня может получиться». Если вас по-прежнему настигает неудача, вы можете сказать так: «Теперь мама попросит помощи у папы. Когда мы учимся новому, всегда есть кто-то, кто может нам помочь». Ваши повседневные реакции помогают ребенку сформировать собственный набор приемов, который потом пригодится и в процессе обучения.

Ребенка постарше попросите помочь вам разобраться в инструкции. Можно немного отвлечься от процесса сборки, нарисовать схему и подумать над ней вместе с ребенком. Так ребенок поймет, что порой для успеха нужны дополнительные усилия. Метод проб и ошибок – это тоже часть обучения. Если ребенку удастся каким-то образом помочь вам найти решение, это награда для вас обоих. Аналогично, если вы оба потерпите неудачу, то и помощь вы можете поискать тоже вместе. В обоих случаях ваша взаимная привязанность только усилится.

Но не забывайте постоянно контролировать собственные реакции и слова. Если ваш подросток начинает раздражаться из-за неудач, самое время объяснить ему связь между процессом обучения и его чувствами. Например, вы можете сказать так: «Мне тоже хочется как следует пнуть эту коробку, но сейчас это нам не поможет. Давай лучше сделаем паузу и вернемся к этому делу потом. Учиться новому бывает нелегко, но я знаю, что мы справимся».

Конечно, на бумаге все выглядит просто. Трудности начинаются, когда вам приходится следить за тем, что вы говорите, и искать правильные слова. Это те самые моменты, когда родителю приходится выходить за пределы собственных возможностей. Все равно делайте это – прежде всего, ради своего ребенка, и в конечном итоге от этого выиграют все члены вашей семьи.

ЧЕГО ВЫ ЖДЕТЕ ОТ РЕБЕНКА

Родители надеются, что их ребенок привыкнет к школе, найдет там друзей и достигнет академических высот. Иногда к этим надеждам добавляются и другие, например, участие в художественных кружках или спортивных секциях. У родителей, которые годами мечтали о ребенке и ради этой мечты прошли все трудности усыновления, могут быть и более амбициозные планы.

Некоторые наши ожидания отражают то, чего нам самим удалось или не удалось добиться в школе, другие основаны на трезвом наблюдении за ребенком. Но в любом случае шансы на успех у ребенка тем выше, чем реалистичнее ожидания его родителей и чем понятней они самому ребенку. Именно так вы можете поддержать ребенка в достижении ваших же ожиданий.

Что касается детей с нарушением привязанности, то некоторые их поступки могут вызывать у родителей обоснованные опасения в отношении школьного будущего. Очевидно, что чем нервозней родитель, тем труднее ему стать опорой ребенку, склонному к тревожности. С другой стороны, родители могут считать приемного ребенка даже «слишком развитым», ожидая от него самых высоких школьных результатов.

К сожалению, когда такой ребенок оказывается в окружении не менее «развитых» одноклассников и обнаруживает, что он всего лишь один из многих в коллективе, где каждый должен делиться и ждать своей очереди, и ребенок, и его родители могут испытать нечто похожее на разочарование. Иногда дети, которые кажутся очень умными и сообразительными в домашней обстановке – т.е. в окружении родственников и друзей, готовых всячески их поддержать, – обнаруживают, что не готовы делить место примадонны с одноклассниками. Им не хватает внимания, к которому они так привыкли дома, и довольно быстро такие дети приходят к мнению, что школа им не подходит.

Когда маленький первоклассник не хочет идти в школу и не чувствует себя там в безопасности, его родители страдают вместе с ним. Их переполняют гнев, обида или чувство беспомощности, потому что они совершенно не были готовы к тому, что школа станет источником несчастий. Совершенно естественно, что родители ищут причину в окружающих и считают, что проблема в самой школе, в одноклассниках ребенка или в учителе. С другой стороны, родители могут засомневаться в адекватности собственного ребенка; они в спешке учат его следовать правилам, «правильно» играть и делиться со сверстниками. В любом случае, постарайтесь управлять ходом своих мыслей, чтобы ваши действия были всегда обдуманы и рациональны.

Как правило, для ребенка, пережившего многочисленные переезды или перемены воспитателей в детдоме либо подвергавшегося жестокому обращению, школа становится новым неприятным испытанием. Администрация и учителя многих школ воспринимают таких детей как бремя, потому что их часто сопровождают толстые папки «дел» из предыдущих школ, и они не всегда полностью соответствуют

требованиям для поступающих. От преподавателей требуются серьезные усилия, чтобы в академическом, эмоциональном и социальном плане довести таких детей до уровня остального класса.

Бессознательно учителю может казаться, что такой ребенок не стоит его усилий, потому что он может переехать в другую семью и, соответственно, в другую школу. Если ребенок будет впоследствии усыновлен, это только усложнит эмоциональную обстановку. Получается, что у такого ребенка не только никогда не было безопасного дома, но и в школе ему может быть несладко. Если новые родители не примут во внимание все эти факторы, их завышенные, нереалистичные ожидания станут дополнительным источником стресса для такого ребенка.

ВОЗЬМИТЕ ШТУРВАЛ В СВОИ РУКИ

Как только вы сможете четко сформулировать, чего вы ждете от школьного образования, начните включать в повседневные разговоры фразы, которые объясняли бы ребенку отношение вашей семьи к образованию. Например, младшим детям это можно описать такими словами: «Мама и папа ходят на работу, а ты ходишь в школу. У нас всех есть своя работа».

Покажите ребенку пример ответственного отношения к своим обязанностям, приготавливаясь к рабочему дню накануне вечером или составляя список дел на завтра. Помогите ребенку выработать похожие привычки при подготовке к школе, например, заранее класть учебники, ранец и другие необходимые вещи рядом с входной дверью. Расскажите ребенку, насколько ваша семья ценит чувство ответственности. Помогите ребенку лучше понять привычные занятия вашей семьи.

Например: «В нашей семье любят поддерживать порядок, читать книги и заниматься спортом. Конечно, не всегда все получается идеально, но мы всегда стремимся в чем-то стать лучше». Используйте похожие фразы, описывая повседневные занятия вашей семьи, к примеру: «В нашей семье уроки делают сразу после школы, чтобы вечером о них уже не думать». Фразы, построенные подобным образом, не только помогают ребенку понять, каковы ваши ожидания, но позволяют вам, как родителям, высказать свои требования в нейтральной, неличной форме. При таком подходе вместо того, чтобы думать: «Это папа заставляет меня делать уроки сразу после школы», ребенок воспринимает своевременное выполнение уроков просто как семейную традицию.

Более того, такие беседы помогают вам и вашему ребенку почувствовать себя частью одной семьи. Хотя некоторые родители могут подумать, что такое детальное планирование и организованность излишни, на самом деле только последовательное и даже строгое воспитание дает детям с нарушением привязанности чувство безопасности и родительской защиты. Научите ребенка фразам, которые помогут ему выжить в школе и выработать положительное отношение к учебе, например:

- Мне нужна помощь.
- Я могу справиться и с трудным заданием.

- У меня всегда есть выбор.
- Я учусь на своих ошибках.
- Я люблю пробовать новое.
- Мне нравится школа.
- Я могу найти решение.
- Я знаю, что могу положиться на себя самого.
- Я знаю, где найти помощь.
- Я могу решить любую проблему.
- Пожалуйста, объясните мне, я не понимаю.

Когда ребенок может ясно выразить словами свои убеждения, его поведение становится более понятным для учителя.

Патрик, ученик третьего класса, с трудом соблюдал правила поведения в классе. Его учительница перепробовала все виды дисциплинарных воздействий – оставление после уроков, вывод из класса, лишение наград, – но ни один из них не принес результатов. Однажды Патрик спросил у учительницы, почему она его не любит. Учительница была очень удивлена таким вопросом, так как, несмотря на непослушание, Патрик был сообразительным и обаятельным ребенком. Учительница спросила, почему он так решил, и Патрик уверенно ответил: «Я знаю, что вам все равно, что я делаю, потому что вы никогда меня не шлепаете. В нашей семье того, кто плохо себя ведет, шлепают. Мои родители так поступают, потому что они любят меня и им не все равно. Вот почему я думаю, что я вам не нравлюсь, – когда я плохо себя веду, вы ни разу не стукнули меня».

У Патрика было четкое представление о системе ценностей в его семье, и он смог ясно описать ее на словах. Учительница объяснила мальчику, что в ее классе учеников никто не шлепает, а вот дисциплинарные воздействия она применяет именно потому, что Патрик ей не безразличен. После этого разговора каждый раз, когда Патрика оставляли после уроков, учительница объясняла ему, что это как если бы она шлепнула его, как дома. Постепенно поведение Патрика улучшилось, что показывает, какое влияние семейные ценности оказывают на то, как ребенок воспринимает происходящее в классе.

Особенно непросто подобрать подходящие слова для детей старшего школьного возраста или для подростков, которые первые годы жизни провели за пределами вашей семьи. Обычно в этом возрасте ребенок обладает четкими и весьма живописными собственными представлениями о школе и образовании, которые могут противоречить вашим убеждениям. Самое правильное – это подождать, когда ребенок проявит определенный интерес хотя бы к какому-то виду обучения (например,

станет учить наизусть слова ко всем любимым песням или упражняться в новой компьютерной игре), и использовать это увлечение как отправную точку в пробуждении у ребенка интереса к новым знаниям в принципе.

Зачастую подростки, у которых уже бывали проблемы с учебой, считают себя недалекими. Им даже в голову не приходит, что и они способны к обучению - сколько бы учителя и психологи ни говорили им об этом. Даже если вам, родителям, удастся убедить такого ребенка, что он достаточно сообразителен, скорее всего, он не увидит никакой связи между своими интеллектуальными способностями и школьными оценками. Поэтому очень важно ставить перед вашим подростком реалистичные задачи и формулировать их таким образом, чтобы он мог принять их для себя.

Допустим, ваша цель в том, чтобы ребенок закончил школу. В этом случае вы можете сказать ему что-то вроде: «Я знаю, что тебе учиться непросто, но ты должен закончить школу. Хотя теоретически на работу могут принять человека и с неполным школьным образованием⁵², но предпочитают все-таки тех, кто школу окончил. А профессию ты всегда сможешь получить в техникуме или на курсах». Родителям достаточно регулярно озвучивать намеченные цели, как непреложные факты, - и ребенок твердо усвоит, в какую сторону он должен двигаться.

Объясните вашему ребенку, что его прошлые переезды, школьные неприятности и другие проблемы, были вызваны его непростой ситуацией. Но сейчас он может исправить это. Вы будете поддерживать его, но и он должен выполнять свою часть работы. Даже если в долгосрочной перспективе вы хотели бы, чтобы ваш ребенок поступил в ВУЗ, сейчас надо сфокусироваться на краткосрочной задаче - получить диплом о среднем образовании. Подросток, который ненавидит школу, мечтает только об одном: бросить ее. Поэтому более амбициозные образовательные цели лучше обсудить с ним после окончания школы.

РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛЯ

Родители и учителя воспитывают одних и тех же детей, в отношении которых питают схожие надежды и ожидания. И те, и другие находятся в серой зоне, где не существует абсолютной истины. Что подходит одному ребенку, может оказаться бесполезным для другого. У одних и тех же родителей, в одной и той же семье дети по-разному реагируют на одни и те же педагогические приемы. Каждый ученик воспринимает учителя и его стиль преподавания тоже по-своему.

Так как родители постоянно чему-то учат своего ребенка, а учитель часто воспитывает ученика, разумно было бы ожидать, что между родителями и учителями будут всегда складываться партнерские отношения. Но в жизни порой кажется, что их интересы почти противоположны, и могут возникать конфликты, в которых учи-

⁵² В США учащийся средней школы может сдать только пять основных школьных предметов и получить диплом о неполном школьном образовании («General Educational Development», или «GED»). Этот диплом выдается только в том случае, если учащийся не смог получить обычный диплом общеобразовательной школы. – прим. издателя.

тель и родитель оказываются по разные стороны баррикад. В некоторых ситуациях родители чувствуют, что педагог встал «в позу» и не намерен прислушиваться к их мнению.

В каких-то случаях родителям просто неловко обращаться к учителю. Но дело в том, что для ребенка с нарушением привязанности обучение в школе будет иметь максимальную пользу только в том случае, если его родители и педагоги будут работать как единая команда с крепкими партнерскими взаимоотношениями. В большинстве случаев секрет таких взаимоотношений кроется в регулярном и открытом общении друг с другом. Попробуйте – и результаты вас приятно удивят.

Юнис была уверена, что ее сын Ян будет хорошим учеником. Каждый вечер после ужина они вместе читали книжки или делали уроки. Муж Юнис допоздна работал и часто уезжал в командировки, поэтому именно Юнис помогала сыну в учебе.

В четвертом классе Ян стал изучать дроби, и Юнис испугалась, что не сможет помогать ему с математикой. Ей было неудобно признаться в недостатке столь базовых знаний, но в конце концов она осмелилась поговорить об этом с учительницей Яна. Юнис попросила назвать ей пособия, которые помогли бы ей повысить свои знания. Учительница была настолько поражена целеустремленностью Юнис, что предложила заниматься с ней после уроков в тот день недели, когда Ян ходил в кружок скаутов. Через несколько месяцев Юнис овладела математикой за шестой класс и никак не могла понять, почему она так не любила этот предмет, когда училась в школе.

Что родителям стоит знать об учителях

Большинство учителей выбрали свою профессию потому, что они любят школу, любят учить и любят детей. Как и родители, учителя хотят, чтобы их ученики достигли максимальных высот. Каждый учитель не только ставит перед своим классом ясные задачи, но и знает, как их достичь. И у каждого учителя есть свой набор «секретных приемов» в отношении ленивых или непослушных учеников. Проще говоря, учителя знают, что делают, и делают это уверенно.

Когда в классе возникают проблемы, с которыми невозможно справиться привычными методами, учитель пытается добиться результатов другими способами: вызывает родителей ребенка, консультируется со школьным психологом, пробует новые педагогические приемы, запрашивает для ребенка специальную учебную программу, просит совета других педагогов. Однако, если речь идет о ребенке с нарушением привязанности, эти дополнительные усилия не только не помогают, но порой даже усугубляют проблему.

Поскольку учителя привыкли решать любые проблемы, неудача застигает их врасплох. В таких случаях некоторые учителя начинают или сомневаться в компетентности родителей, или испытывать отрицательные чувства по отношению к «проблемному» ребенку. Другие педагоги, наоборот, еще больше упорствуют в выбранных методах. Когда учитель, привыкший руководить и направлять, вдруг

оказывается бессилён, он занимает оборонительную позицию. Точно так же реагируют и приемные родители, когда чувствуют беспомощность в общении со школой. Тем не менее, все эти неприятные моменты можно избежать, если регулярно общаться друг с другом.

КАК ОБЩАТЬСЯ СО ШКОЛОЙ

Начальная школа: Постоянная связь с учителем – залог успеха вашего ребенка в школе. Для начала можно встретиться с учителем сразу после начала учебного года, а с директором и школьным психологом – до его начала. До того, как пойти на эту встречу, примите сознательное решение уже заочно относиться к учителю с симпатией и воспринимать его как союзника, который поможет вашему ребенку полностью раскрыть свой потенциал.

Начните ваш разговор со слов, что вы пришли на эту встречу, потому что хотите сделать все возможное, чтобы этот учебный год стал успешным для вашего ребенка. Не скрывайте историю вашего ребенка из опасений, что она вызовет у учителя предубеждение. Очень важно, чтобы учитель понимал, насколько тяжелым было прошлое вашего ребенка, чтобы учесть это при выстраивании отношений. Помните, что ребенок с нарушением привязанности вряд ли сможет вести себя хорошо в новой обстановке, если к нему будут предъявлять дополнительные требования.

Приемный отец Эрика не хотел никому рассказывать об истории раннего детства своего сына. Биологические родители били Эрика и швыряли по комнате. Они морили его голодом и не показывали врачу, когда он страдал от хронических отитов. В результате Эрик получил травму головного мозга и был недостаточно развит в академическом и эмоциональном плане. То, что мальчик был крупноват для своего возраста, только подчеркивало его незрелость. Вдобавок, у Эрика постоянно текло из носа, и он вытирал сопли о рукав рубашки или о любую другую ткань в пределах досягаемости, например, юбку учительницы или куртку одноклассника. Понятно, что у Эрика не было друзей.

Каждый год его приемные родители выслушивали на родительских собраниях длинный список жалоб на поведение своего сына. Когда Эрик был в четвертом классе, несколько учителей пришли на собрание, чтобы зачитать очередной бесконечный список его недостатков. В этот раз привычные претензии показались отцу Эрика особенно досадными, и он воскликнул в защиту своего сына: «А интересно, как бы вы вели себя, если бы ваши родители пытались убить вас еще в грудном возрасте?!» Этот вопрос и последовавшая за ним мертвая тишина позволили матери Эрика рассказать о душераздирающих первых годах жизни ее сына.

Именно с этого момента отношение и к Эрику, и к его родителям начало меняться к лучшему. Как сказал один из учителей: «Конечно, сам

Эрик сильно не изменился, но теперь, узнав о его прошлом, нам стало легче принять некоторые его странности». Как только окружающие стали проявлять больше сочувствия к мальчику, поведение Эрика тоже стало меняться к лучшему.

Объясните учителю, в чем заключается особенность ситуации вашего ребенка, каковы его индивидуальные потребности. Помогите ему понять, чего вы сами ожидаете от учебного года. Расскажите о тех моментах из прошлого вашего ребенка, которые могут повлиять на учебу. Зная историю вашего ребенка и те приемы, которые помогают вам дома, учитель сможет применить аналогичные методы во время классных занятий. Если ребенок посещает психотерапевта, не скрывайте этого от учителя. Может быть, вам следует подумать о том, чтобы дать официальное согласие на обмен информацией между учителем и психотерапевтом ребенка⁵³.

Выясните, каковы задачи и ожидания от класса у самого учителя. Если какие-то из них покажутся завышенными для вашего ребенка, поделитесь этими опасениями. Обсудите с учителем, как можно было бы помочь вашему ребенку добиться успеха в учебе. Попросите работать с вами «в команде», выразите готовность поддержать учителя. Если вы раскрыли учителю какие-либо подробности из прошлой жизни вашего ребенка, ясно обозначьте, какие из них конфиденциальны, а какие уже известны самому ребенку. Если в школе есть штатный психолог, есть смысл с ним познакомиться. Чем больше специалистов вы вовлечете в работу с вашим ребенком, тем выше шансы, что эти усилия принесут успех.

Средняя и старшая школа: Обычно, когда ребенок переходит в средние (а тем более – в старшие) классы, родители полагают, что настало время понемногу выходить из его жизни и предоставить ребенку больше самостоятельности. Но в вашем случае важно, чтобы учителя понимали ваши ожидания и ситуацию вашего «особого» подростка даже лучше, чем в начальной школе. И по мере взросления дети должны знать, что их родители и учителя находятся в постоянном контакте и взаимодействии.

Если большинство учеников начальной школы честно сообщают учителям о требованиях своих родителей, в старших классах некоторые дети учатся довольно убедительно врать на эту тему: «Мои родители не хотят заниматься уроками», «Все это не важно, моей маме все равно». Но если в действительности вам далеко не все равно, что происходит в школе, вам надо найти способ сообщить об этом кому-то из преподавателей вашего ребенка.

Если у вас нет времени, чтобы встречаться с каждым преподавателем по отдельности, позвоните секретарю школы с просьбой назначить вам встречу с социальным педагогом или психологом школы. Расскажите ему об особых потребностях вашего ребенка и попросите оказать поддержку в наступающем учебном году. Об-

⁵³ В США строго охраняется врачебная тайна, поэтому педиатр или психотерапевт не вправе обсуждать какие-либо аспекты состояния или лечения ребенка-пациента без предварительного письменного разрешения его родителей или других законных представителей. – прим. издателя.

ражайтесь к этому специалисту как к вашему основному контакту в школе каждый раз, когда у вас возникает вопрос или затруднение. Узнайте, какую еще помощь вы можете получить от администрации школы. Например, специалист мог бы подготовить для учителей специальный вопросник, чтобы на его базе готовить *еже-недельный* отчет об успеваемости и поведении вашего ребенка.

Этот же специалист мог бы действительно поддержать вашего ребенка в школе, играя роль посредника в случае возникновения проблем с учителями, организуя встречи со всеми преподавателями вашего ребенка и помогая вам распространять необходимую информацию. Время от времени на такие общие встречи полезно приглашать и психотерапевта вашего ребенка. Как в первые школьные годы, если учителя будут знакомы с историей вашего ребенка и эффективными методами воздействия на его поведение, им будет проще сгладить некоторые проблемы.

Большинству учителей нравится работать в команде с родителями, поэтому не волнуйтесь, что просите их о слишком большом одолжении. Педагоги хотят вам помочь, но чтобы они могли делать это эффективно, им нужна информация и ваша поддержка. Не забывайте: школа работает для вас.

Если вам неловко обращаться к школьной администрации и/или просить о встречах, вспомните, что ваш ребенок нуждается в любой возможной помощи. Вы можете попросить кого-то из друзей пойти с вами в школу или присутствовать при разговоре с администрацией. Но если встреча с учителями до начала школьной четверти все-таки выше ваших сил, подождите несколько недель. После того, как начнутся занятия, дождитесь от ребенка малейшего положительного отзыва о ком-либо из учителей. Позвоните этому педагогу и скажите, что ребенку нравятся его уроки и вам нужна его помощь. Честно объясните, почему вы не решаетесь обратиться ко всем учителям сразу, и попросите поддержки. Учитель, который хоть немного нравится вашему ребенку, может оказаться очень ценным союзником.

Подросток, которому известно, что его родители и учителя поддерживают связь и постоянно обмениваются информацией, менее склонен пытаться (безуспешно!) настроить одних против других. Ваш подросток должен знать, что его семья и его школа работают как единая команда *ради него самого*, – нравится ему это или нет.

Школьные учителя с нетерпением ожидали встречи с Трудю, приемной мамой Присциллы. Они хотели познакомиться с женщиной, чье воспитание превратило кокетливую троечницу, неуклонно сползающую на двойки, в кокетливую уверенную «хорошистку».

До того, как оказаться в семье Трудю, восьмиклассница Присцилла поменяла много приемных семей. Новая приемная мама трезво взглянула на успеваемость девочки и ее отношение к учебе. Она пришла к выводу, что Присциллу никогда не заставляли делать домашние задания, а сама Присцилла просто ждала, когда ее выгонят из школы. Ситуация осложнялась тем, что Трудю работала по ночам и в ночные смены не могла следить за ситуацией дома.

Так как Присцилла не приносила домой никаких заданий, Трудю отправила всем учителям записки о том, что она хочет хотя бы раз в

неделю сама заезжать в школу, чтобы получать задания для дочери. Некоторые учителя считали, что этим должна заниматься сама Присцилла. Труды была согласна с ними, но пояснила, что девочка только сейчас начала выполнять домашние задания и какое-то время ей будет нужна помощь. Труды просила учителей о таком сотрудничестве в течение всего лишь одной учебной четверти.

Сначала Труды приходилось приезжать в школу почти каждый вечер, потому что у нее не получалось застать всех учителей Присциллы в один день. К концу первой четверти оценки и отношение Присциллы к учебе заметно улучшились. Сначала девочка стеснялась приходов матери в школу, но потом ей стало нравиться, что ее приемная мама и учителя постоянно общаются друг с другом, потому что учителя постоянно благодарили ее маму и положительно отзывались о ней в присутствии Присциллы. К концу второй четверти Присцилла научилась самостоятельно записывать домашние задания, а ее отношение к школе стало более дружелюбным.

ПРАВИЛА ОБЩЕНИЯ

Порой кажется, что современный человек просто помешан на идее общения. Родители и дети должны постоянно общаться друг с другом. Слова «Держите линии общения открытыми!» успели стать клише. Руководители компаний посещают семинары на тему общения и держат свои подчиненных в курсе последних новинок в этой области. Учителей призывают общаться с родителями, родителей – с учителями. Но иногда, даже если нам кажется, что мы общаемся, на самом деле происходит обратное.

Сюзи - очень разговорчивая второклассница, у которой есть три брата-подростка. Ее лишили права пользоваться школьным автобусом в течение целой недели из-за постоянного «матюкания», которое не прекратилось даже после нескольких предупреждений и одного оставления после уроков. Классный педагог была озадачена таким упорством Сюзи.

Дело в том, что, услышав однажды, какими словами ругается Сюзи, учительница решила поговорить с ней об этом. Девочка объяснила, что ее старшие братья постоянно разговаривают таким образом. После того, как учительница объяснила Сюзи, что в классе матерные слова произносить нельзя, девочка немедленно перестала ими пользоваться.

Когда учительница спросила у Сюзи, почему же в автобусе она продолжала ругаться матерными словами, девочка ответила: «Ах, матерными словами! Какого же хре... – ой, извините, мисс К. – ну почему

же они сразу не сказали мне, что проблема в матерных словах?! Водитель все время повторял мне, что не стоит использовать какие-то 'некрасивые выражения'».

Общение будет эффективным только тогда, когда его организации уделяется достаточно времени и внимания, и тут лучше переусердствовать, чем наоборот. Помните, что ваша цель – помочь своему ребенку, и любые усилия окупятся сторицей.

Приготовьте к первой встрече с будущим учителем вашего ребенка список вопросов, которые вы хотели бы обсудить. Обсудите, как вам лучше всего поддерживать контакт, и будьте предельно откровенны в своих ожиданиях в этой области. Попросите адрес электронной почты учителя и узнайте, как часто он(а) ее проверяет. Обычно в течение рабочего дня всегда есть промежуток времени, в течение которого учитель может читать сообщения и отвечать на телефонные звонки. Уточните, какое время наиболее удобно, чтобы в будущем вы могли звонить учителю без стеснения. Сообщите номера телефонов, по которым учитель может дозвониться до вас в течение дня и вечером, и уточните, в какое время эти звонки наиболее удобны для вас. Обсудите также, как вы будете связываться друг с другом в случае форс-мажора.

Если речь идет о детях младшего возраста, можно договориться об обмене записками через ребенка. Записка, где вы сообщаете учителю о каком-либо важном для ребенка событии, – это не роскошь, а необходимость. Например, болезнь любимой собаки или потеря (или смерть) домашнего питомца имеют большое влияние на ребенка. Учитель обязательно должен знать о подобных вещах, чтобы отреагировать подобающим образом. Если ваш ребенок изо всех сил старался закончить домашнее задание, но не смог из-за переутомления, непонимания или участия в каком-то общесемейном событии, сообщите об этом учителю. Аналогичным образом, если вам кажется, что ребенок уваливает от уроков, потому что считает, что это сойдет ему с рук, дайте учителю знать об этом, чтобы он смог правильно отреагировать на конкретную ситуацию.

У педагогов старших классах есть специальное время для планирования уроков, в течение которого вы можете связаться с ними. Если утром у вас есть какое-то важное сообщение для учителя, позвоните в учительскую и оставьте его у секретаря. Подчеркните, что сообщение надо передать немедленно. В обратном случае, записку просто оставят в личном ящике, куда педагог может заглянуть не раньше конца дня или даже следующего утра. Зачастую недопонимание объясняется именно тем, что сообщение не доходит до адресата вовремя.

Вы также можете передать учителю информацию через социального педагога или школьного психолога⁵⁴. Просто помните, что обычно удовлетворяются запросы тех родителей, которые не стесняются о них сообщить.

Если вы не хотите, чтобы ребенок знал о вашей переписке с педагогом, обязательно

⁵⁴ В США в средней школе функции социального педагога и частично школьного психолога выполняет т.н. «guidance counselor» (именно этот термин использован в оригинальном тексте). Это консультант, который оказывает ученикам помощь в выборе будущей профессии, а также в решении личных проблем. – прим. издателя.

укажите это в вашем сообщении. Если до этого момента вы не скрывали от ребенка факт общения с сотрудниками школы, учитель может без какой-либо задней мысли спросить у ребенка, зачем родители просят его им позвонить. С другой стороны, если вы не собираетесь обсуждать с учителем какую-то конфиденциальную информацию, не скрывайте факт этого общения от вашего подростка. Дайте ребенку возможность оставаться в курсе событий и не пытайтесь всегда заставить его врасплох. Может быть, ваш ребенок сам захочет включиться в общение со школой, например, сообщая учителю, что вы будете звонить по поводу отметок, поведения на уроках или каникул. В этом случае не только учитель сможет заранее подготовиться по теме разговора, но и ваш подросток будет учиться самостоятельно выстраивать отношения.

Если ребенок приходит из школы и сообщает вам, что грядет учебный проект или экскурсия, которые, по вашему мнению, могут вызвать болезненную реакцию у вашего ребенка, немедленно свяжитесь с учителем, чтобы согласовать другое задание или занятие. Например, если класс собрался на ознакомительную экскурсию на пожарную станцию, а ваш ребенок при пожаре потерял кого-либо из родственников, такая поездка может быть слишком волнительной для него.

Выберите стратегию наиболее эффективную именно для вашего ребенка. Если вы видите, что учитель упорствует, ошибочно полагая, что ваш ребенок созрел для того, чтобы «наконец переступить через это», обратитесь за поддержкой к социальному педагогу, школьному психологу или директору школы. Попросите помощи у вашего педиатра или семейного врача. У любой проблемы всегда есть несколько вариантов решения. Совершенно необходимо, чтобы учителя знали, какие темы наиболее чувствительны для вашего ребенка, и не наступали на эти «мозоли» в классе. Как родителю ребенка с нарушением привязанности, порой вам придется становиться учителем для самого учителя.

Удочеренная восьмиклассница Моника была сердита и растеряна. Дело в том, что учитель обществознания задал всему классу выполнить исследование на тему «Моя семья и мои предки». По мере того, как он объяснял суть задания, сердце Моника билось все чаще и чаще, и девочке казалось, что она вот-вот потеряет сознание. Моника вспомнила все похожие задания в прошлом, от которых она так страдала. Например, в четвертом классе было задано принести свои детские фотографии. А в шестом классе надо было нарисовать генеалогическое дерево. И каждый раз Моника решала проблему, просто прогуливая урок, но на этот раз задание было иного рода.

Теперь речь шла о трехнедельном исследовании, которое должно было завершиться устным докладом и имело решающее значение для итоговой оценки по предмету. Но Монике нравился ее учитель обществознания, поэтому она решила поделиться с ним своими переживаниями. Девочка объяснила, что была удочерена и у нее очень мало сведений о биологической семье. Но и то малое, что ей было о них известно, было очень для нее неприятно, и ей не хотелось бы рассказывать об этом в классе. Моника спросила, можно ли ей сде-

лать какое-нибудь другое задание и не приходите на тот урок, где будут делать устные доклады. Она объяснила, что ей больно слушать рассказы о чужом счастливом детстве.

Учитель ответил Монике, что ей надо либо что-нибудь выдумать о своей биологической семье, либо рассказать о приемных родителях. Он добавил, что в любом случае никто не заметит разницы. Моника была совершенно раздавлена этим советом. Она с таким волнением рассказала о самых потаенных страхах, вызванных этим заданием, а от нее отмахнулись, как от глупышки. Моника доверилась своему учителю, а тот не услышал ее.

Родителям Монике пришлось вмешаться в сложившуюся ситуацию, и в конце концов им удалось донести до учителя, в чем заключается особенность положения девочки. Вместо этого задания Монике было поручено написать сочинение об острове Эллис и его роли в миграционных процессах. Это компромиссное решение позволило Монике работать по теме, которая ее не раздражала, но при этом была связана с историями ее одноклассников на тему их предков.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ

Новость о том, что ребенка хотят включить в программу специального обучения, на многих родителей нагоняет панику. Родителей тревожит, что для их ребенка это может стать клеймом, которое определит всю его будущую жизнь. Иногда по этой причине родители отказываются даже от предварительного тестирования ребенка. На самом же деле администрация школы совсем не стремится к тому, чтобы зачислить в программу специального обучения как можно больше учеников. Как правило, прежде чем поднять вопрос о предварительном тестировании для решения вопроса о зачислении в такую программу, учителя безуспешно пытаются скорректировать ситуацию с помощью других педагогических приемов. Предварительное тестирование – это всего лишь первый шаг в процессе сбора информации о вашем ребенке, и может оказаться, что он и не может претендовать на особую педагогическую поддержку.

Если вам предложили пройти это тестирование впервые, будьте осторожны в выборе слов, которые вы используете в присутствии ребенка. Гоните предубеждения, а если увидите, что ваш ребенок испытывает страх или внутреннее сопротивление, поговорите с ним открыто и откровенно. Напомните ему, что вы и учитель работаете как единая команда, цель которой – помочь ребенку достичь максимальных высот, и поэтому вам нужно собрать как можно больше информации о путях достижения этой цели. Обратите внимание ребенка на то, что члены вашей семьи любят узнавать новое, и это как раз такой случай. Заверьте ребенка, что вы не будете принимать никаких решений, пока досконально не изучите все обстоятельства дела. Подчеркните, что у вас всегда есть выбор и вы можете получить помощь и в

других местах. Демонстрируя своему ребенку гибкость и уверенность в своих силах, вы даете ему чувство защищенности и безопасности в отношении тех взрослых, которые участвуют в его жизни.

Иногда родители и сами хотели бы, чтобы школа оценила состояние ребенка. В этом случае вы можете начать процесс, обратившись к социальному педагогу, учителю или школьному психологу. Может оказаться, что в школе ваш ребенок ведет себя совсем не так, как дома, и вполне справляется с нагрузкой. Более того, не забудьте сообщить администрации школы, что каждый вечер и все выходные вам приходится вместе с ребенком повторять и учить уроки только для того, чтобы он не отстал от класса. Если вы убеждены, что вашему ребенку необходима специальная программа обучения, попросите о соответствующем тестировании или встрече с психотерапевтом. Может быть, вам придется сделать свой запрос в письменном виде. Даже телефонные звонки небесполезно продублировать сопроводительным письмом. Постарайтесь вести записи обо всех контактах со школой на тот случай, если эта информация понадобится вам позднее.

Некоторые ученики могут испытывать трудности особого рода, которые, хотя и не позволяют им претендовать на специальную программу обучения, но могут дать право на защиту согласно «Плану 504»⁵⁵. Допустим, ученик, испытывающий проблемы с чтением, в начальной школе получает помощь в рамках Индивидуального плана обучения⁵⁶. Но если в результате интенсивных занятий его навыки чтения улучшатся настолько, что его успеваемость достигнет проходных баллов, из программы специального обучения этот ребенок будет исключен.

Однако в старших классах читать придется гораздо больше. В результате у такого ребенка могут вновь появиться трудности с учебной нагрузкой, а его нагрузку придется корректировать. Факт нахождения ребенка под защитой «Плана 504» означает, что для успешного продолжения обучения учитель обязан пересмотреть расписание занятий и стиль преподавания в отношении такого ученика. В свою очередь, те ученики, которые никогда не пользовались Индивидуальным планом обучения, могут подпадать под действие «Плана 504», если у них есть такие заболевания, как вирус иммунодефицита человека (ВИЧ), синдром дефицита внимания (СДВ) или пагубные зависимости, которые не входят в перечень показателей для допуска

⁵⁵ «План 504» (“Plan 504”) – это программа, предоставляемая в соответствии со статьей 504 Закона США 1973 года о реабилитации лиц с ограниченными возможностями. На защиту по «Плану 504» может претендовать любое лицо, чьи возможности ограничены настолько, что это значительно сужает круг деятельности, доступной для такого лица, включая школьное образование. Согласно «Плану 504» ни государственные, ни частные школы, получающие федеральные гранты, не имеют права дискриминировать учеников по принципу ограниченных возможностей. (по материалам <http://hearmehearment.wordpress.com/what-is-a-504-plan/>) - прим. издателя.

⁵⁶ **Индивидуальный план обучения** (ИПО, *Individualized Educational Plan*) был введен Законом США 1975 года об образовании для лиц с ограниченными возможностями. Цель ИПО – обеспечить особые условия обучения для любого ребенка в возрасте от трех до 21 года с особыми потребностями. Все школы, которые получают федеральное финансирование, обязаны предоставлять ИПО в целях защиты права каждого ребенка на получение адекватного бесплатного образования. (по материалам <http://hearmehearment.wordpress.com/what-is-a-504-plan/>) – прим. издателя.

к участию в программе специального обучения.

После тестирования ребенка родителей приглашают обсудить его результаты и дальнейшие шаги. Если участие в программе специального обучения кажется обоснованным, родители становятся частью команды, призванной помочь преуспеванию ребенка. Эта же команда составит для вашего ребенка Индивидуальный план обучения с ежегодными задачами и целями.

Зачастую, благодаря такой поддержке в начальных классах, в развитии ребенка происходит резкий рывок, и в старшей школе ребенок обходится уже без дополнительной помощи. Ранняя диагностика не только позволяет избежать усугубления проблем, но и помогает ребенку найти приятное в школьной учебе. Специальные образовательные услуги не только помогают ученику, но и приносят положительные перемены в жизнь его родителей. В лице специализированных педагогов вы получаете группу поддержки, которая поможет вам справиться с академическими, поведенческими и социальными проблемами вашего ребенка. По сути, у вас в школе появляется еще один союзник.

Джуди и Тед усыновили двух братьев с разницей в возрасте в три года. Старший Педро быстро привык к новой семье, в то время как младший Мануэль был всегда беспокоен и плаксив. Поведение Мануэля не улучшилось и в начальной школе, поэтому мальчика включили в программу для эмоционально нестабильных детей. Джуди и Тед были благодарны за ту поддержку и помощь, которую они получали от учителей в течение всех лет обучения Мануэля в начальной школе.

В восьмом классе Мануэль все чаще начал нарушать правила поведения дома. В это время Педро заканчивал школу и вместе с отцом уехал на «дни открытых дверей» разных колледжей, так что Джуди осталась дома наедине с Мануэлем. В один из дней Мануэль отказался подчиниться Джуди, и между ней и сыном завязался спор, который становился все более эмоциональным. Джуди изо всех сил пыталась сохранить хладнокровие, но когда Мануэль пригрозил разбить стулом венецианское стекло⁵⁷ на первом этаже, она позвонила в полицию.

Мануэль бросился в свою комнату и заперся там. К этому моменту Джуди просто трясло от гнева и страха. С одной стороны, она была в бешенстве от поведения сына, но с другой, приходила в ужас от мысли, что еще он мог вытворять, запершись в комнате. В дверь позвонили как раз в тот момент, когда Джуди колотила по двери его комнаты, крича и обливаясь слезами. Пока Джуди приходила в себя, Мануэль проскользнул мимо нее к входной двери. Он успел переодеться в бледно-голубую фланелевую пижаму и предстал спокойным опрятным ангелком перед теми, кому открыл дверь. Джуди услышала, как Мануэль говорит с искренней, мягкой интонацией: «Спасибо, что приехали, господин полицейский. Моя мама всегда такая, когда отец уез-

⁵⁷ Высокое окно от потолка до пола, обычно из цельного стекла. – прим. издателя.

жает из дома. Отец говорит, что у нее сейчас менопауза и надо проявлять понимание, но сегодня вечером я немного испугался за себя». Джуди пришла в неопишное бешенство. Сквозь душившие ее слезы она стала кричать, что это неправда, но в глубине души понимала, что теперь точно выглядит, как человек с проблемами. Попытки полицейских успокоить ее злили Джуди еще больше. И, несмотря на то, что ее показания были внесены в рапорт, а с Мануэля взято слово, что до конца дня он не выйдет из комнаты, для Джуди было очевидно, что именно версия ее сына показалась полицейским наиболее убедительной.

Проведя бессонную ночь, уже в семь утра следующего дня Джуди ждала у дверей программы специального обучения в школе, где учился Мануэль. Она знала, что тут ее точно поймут и поддержат. Рассказав педагогу программы о событиях прошлой ночи, Джуди заметила, что хотя она всегда знала, что в школе у нее есть союзник, она никогда бы не предположила, что когда-нибудь поддержка потребуется ей самой. Джуди понимала, что кроме мужа только учитель поможет разобраться в сложных переживаниях, мучавших ее накануне вечером. (В итоге Мануэль возобновил сеансы терапии, ему прописали другие лекарства, и поведение мальчика вернулось в норму).

Если вы волнуетесь, что участие в специальной программе ставит своеобразное клеймо на вашего ребенка или уронит его самооценку, вспомните о двух вещах. Во-первых, в наши дни учащиеся по программе специального обучения ходят в обычные классы и полностью включены в его занятия, так что никто из них не проводит целый день в какой-то отдельной классной комнате. Во-вторых, если у вашего ребенка есть какие-то проблемы с учебной, то, скорее всего, его одноклассники уже давно о них догадались. Чтобы убедиться в справедливости этих слов, спросите у вашего ребенка, кто в его классе считается самым умным или самым глупым. Его ответ многое вам прояснит. Более того, может оказаться, что ваш ребенок уже и сам подозревает, что он «другой» или «тупой».

Если вашему ребенку предложили пройти тестирование для программы специального обучения уже в старшем возрасте, это предложение может принести вам неожиданное облегчение. Даже если ребенок новичок в вашей семье, вы будете точно знать, были ли у него в прошлом хронические проблемы с учебной. Возможно, сам подросток отнесется к идее академического тестирования довольно прохладно, полагая, что одно только приглашение его сделать подтверждает, что он действительно «тупой», как говорил другим он сам. По той же причине подросток может отказываться от встречи со школьным психологом, утверждая, что он «не псих».

Постарайтесь выслушать жалобы вашего ребенка непредвзято, это поможет вам лучше понять его глубинные страхи. Если вам уже удалось наладить общение с вашим ребенком и вы смогли научить его общесемейному отношению к новым знаниям, вы можете вернуться к разговору о тестировании через несколько дней и на этот раз поговорить прежде всего о его диагностической пользе. Другой

вариант - это позвонить в школу и попросить поговорить с ребенком учителя или социального педагога, которым вы доверяете. Наконец, о плюсах подобной программы мог бы рассказать и кто-то из сверстников ребенка, кто уже участвует в ней или успешно участвовал в прошлом. Если вы не знаете таких учеников, попросите социального педагога порекомендовать вам кого-нибудь. Твердо стойте на той позиции, что вы всего лишь собираете всю доступную информацию. Не стоит принимать никаких решений, пока вы не будете обладать всеми необходимыми сведениями.

Участие в программе специального обучения дает несколько преимуществ на всем протяжении школьной учебы, включая старшие классы. Если ребенок отстает в учебе из-за проблем с обучением или поведением, то такая дополнительная академическая поддержка дает надежду на кардинальное изменение ситуации. Многие старшеклассники учатся не только разбираться в своих правах, но и требовать особых условий обучения, гарантированных Индивидуальным планом обучения. Получая особую поддержку из-за своих ограниченных возможностей, такие ученики повышают свои шансы успешно сдать обязательный Единый государственный экзамен по окончании школы⁵⁸.

Например, ученик, страдающий дислексией⁵⁹ и имеющий способности к математике, может провалить математический тест только потому, что условия некоторых задач надо прочитывать. Но если для такого ученика кто-то другой будет читать условия математических задач, то результаты теста могут заметно улучшиться. Некоторым ученикам требуются специальные условия при сдаче экзамена на водительские права или при поступлении в ВУЗ.

Многие не знают, что определенные особые условия могут быть созданы даже в рамках ВУЗа. Хотя формально *обязанность* предоставить ученику Индивидуальный план обучения распространяется только на довузовское образование, это не означает, что конкретный ВУЗ обязательно откажется предоставить заинтересованным студентам аналогичные условия. Правда, для этого студент должен сам обратиться в соответствующую службу при колледже и документально подтвердить характер своих ограничений.

Во время учебы в старших классах Патриция участвовала в программе для эмоционально неустойчивых детей. Позднее она поступила в местный колледж⁶⁰. Она знала, что студентам с проблемами в обучении разрешено записывать лекции на магнитофон, а экзамены сдавать в отдельной аудитории. Однако Патриция не решалась обратиться в отдел специальных образовательных услуг при колледже,

⁵⁸ Именно по аналогии с этим экзаменом в 2007 году в РФ был введен Единый государственный экзамен (ЕГЭ). – прим. издателя.

⁵⁹ *Дислексия* - избирательное нарушение способности к овладению навыком чтения и письма при сохранении общей способности к обучению. – прим. издателя.

⁶⁰ *Местный, «общинный» колледж (community college)* – это двухгодичный колледж, готовящий специалистов технической квалификации для работы на территории местного сообщества. – прим. издателя.

потому что ее потребности казались ей слишком необычными.

Дело в том, что хотя Патриция и справлялась с учебой, но несколько дней в году были для нее чрезвычайно травматичными. В детстве Патриция подвергалась очень жестокому обращению во время семейных выездов на публичные праздники, поэтому посещение лекций в эти дни было для девушки невыносимо. Координатор программы смог договориться о том, чтобы Патриции разрешили в эти дни не приходить на лекции.

Когда Патриция спросила, не считают ли преподаватели, что ее требования слишком странные, координатор рассказала, что один из бывших студентов терял способность функционировать, если в комнате было слишком много оранжевого цвета. Поэтому все его преподаватели старались избегать чрезмерного употребления этого цвета, а один даже прятал старую оранжевую доску для объявлений.

Что нужно знать об Индивидуальном плане обучения

Если ваш ребенок имеет право на Индивидуальный план обучения, но вы мало о нем знаете, попросите администрацию школы предоставить вам соответствующую информацию. Каждый год публикуется масса буклетов и других печатных материалов, которые содержат исчерпывающие сведения по этому вопросу. Например, на любом этапе обучения вы можете попросить о встрече, чтобы обсудить дополнения или изменения в действующий План, - и для этих целей вам совсем не нужно ждать конца учебного года. Вы также не обязаны подписывать форму Индивидуального плана обучения и даже можете отказаться от отдельных элементов предложенного вам Плана. Наконец, вы всегда можете нанять адвоката по семейному праву, который будет присутствовать на встречах с администрацией школы и поможет в выборе вариантов обучения, наиболее отвечающих интересам вашего ребенка.

ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ

Домашние задания могут перевернуть жизнь родителей, учителей и учеников вверх дном. Существует так много разных мнений на тему домашних заданий, что ни одно из них не может считаться довлеющим. Многие дети с нарушением привязанности используют домашние задания как инструмент манипуляции и контроля, из-за чего 20-минутная работа растягивается на три часа.

Одни учителя убеждены, что домашние задания должны выполняться ежедневно, в то время как другие не видят в домашних заданиях никакой или почти никакой пользы. В некоторых штатах учителя *обязаны* давать задания на дом, и многие родители тоже на этом настаивают. Вопрос домашних заданий вызывает сильные чувства, причем можно найти научные аргументы в пользу практически любой точки зрения. Может быть, вы еще не определились с собственным отношением к домашним заданиям, но если у вашего ребенка есть нарушение при-

вязанности, то его школьные годы – это самое неподходящее время для принятия какой-то одной крайней позиции по этому вопросу.

Бетани знала, что, по мнению ее родителей, ежедневные упражнения по математике – пустая потеря времени. Они ей и самой не нравились, потому что она не была сильна в математике и не любила заниматься. Каждый вечер Бетани принималась рыдать над заданием. Ее слезы приводили к тому, что родители начинали говорить друг другу, что вряд ли полезно делать все двадцать пять примеров на вычитание, когда достаточно было бы и пяти. Бетани знала, что родители были не согласны с ее учителем, и ей нравилось слушать, как они возмущаются недостатками образовательной системы. В итоге, благодаря родительскому попустительству, Бетани почти никогда не делала домашних заданий по математике.

Жизнь вашей семьи будет гораздо спокойнее, если вы будете придерживаться той же философии, что и учитель вашего ребенка. Правда, каждый год учителя будут меняться, и у каждого из них будет свой стиль преподавания, но зато вам представится отличная возможность показать ребенку пример гибкости, поговорить с ним об индивидуальных особенностях каждого педагога и еще раз подтвердить справедливость утверждения, что перемены – это неотъемлемая часть нашей жизни. Ваша семья может приспособиться и продолжать развиваться в любых условиях.

Начальная и средняя школа: В детском саду детям обычно почти не дают домашних заданий. Но если ваш ребенок вдруг захочет рассказать о том, чем он занимался в школе, проявите искренний интерес и постарайтесь создать привычку к подобным разговорам. Школа для вашего ребенка – это его работа, поэтому она не менее важна, чем карьера в зрелом возрасте.

Учителя начинают давать задания на дом в первом классе. Эти задания, даже если они очень короткие, – эффективный способ приучить ученика к регулярным занятиям дома. Важно, чтобы в доме было место, где ребенок может работать и хранить школьные принадлежности. Юному ученику будет проще сохранить интерес к занятиям, если вы будете постоянно напоминать ему, что он получает домашние задания, как старшие школьники, потому что уже тоже большой.

Обычно во втором и третьем классе дети каждую неделю получают задания по правописанию и арифметике. Некоторым детям правописание дается настолько легко, что им не надо заниматься дома. Но если для вашего ребенка правописание не так просто, найдите время, чтобы помочь. Покажите ему, как важно заниматься каждый день понемногу, а не оставлять все на последнюю минуту. То время, которое вы потратите, помогая своему ребенку уже сейчас выработать правильное отношение к домашним заданиям, – это важная инвестиция в будущее. Гораздо проще привить ребенку любовь к порядку и чувство ответственности, пока он мал. Если ребенок гиперактивен, придумайте, как научить его успокаиваться и соблюдать распорядок. Рассеянному ребенку тоже понадобится чуть больше помощи,

чем обычно. Постарайтесь заниматься часто, но не долго, и даже если в глубине души вам хотелось бы разок пропустить занятия под тем предлогом, что ребенок уже якобы все знает, сделайте над собой усилие и не нарушайте заведенный порядок. Дайте своему ребенку возможность потренировать самообладание, концентрацию и умение демонстрировать уже усвоенные знания. Задача родителей заключается в том, чтобы привить ребенку некоторые полезные привычки сейчас, тем самым избежав конфликтов в старшем возрасте.

Будьте бдительны, если ваш ребенок достаточно сообразителен для того, чтобы почти не делать домашних заданий, «шелкая» их буквально за минуту. Если другие дети учатся зарабатывать свой успех трудом, то такой одаренный ребенок может, наоборот, вообразить, что он останется лучшим без какого-либо труда. Родителям «вундеркинда» тоже кажется, что им очень повезло: ребенок хорошо справляется с учебной сам, и не надо тратить время на то, чтобы прививать ему навыки самообучения.

Но в средней школе ситуация меняется: менее способные ученики уже умеют учиться и видят, что малейшее усилие, затраченное дома, с лихвой окупается на уроке. Некоторые из них начинают понимать, что чем больше внимания они уделяют теме во время урока, тем лучше они ее усвоят. Напротив, некоторые более одаренные дети обнаруживают, что хотя домашние задания стали сложнее, но можно, как и прежде, обойтись минимальными усилиями. Такой ребенок может даже догадаться, что если прислушиваться к подсказкам учителя, можно по-прежнему работать спустя рукава без особых неприятностей. Получается, что менее способные ученики вырабатывают весь свой потенциал, в то время как некоторые одаренные дети привыкают к посредственным результатам. Хотя эти примеры представляют собой две крайности, в жизни они случаются. Подумайте о том, какой путь для своего ребенка выбрали бы вы сами, и начните движение в этом направлении, пока он еще маленький.

Старшая школа: Вам повезло, если к подростковому возрасту ваш ребенок научился брать на себя ответственность за выполнение домашнего задания. Увы, далеко не все подростки могут похвастаться этим. Иногда это не сильно мешает учебе, иногда становится причиной провала. Если с вашим подростком происходит именно последнее, поговорите с ним о связи между отношением к домашним заданиям и получаемым оценкам. Объясните ему, что он не научился регулярно выполнять домашние задания из-за того, что в ранние годы в его жизни было слишком мало стабильности.

Потратьте время на то, чтобы сесть рядом с вашим подростком и шаг за шагом вместе с ним подготовиться к домашним занятиям. Если ребенок готов принять вашу помощь, это уже хорошее начало! Как только у него выработается привычка делать дома уроки, вы можете дать ему возможность позаниматься в одиночестве. Но если ваше желание помочь вызывает у ребенка протест, который развивается в настоящее противостояние, то, возможно, остается только нанять репетитора. Как показывает опыт многих семей, постороннему человеку порой нужно очень мало времени, чтобы повысить успеваемость вашего ребенка. Если услуги репетитора слишком дороги для вас, поищите бесплатную помощь в школе. В некоторых шко-

лах готовы помочь как учителя, так и некоторые учащиеся. Можно также спросить у классного руководителя вашего ребенка, нет ли в классе ученика, который смог бы делать уроки вместе с вашим ребенком.

К сожалению, если с домашними заданиями возникли проблемы, то быстро с ними не справиться, и забота родителей - найти выход из ситуации, оптимальный для семьи. Некоторые подростки так сильно переживают из-за прошлых неудач, что пытаются скрыть от родителей проблемы с уроками любой ценой. Отрицание проблемы может быть подавлено так глубоко, что они будут до последнего отказываться принимать чью-либо помощь, предпочитая знакомый путь неудач.

Родителям следует сделать все возможное, чтобы разбить этот порочный круг. Для ребенка станет очень важным открытием тот факт, что он способен повлиять на свою учебу, если будет просто регулярно заниматься дома. Это урок о том, что упорство и трудолюбие всегда приносят плоды. Когда и оценки становятся выше, это становится для ребенка дополнительной наградой.

От самостоятельности к самоуважению лежит прямой путь, и срезать углы здесь нельзя. Если ученик без труда переходит из класса в класс, выезжая на «тройках» или за счет списывания заданий у других, он никогда не научится самому главному: брать ответственность за собственную жизнь.

Секрет выполненных уроков

Ниже мы расскажем о подходах, которые помогли другим родителям, чьи дети «не дружили» с домашними заданиями:

- Попросите ребенка в один из вечеров «научить» остальную семью тому, что он узнал в школе.
- В конце каждой недели заходите в школу, чтобы лично узнать задания вашего ребенка (это можно делать даже в старших классах).
- Следите за тем, что задают ребенку на дом, чтобы время от времени вы могли между делом задать ребенку соответствующий вопрос или сделать нужный комментарий.
- Попросите ребенка каждый день давать вам урок.
- В машине поставьте для ребенка диск с биографией известных людей или с надиктованными таблицами простых математических действий.
- Прочитайте вслух несколько параграфов из учебника и придумайте, как сделать их содержание более понятным и увлекательным для вашего ребенка. Например, прочитав параграф из учебника по естествознанию, сочините рассказ с использованием тех фактов, о которых вы только что прочли.
- С двумя (или больше) семьями одноклассников создайте «клуб домашних заданий». Пусть ваши дети по очереди собираются друг у друга дома и делают уроки вместе.
- Если вы хорошо разбираетесь в математике, предложите как-нибудь взять

на занятия пару одноклассников вашего ребенка. Может случиться, что их родители хорошо владеют каким-то другим предметом. В этом случае предложите им в другой день взять на занятия вашего ребенка.

- Договоритесь с кем-то из родителей «обменяться» детьми на один вечер и позанимайтесь уроками с одноклассником вашего ребенка, пока его родители занимаются с вашим. Нередко дети лучше слушаются чужих, чем собственных, родителей.
- Примите как данность, что некоторые дети действительно способны делать уроки под музыку.
- Если у вашего ребенка напряженные отношения с уроками, но ему проще, когда есть хоть какой-то выбор, спросите что-то вроде: «А где бы ты хотел делать уроки сегодня – на кухне или в гостиной?»

Залог успеха любых домашних заданий – сделать их приятными для ребенка. Поэтому если вы постоянно раздражены и добиваетесь выполнения уроков «кнутом», вам необходимо пересмотреть свое отношение и найти помощь.

ВАШ РЕБЕНОК И ЕГО ОТНОШЕНИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ

Дружба со сверстниками – важная часть детства и школы. Из-за недостаточных социальных навыков детям с нарушениями трудно найти друзей. Но, к счастью, и этим навыкам можно научиться, и учителя часто включают элементы социального взаимодействия в ежедневные уроки. Детям с нарушением привязанности нужна дополнительная тренировка в этой области, и родители могли бы многое сделать дома.

Начальная школа: Если ваш ребенок заметно отстает в социальном развитии, вам придется свыкнуться с мыслью, что какое-то время ему будет легче играть с детьми младшего возраста. Спросите у учителя, насколько ваш ребенок соответствует своему возрасту, и попросите совета. Например, может быть разумным пригласить в гости кого-то из одноклассников ребенка.

Заранее обсудите с ребенком, что подразумевает под собой приход гостей. Если ребенок воспитывался в детском доме или в приюте, возможно, он и не представляет, что значит «принимать гостей». Такому ребенку понадобится больше подсказок, чем его «домашнему» сверстнику.

Заранее продумайте, как будете развлекать и чем угощать гостей. Во время детских игр оставайтесь в пределах слышимости, чтобы сразу «засечь» тот момент, когда вашему ребенку понадобится помощь. Но вмешиваться следует, только если кому-то из детей угрожает реальная опасность. Позвольте детям самим поискать выход из неоднозначных ситуаций, но не уходите далеко. Если вмешиваться все же приходится, постарайтесь действовать не через нотации, а через переключение внимания. Помните, что ваш ребенок просто не знает, как надо себя вести. Он бы

и хотел делать все правильно, но еще не способен на это.

Не впадайте в уныние, если слышите, что он и говорит, и делает совершенно неправильные вещи. Старайтесь вспоминать в такие минуты, чтобы вы его любите и учите новому поэтапно. Когда гости уйдут, спросите у ребенка, что ему понравилось, и дайте конкретный совет, как можно было бы сделать подобный опыт общения еще приятнее. Запланируйте новый прием гостей, чтобы реализовать этот совет на практике. Разыграйте конфликтные ситуации, чтобы ребенок мог потренироваться, как правильно отвечать. Ребенок, у которого нет друзей, обычно отдает себе отчет, что его недолюбливают. Поговорите с ним о том, как можно понравиться окружающим.

Обратитесь за помощью к другим родителям. Объясните, что ваш ребенок нуждается в дополнительной «тренировке» навыков общения и что вы хотели бы улучшить его отношения со сверстниками. Возможно, родители детей, у которых нет проблем со сверстниками, захотят вам помочь и в качестве ответного жеста тоже пригласят вашего ребенка в гости. В конце концов, общение с вашим ребенком - это возможность для других детей научиться терпимости и уважению индивидуальных особенностей.

Старшая школа: Когда ребенок достигает подросткового возраста, у родителей может возникнуть желание вернуть те дни, когда у него не было никаких друзей. Все подростки свято верят, что сверстники не могут влиять на их поведение, однако на самом деле в этом возрасте дети способны коренным образом влиять друг на друга.

Если ваш ребенок изо всех сил старается сохранить базовые ценности, привитые в семье, ему может понадобиться помощь взрослых в управлении его социальной жизнью. Конечно, ребенок не попросит эту помощь прямо, он даже может и не догадываться, что она ему нужна, поэтому родителям стоит «держаться ухо востро». Если ваш ребенок неожиданно меняет свой круг общения или разрывает отношения с прежними друзьями, следует выяснить причину этих перемен.

И в некоторых случаях решение вашего подростка бросить некоторых старых друзей может оказаться правильным.

Кристина и Эми были знакомы с третьего класса и с тех пор стали лучшими подругами. Однако в седьмом девочки начали отдаляться друг от друга. Это случилось в тот год, когда Эми стала проявлять особый интерес к противоположному полу. Каждый вечер приятель-девятник звонил ей домой. В какой-то момент родители Эми запретили эти звонки, посчитав, что их дочь слишком мала, чтобы заводить себе парня. Эми рассказала Кристине, что ее родители просто ничего не понимают, а она продолжает встречаться с этим девятиклассником. Эми предупредила Кристину, что это секрет и она не должна ничего рассказывать своей матери, которая дружила с мамой Эми.

Мама Кристины не подозревала о переменах в Эми. Напротив, она

была обеспокоена тем, что ее дочь отдаляется от своей лучшей подруги и становится одиночкой. Когда Эми пригласила Кристину на вечеринку, именно мама Кристины настояла на том, чтобы дочь пошла туда. Тревоги о том, что Кристина мало общается со сверстниками, занимали все мамино внимание. Ей и в голову не могло прийти, что отказ принять приглашение Эми – это самый правильный выбор для ее дочери. Ведь единственная причина, по которой Эми так упрашивала Кристину пойти на вечеринку, заключалась в том, что туда же должен был прийти и парень Эми, а сама Кристина была нужна только как прикрытие на то время, когда Эми уйдет вместе с ним.

Даже если вы знакомы с родителями друга и уверены, что их ребенок разделяет те же ценности, которые проповедуете вы сами, подростковый период может полностью поменять обычное поведение ребенка. Ваш ребенок может побояться рассказать вам, что его старые друзья экспериментируют с наркотиками или сексом, особенно если вы знакомы или дружите с их родителями. Постоянно спрашивая у ребенка о его прежних друзьях, вы ненамеренно можете толкать его обратно в компанию, которую он благоразумно пытается покинуть. С другой стороны, может быть, ребенок прекратил отношения со старыми друзьями, чтобы иметь возможность попробовать что-то «необычное» в новой компании. Поищите родителей-единомышленников и поддержите друг друга. Создайте постоянные каналы взаимосвязи и договоритесь, что будете обмениваться соответствующей информацией о своих детях.

Часто родителей беспокоит, что их ребенок не пользуется в классе особой популярностью или что у него только один друг. Но вместо того, чтобы получать все важные жизненные советы от сверстников, для подростка предпочтительнее – если отношения в семье действительно хорошие – проводить больше времени с родителями, а не с друзьями. Если вас смущает нехватка друзей или не нравится круг общения вашего ребенка, поговорите об этом с учителем или социальным педагогом, которому доверяете. Сотрудники школы видят вашего ребенка большую часть дня и смогут разрешить некоторые ваши опасения.

Используйте все доступные школьные ресурсы. Не ждите, когда будет слишком поздно. Если что-то в жизни вашего ребенка вызывает у вас плохое чувство, доверяйте своему родительскому инстинкту!

ПРОБЛЕМЫ В ШКОЛЕ

Если родитель поддерживает доброжелательные отношения с сотрудниками школы, ему проще разрешить потенциальные конфликты с учителем или социальным педагогом еще в зародыше. В том случае, если учитель никак не реагирует на попытки установить контакт или просьбы учесть особые потребности вашего особенного ребенка, у родителей есть несколько возможных решений.

Во-первых, вы можете попросить у секретаря назначить встречу с указанным пе-

дагогом и пригласить на нее социального педагога или директора школы, чтобы они помогли наладить ваше общение. Если вы немного робеете перед директором школы, попросите друга или ментора⁶¹ сопровождать вас. Вы также можете попросить дать заключение своего семейного врача или терапевта. Не стоит опасаться, что уязвленный учитель попытается «отыграться» на вашем ребенке. Напротив, при таком подходе учителя понимают, что имеют дело с очень бдительными родителями, и поэтому не только становятся особенно осторожны в словах, но и стараются выполнить все ваши пожелания. Однако, если вы видите, что директор принимает сторону учителя и оба они уходят от конструктивного диалога, смело ищите помощи на более высоком уровне.

Во-вторых, вы можете обратиться к членам школьного попечительского совета⁶² или к школьному инспектору⁶³. Документируйте все ваши попытки наладить общение со школой. Конечно, маловероятно, что вам придется идти на крайние меры, но уж если до этого дойдет, позаботьтесь о том, чтобы ваша информация была точной. Если вы четко видите потребности вашего ребенка, но натываетесь на невежество либо нежелание сотрудников школы вникнуть в вашу ситуацию, вам нужно любым способом заставить их пересмотреть свое отношение. Вооружитесь фактами и справками от специалистов, которые разбираются в вашей проблеме. Не опускайте руки, если учителя возражают, что у них есть еще 23 ученика, о которых они тоже должны позаботиться. Вы просите их обратить внимание только на одного из них – вашего ребенка, - который не сможет добиться успеха, если не будет понят своим учителем.

Многим родителям пришлось побороться, чтобы их дети с физическими или познавательными ограничениями могли получить в школе необходимую помощь. Дети с нарушением привязанности тоже нуждаются в поддержке и особом подходе. Учителю придется выйти за привычные рамки и признать, что и ему нужно кое-чему научиться в отношении одного из своих учеников. Если с вашим ребенком обычные педагогические приемы не работают, учителю надо поискать другие. Если навыки общения, которыми обладает ваш ребенок, не дотягивают

⁶¹ Речь идет о т.н. «родительских наставниках» (parent mentors), которые на общественных началах сопровождают семьи, где воспитываются дети с особыми потребностями, нуждающиеся в специальных условиях обучения. В частности, менторы помогают родителям сориентироваться в нормативных актах и процедурах получения специальной помощи, вместе с родителями планируют и участвуют во встречах с администрацией школы, консультируют семьи по телефону или электронной почте, а также помогают родителям оценить Индивидуальный план обучения, предложенный их ребенку. Ментор не является «заместителем» или представителем родителей, скорее, он морально, организационно и юридически поддерживает их во взаимоотношениях с третьими лицами. (по материалам <http://www.ptimpact.org/Volunteer/Mentors.aspx>) – прим. издателя.

⁶² Школьный попечительский совет (или просто «попечительский совет», или «школьный комитет») – официальное название совета директоров или совета попечителей, существующего в каждой американской школе. В этот совет входят представители администрации, родителей учащихся и государственных надзорных органов (округа либо штата). – прим. издателя.

⁶³ Его функции аналогичны функциям российских инспекторов отделов образования при администрациях городов или сел. – прим. издателя.

до ожиданий учителя, то именно последнему надо найти способ преодолеть этот разрыв. Конечно, любой вопрос лучше решать по-хорошему, но если потребности вашего ребенка попросту игнорируются, у вас есть полное моральное право «ступить на тропу войны».

Родители Бена погибли в автокатастрофе, когда ему было всего шесть месяцев. В результате аварии Бен получил настолько серьезные травмы, что, казалось, он не выживет. Но хотя мальчик доказал, что врачи ошибались, его существование было отравлено многочисленными ограничениями.

Супруги, занятые в области неврологии и защиты прав людей с ограниченными возможностями, решили усыновить мальчика. Они были восхищены историей выздоровления Бена и его всепобеждающей волей к жизни. Супруги знали, что в течение всей жизни мальчику будет необходима всесторонняя помощь, но были уверены, что их профессиональные знания помогут на этом пути.

Первые сложности у новой семьи возникли тогда, когда родственники заявили, что только сумасшедшие могли усыновить такого непростого ребенка и что «есть места, куда отправляют таких, как этот Бен». Лишившись поддержки семьи, приемные родители Бена с особой энергией стали искать другие источники помощи для их сына. С мальчиком занимались специалисты по ранней стимуляции, по развитию речи, специалисты по трудовой и игровой терапии. Так как в соответствующем возрасте Бен был полностью готов к учебе в школе, его любящие приемные родители ожидали, что мальчика допустят ко всем обычным школьным занятиям.

К сожалению, после первого отбора в детском саду сотрудники школы – к немалому удивлению его родителей - предложили определить Бена в группу с сокращенной программой обучения. Однако родители мальчика твердо стояли на своем, участвовали в многочисленных встречах с администрацией школы и использовали все свои профессиональные знания, чтобы убедить принять их сына в обычный класс. Родители Бена не без оснований полагали, что он вполне способен закончить школу и получить высшее или техническое образование. И даже если ему понадобится дополнительная помощь, родители хотели, чтобы Бен умел обеспечивать себя сам и стал полноценным членом общества.

Сколько раз родителям Бена приходилось спорить с теми учителями, которые считали, что мальчик никогда не научится читать! Им довелось встречать и таких педагогов, которые, услышав об их надеждах в отношении Бена, только скептически закатывали глаза к потолку. Перед родителями Бена прошла целая череда социальных педагогов, учителей и директоров школ, которые говорили, что им надо заниматься другими учениками и это не оставляет времени для

удовлетворения особых потребностей их сына. Но родители Бена не сдавались. Время от времени им удавалось найти учителя, который разделял их взгляды, и в такие годы и сам Бен, и его отметки набирали особую высоту.

Теперь Бен учится в местном колледже⁶⁴ по технической специальности. Он сам организует свою жизнь и превзошел самые смелые ожидания и мечты своих родителей. Оказалось, что многие учителя, социальные педагоги и психотерапевты сильно ошибались насчет жизненных перспектив Бена.

Конечно, у большинства родителей нет тех профессиональных знаний, которые помогли родителям Бена, но страстное желание поддержать своего ребенка может стать их полноценной заменой.

Как ни странно, но в некоторых школах усыновленный ребенок не имеет права использовать свою новую фамилию до тех пор, пока школа ни получит официального подтверждения усыновления. Если это бюрократическое правило нарушает ваши права и мешает вашему ребенку ощутить себя частью вашей семьи, вам следует оспорить его. Каждая школа претендует на то, что ее главным приоритетом являются интересы ребенка. Если это действительно так, школьная администрация должна быть готова пересмотреть те правила, которые – по свидетельству специалистов и педагогов – отрицательно воздействуют на вашего ребенка.

Более того, каждая школа предоставляет своим сотрудникам возможность профессионального развития, и, возможно, учителям следует больше узнать об усыновлении в целом и воспитании ребенка в приемной семье. Родители обладают силой, которую не всегда используют. Короткая беседа с администрацией школы или с членом школьного попечительского совета может принести много пользы для конкретного ребенка или для усыновленных детей в целом. Например, представьте, какие позитивные результаты могло бы принести участие каждой школы в Национальном месяце усыновления⁶⁵, который ежегодно проходит в ноябре. Это позволило бы учащимся и педагогам больше узнать об усыновлении и отметить этот важный аспект нашей жизни.

⁶⁴ **Местный, "общинный" колледж** (*community college*) – это двухгодичный колледж, готовящий специалистов технической квалификации для работы на территории местного сообщества. – прим. издателя.

⁶⁵ В США каждый год в ноябре проходит Национальный месяц усыновления (*National Adoption Month - NAM*). Он призван привлечь общественное внимание к семейному устройству детей-сирот. Например, на ноябрь 2011 года были запланированы конференции и встречи сотрудников органов опеки для обсуждения путей поиска замещающих и постоянных семей для 11,5000 детей и подростков, находящихся на государственном попечении в ожидании усыновления. (по материалам официального сайта специалистов США в области защиты детства <http://www.childwelfare.gov>) – прим. издателя.

НАДОМНОЕ ОБУЧЕНИЕ

Есть много причин, по которым некоторые приемные семьи задумываются о надомном обучении⁶⁶. Родители, которые решились на надомное обучение, обычно справляются с задачей хорошо. Те же, кто так и не смог «взять высоту», возвращают детей обратно в школу. Трудно понять, почему вопрос надомного обучения неизменно вызывает острый интерес и горячие споры. Если родители хотят, чтобы их ребенок учился в домашних условиях, и при этом полностью выполняют образовательные требования и стандарты, принятые в соответствующем штате, почему вопрос, где *физически* ребенок учится чтению и сложению, так сильно тревожит специалистов, задачей которых является помощь и поддержка именно семьи? Некоторые дети везде учатся плохо, зато другие умудряются усваивать знания, даже сидя посреди кукурузного поля. В любом случае, выбирать форму обучения должны родители, которые принимают это решение с учетом образовательных и социальных потребностей своего ребенка.

ЧТО ВАЖНО НА САМОМ ДЕЛЕ?

Школа важна потому, что в ней проходит большинство тех лет жизни, когда формируется личность ребенка, и это заметно влияет на будущее каждого ученика. Сложные человеческие взаимоотношения, разворачивающиеся в школе каждый день, способны как закалить, так и сломить дух ребенка. Самое лучшее, что могут сделать родители в такой ситуации, - это снабдить своего ребенка приемами, которые он мог бы использовать и в учебе, и в общении со сверстниками. Научите вашего ребенка, что он может найти выход из любой ситуации, потому что у него всегда есть выбор, и он может рассчитывать на вашу помощь. Если ребенок «споткнулся» и совершил ошибку, помогите ему «встать на ноги» и извлечь из этого опыта правильный урок. Покажите ему, что он стоек, что в любой ситуации он должен верить в себя и может рассчитывать на вашу поддержку. Научите вашего ребенка проявлять любознательность и не бояться нового. Эти принципы послужат ему хорошую службу в течение всей жизни. Используйте их и сами, когда будете защищать интересы ребенка во время его учебы в школе.

⁶⁶ В США надомное обучение предполагает прохождение обучения дома под руководством, как правило, родителей, но иногда - и приглашенных педагогов. Надомное обучение предпочитают семьи, проживающие в малонаселенных сельских районах или за рубежом. – прим. издателя.

Глава 7

БУРНЫЕ ВОДЫ

КАК ПЕРЕЖИТЬ ВРЕМЕНА, КОГДА КАЖЕТСЯ, ЧТО НИЧЕГО НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ

Многие приемные родители перепробовали для исцеления своего ребенка с нарушением привязанности все, что только могло прийти в голову. Но, к сожалению, бывает так, что даже если родители неукоснительно выполняют все рекомендации лечащего психотерапевта, состояние ребенка никак не улучшается. И проблема тут не в вас, как в родителях. И не в якобы «неадекватном» лечении. Проблема в том, что есть такие дети, которые либо уже не могут, либо не хотят измениться к лучшему, – и принять эту грустную правду бывает очень тяжело.

В течение последних двадцати лет в обществе укоренилось мнение, что психотерапия способна решить буквально все проблемы. Даже в рамках профессионального общения многие психотерапевты утверждают, что могут вылечить любое нарушение. Возможно, это действительно так, если под словом «вылечить» понимать «попытаться улучшить» состояние пациента. Однако, если под «вылечить» подразумевается *реальное* улучшение, то такие утверждения и голословны, и безответственны. Специалисты и родители не должны забывать, что каждый ребенок с нарушением привязанности – это прежде всего неповторимая, уникальная личность, и поэтому результаты терапии в каждом случае будут тоже уникальны. И это все, что можно сказать с уверенностью.

Практически во всех сферах деятельности, связанных с оказанием помощи людям, признано, что индивидуальные результаты от полученной помощи могут быть неодинаковы. Например, даже в школах с очень сильным педагогическим составом есть ученики, которые не могут осилить программу начальных классов. И даже в самых лучших больницах умирают пациенты. А ведь и те, и другие получали тот же набор услуг, что и остальные учащиеся или пациенты, однако результаты все равно оказались другими.

Приемные родители и специалисты в области нарушения привязанности вправе рассчитывать на тот же уровень терпимости к неудачам, как и в других областях человеческой деятельности. Воспитание *очень непростых* детей и подростков – это по определению *очень непросто*. Педагогические приемы, которые заметно улучшат состояние одного ребенка, для другого будут «как с гуся вода».

В этой Главе мы научим родителей справляться с наиболее трудными ситуациями и выработать подходы, которые могли бы изменить что-то к лучшему. Не надо забывать, что обязанность родителя – сделать все, что в его силах. *Вы не можете заставить ребенка измениться*. Все, что вы можете сделать на практике, – это последовательно создавать такие ситуации и применять такие приемы, которые дали бы ребенку максимум шансов на выздоровление. Вы можете надеяться на успех. Вы можете молиться об успехе. Вы можете даже притво-

риться, что замечаете какие-то изменения к лучшему (кстати, эта уловка иногда творит настоящие чудеса). Но совершенно точно, однозначно и безусловно вы не сможете заставить ребенка измениться против его воли. Интересно, что только отказавшись от этого заблуждения, вы начнете реально влиять на состояние ребенка. Другими словами, ослабление контроля может дать вам даже больше власти над ситуацией.

ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ ПОЛЕЗНО ЗАДАТЬ САМОМУ СЕБЕ

Зачастую отношения, в которых собственные проблемы накладываются и даже частично совпадают с проблемами другого человека, завязываются в настоящий «гордиев узел». Если особенности поведения ребенка угрожают нарушить ваше душевное равновесие, ваша реакция на его поступки будет эмоциональнее, чем можно было бы ожидать.

Биологический отец Дженни, его многочисленные братья и ее дедушка использовали девочку как сексуальный объект. Как и следовало ожидать, в результате Дженни выработала чрезвычайно провокационный стиль общения с другими детьми и взрослыми мужчинами. Стоило приемным родителям зазеваться хоть на минуту, как девочка вскакивала на колени к первому встречному мужчине – даже во время церковной службы. Каждый раз, когда Дженни вела себя подобным образом, ее приемные родители испытывали ужас и стыд. Более того, поведение девочки напомнило приемной маме о личном опыте сексуального насилия, которому она подвергалась в раннем детстве. Чувства, с которыми ей вроде бы удалось справиться еще много лет назад, с новой силой захлестнули маму Дженни.

Такого рода ситуации очень тяжелы для всей семьи. Приемной матери Дженни пришлось не только следить, чтобы поведение дочери не выходило за рамки приличий, но и справляться со своими собственными болезненными воспоминаниями. Из-за душевной боли женщина не могла абстрагироваться от собственного детского опыта, и ее попытки помочь Дженни были осложнены переживаниями личного характера.

Чтобы понять, почему некоторые проблемы ребенка особенно «выбивают вас из колеи», постарайтесь ответить на следующие вопросы:

- Когда речь заходит об этой проблеме, что именно причиняет мне такую боль?
- Может ли эта боль относиться к моим личным проблемам – прошлым или настоящим?

- Я действительно разочарован(а) в самом ребенке, или его поведение просто напоминает мне о ком-то другом, кто когда-то разочаровал или предал меня?
- Насколько эти переживания относятся лично ко мне и насколько – к ребенку?
- В каком пункте наши проблемы накладываются друг на друга? Что со мной происходит в момент такого наложения?
- Что заставляет чувствовать себя столь беспомощным(ой) и бессильным(ой), когда речь заходит о моем ребенке?
- Почему я снова и снова попадаю в ловушку, из которой не могу потом найти выхода?
- Кто еще лгал мне? Кто еще сваливал на меня груз своих душевных проблем? С кем еще я чувствовал(а) такое же бессилие?
- Неужели мой ребенок испытывает похожие чувства?
- Как я могу справиться с этими неприятными переживаниями?

Если вы найдете «спусковой крючок» для ваших переживаний, вы сможете лучше справляться и с ребенком, и с тем, как вы сами реагируете на его поведение. Иногда окружающие советуют родителям, воспитывающим особенно трудных детей, «не принимать это слишком на свой счет». Но разве возможно не принимать поведение такого ребенка на свой счет? Ведь оно направлено именно на родителей! Даже понимая, что нарушение ребенка возникло совершенно в другом доме, бывает трудно сохранять невозмутимость, когда обнаруживаешь, что ребенок накакал именно на твою одежду.

Тут можно провести такую аналогию: хотя, скорее всего, для большинства грабителей и насильников личность жертвы особого значения не имеет, никому в голову не придет посоветовать ограбленному или изнасилованному человеку «не принимать случившееся на свой счет». Точно так же бессмысленно говорить родителю, оскорбленного каким-то поступком ребенка, что в нем не было «ничего личного». В этом случае родителю гораздо полезнее задать себе вопросы, перечисленные выше, чтобы в следующий раз в чем-то изменить свое отношение. Более того, возможно, поиск ответа на один из этих вопросов делает вас сильнее в целом и, следовательно, менее уязвимым в общении с вашим ребенком.

Еще одно преимущество «самокопания» заключается в том, что таким образом мы узнаем, что можем изменить *в самих себе*, чтобы почувствовать себя более защищенными. Ребенок с нарушением привязанности привносит элемент душевной боли в повседневную жизнь всех членов семьи, и людям, не привыкшим к таким переживаниям на ежедневной основе, бывает нелегко принять новый порядок вещей. Напротив, сам ребенок привык к душевной боли и не замечает, когда испытывает ее сам или причиняет другим.

Наблюдая ребенка, постоянно страдающего от собственных душевных ран и в то же время хронически причиняющего такой же вред другим людям, многие

родители начинают чувствовать, что было бы полезно научиться реагировать на эту ситуацию с определенной долей бесстрастности. Да и многие специалисты советуют родителям сохранять хладнокровие и несколько отстраненное отношение к воспитанию детей. В некоторых случаях - за исключением наиболее шокирующих ситуаций - этот идеал вполне достижим. Предъявляя меньше требований к приемным родителям и больше – к приемным детям, мы даем родителям почувствовать, что их поддерживают и им доверяют. А когда родители уверены в себе, у них нет потребности «поиграть мускулами». Вместо физической силы, они могут положиться на силу своего характера и умение правильно реагировать на выходки своих детей.

Четкое представление о том, какого стиля воспитания вы придерживаетесь сейчас, как могли бы его изменить и какой стиль воспитания принес бы наибольшую пользу для вашего ребенка, поможет вам выработать эффективные педагогические приемы, подходящие именно для вас. Ваш стиль воспитания – это производное вашей личности, не случайно он так хорошо подходил вам в течение многих лет. Вполне возможно, что и в новой ситуации – с некоторыми дополнениями и уточнениями – он сослужит такую же добрую службу вам и вашему приемному ребенку.

ПОВЕДЕНИЕ, КОТОРОЕ НЕ ПОДДАЕТСЯ КОРРЕКЦИИ

Больше всего сопротивляется коррекции поведение, которое перешло в разряд навязчивых привычек. Такие привычки часто восполняют недостающие элементы в искаленной личности ребенка, и ему начинает казаться, что без них нельзя выжить. Давайте рассмотрим поподробнее одну из таких привычек – привычку лгать.

Каждый, кто хоть немного знаком с нарушением привязанности, знает, что один из наиболее ярких его симптомов – это привычка лгать, причем лгать самым безумным образом о самых очевидных вещах (т.н. «первичная ложь»). Этот особый вид лжи впервые появляется в раннем детстве, когда дети уже умеют фантазировать, но еще не осознают, что слушатели могут оценить достоверность их слов. Когда малыш врет, он предполагает, что родители верят ему абсолютно. В четыре года ребенок просто не понимает, что у других людей тоже есть уши и мозги, с помощью которых они вполне могут судить о правдивости сказанного.

Если в раннем детстве ребенок пережил какую-либо травму, помешавшую его нормальному развитию, подобное примитивное вранье может продолжаться у него и в том возрасте, когда оно уже неуместно. Это не только свидетельствует о задержке в развитии, но часто становится для ребенка навязчивой и бессознательной привычкой. Вот почему мы не советуем реагировать на откровенное вранье вопросами типа: «Ты что, за дурака меня принимаешь?» С точки зрения ребенка ответ может быть только один – однозначное «Да!»

У каждого из нас есть привычки, доходящие до автоматизма. Представьте себе обычный разговор, где на ваше: «Привет, как дела?», собеседник, практически

не думая, отвечает: «Нормально, а у тебя?» Очень редко диалог сбивается с привычной дорожки, и большинству людей даже удобно, что некоторые ответы столь предсказуемы. Более того, если кто-то вдруг захочет нарушить привычный ход беседы и, например, во всех подробностях начнет рассказывать, как *на самом деле* идут его дела, многие люди испытают досаду и подумают: «И зачем я спросил его об этом? Теперь он полчаса будет рассказывать о своих напастях».

Если вранье вошло у ребенка в привычку, то он будет врать так же не задумываясь, «на автопилоте». В голове у такого ребенка ответ созревает до того, как прозвучит вопрос. Дело в том, что ребенок постоянно ждет чего-то плохого, но при этом все-таки не может предсказать, что именно у него спросят. Поэтому он спешит дать любой ответ, который по определению не может быть точен. Например:

РОДИТЕЛЬ: Дензель, ты...?

РЕБЕНОК: Нет!

Ребенок ответил родителю машинально, еще не узнав вопроса. Но как только слова вылетели из его рта, он вынужден стоять на сказанном. Что это значит? Это значит, что ложь будет только расти и усложняться. А то, что следующим шагом рассерженный родитель начинает допрос ребенка, только укрепляет уверенность последнего, что его ложь хотя бы в чем-то показалась родителю правдоподобной. Ведь если это было бы не так, зачем вообще родителю в ней копать? В результате конфликт усугубляется, и каждый его участник невольно вынужден защищать свою позицию до конца.

Столкнувшись с хроническим лжецом, вам следует немедленно пресечь любую возможность для ребенка продолжать вранье. Диалог должен развиваться примерно так:

РОДИТЕЛЬ: Дензель, ты...?

РЕБЕНОК: Нет!

РОДИТЕЛЬ: ... дышал сегодня?

РЕБЕНОК: Что?

РОДИТЕЛЬ: Я просто хотел спросить, дышал ли ты сегодня.

Или что-то вроде:

РОДИТЕЛЬ: Дензель, ты...?

РЕБЕНОК: Нет!

РОДИТЕЛЬ: Понятно. (Потом просто отвернитесь и займитесь своими делами.)

РЕБЕНОК: Я что?

- РОДИТЕЛЬ: Да, так, ничего особенно.
РЕБЕНОК: Ну, что же?!
РОДИТЕЛЬ: Я хотел спросить, хочешь ли ты поехать со мной в магазин за новыми кроссовками, но раз ты не хочешь, я займусь уборкой гаража.

Непредсказуемость родителя мешает ребенку отреагировать привычным образом, машинальность его ответов снижается. Как только ребенок поймет, что он не может предсказать ваш вопрос, ему придется ждать конца фразы.

Вот некоторые подсказки, как разработать собственную программу по искоренению детской лжи. Во-первых, если вы знаете, что ваш ребенок - хронический лжец, зачем вообще спрашивать его, сделал он что-то или нет? Ведь вы уже знаете ответ: у него он будет «нет», а у вас «да» - поэтому нет смысла спрашивать. Чем меньше вопросов вы задаете лжецу, тем реже ему приходится лгать. Гораздо продуктивнее сообщить ребенку, чего вы от него хотите или что вам уже известно. Вот пример типичного разговора с ребенком-вруном:

- РОДИТЕЛЬ: Ты уже...?
РЕБЕНОК: Нет, я не обедал!
РОДИТЕЛЬ: Почему ты решил, что я хотел задать именно этот вопрос?
РЕБЕНОК: Потому что ты всегда спрашиваешь у меня какие-то глупости, вроде этой!
РОДИТЕЛЬ: Рэндольф, в нашем доме *так не разговаривают!* (Не хочу огорчать вас, дорогие родители, но ведь Рэндольф только что именно *так* и разговаривал в вашем доме.)
РЕБЕНОК: Так – это как?
РОДИТЕЛЬ: Грубо. В любом случае, я знаю, что ты съел полпакета печенья, потому что их именно столько оставалось до того, как ты пришел из школы. Я видела кучу крошек на кухонном столе, поэтому я знаю, что это был ты.
РЕБЕНОК: Это Сара ела вчера, а не я. Не ел я никакого печенья!
РОДИТЕЛЬ: Тогда откуда там крошки? (Именно такого рода вопросы создают у ребенка впечатление, что вы сомневаетесь в собственной правоте, а еще они заставляют его искать новые объяснения, т.е. лгать еще больше.)
РЕБЕНОК: Это были старые крошки!
РОДИТЕЛЬ: Рэндольф Харрисон, в *этом* доме я никому не позволю мне врать! (См. примечание выше, дорогие родители!) Сегодня после завтрака я лично убирала на кухне, и никаких старых крошек там не было.
РЕБЕНОК: Наверное, ты просто не везде вытерла, потому что - *ну правда!* - я не брал никакого печенья, точно говорю!

- РОДИТЕЛЬ: Я знаю, что ты врешь! Ты врешь, как дышишь! (Если это так, то ваш ребенок, должно быть, думает: «Если ты так много знаешь, что же ты продолжаешь задавать мне столько тупых вопросов?»)
- РЕБЕНОК: Я говорю правду!
- РОДИТЕЛЬ: А я тебе не верю, и поэтому сегодня ты сладкого на ужин не получишь! (Подумаешь, он уже слопал полпачки печенья.)
- РЕБЕНОК: Это тупость!
- РОДИТЕЛЬ: А за это ты не получишь сладкого всю неделю!
- РЕБЕНОК: Это несправедливо!
- РОДИТЕЛЬ: А жизнь вообще несправедливая штука, я тебе *миллион раз* это говорила. (Но если вы действительно говорили это миллион раз, неужели вы думаете, что, повторив это в миллион первый раз, вы добьетесь какого-то нового результата?)

Такие беседы могут происходить постоянно, не принося никакого заметного эффекта. Давайте посмотрим, как можно было бы поговорить с ребенком иначе.

Пример №1

- РОДИТЕЛЬ: Рэндольф, подойди ко мне, пожалуйста.
- РЕБЕНОК: Сейчас. Можно я подойду, когда будет реклама?
- РОДИТЕЛЬ: Да, я буду ждать тебя во время *следующей* рекламной паузы. (Ребенок входит на кухню).
- РЕБЕНОК: Что?
- РОДИТЕЛЬ: Я прошу тебя вытереть эти крошки от печенья, пока я чищу картошку.
- РЕБЕНОК: Но это не я их сюда набросал!
- РОДИТЕЛЬ: А я не говорю, что это ты. Я просто хочу, чтобы ты мне помог, пока я готовлю ужин. Так я управлюсь быстрее.
- РЕБЕНОК: Можно, я сделаю это потом?
- РОДИТЕЛЬ: Можно, но реклама почти закончилась, и ты пропустишь продолжение программы, если будешь ждать еще больше. Поэтому вот тебе тряпка. Вытри стол и выброси крошки в раковину.
- РЕБЕНОК: Это кошмар какой-то. Это несправедливо. Это не я тут накрошил.
- РОДИТЕЛЬ: А я не знаю, кто это сделал, мне это даже и неинтересно. Я просто знаю, что ты всегда хорошо помогаешь мне готовить ужин. (Ребенок явно недоволен, но стол вытирает).
- РЕБЕНОК: Ладно. Так нормально?

РОДИТЕЛЬ: Отлично. Спасибо.

Или за ужином...

Пример №2

РЕБЕНОК: А что на сладкое?

РОДИТЕЛЬ: Печенье, которое лежит в шкафу. Иди принеси его, Рэн-дольф.

РЕБЕНОК: Но в пакете ничего нет!

РОДИТЕЛЬ: Ой, как же так... Еще этим утром там было полпачки. Ладно, тогда потерпим без сладкого до завтра.

Хотя в обоих примерах ребенок по-прежнему в чем-то пререкается с родителем, разговор проходит гораздо спокойнее, чем при обычном сценарии. Родитель не участвует в бессмысленном споре, а ребенок теряет возможность воспроизводить то, в чем он и так уже преуспел, – машинальное вранье и последующее самооправдание.

Когда ребенок ищет оправдания для лжи, он заодно оправдывает и самого себя. Вот почему родителю может показаться, что ребенок и сам искренне верит в то, что говорит. Если это так, то, скорее всего, вашему ребенку приходилось оправдываться слишком часто. Чем меньше вы будете обсуждать ложь, тем реже она будет возникать в принципе. Представьте типичный детский спор: «Это не я!» - «Нет, ты!» - «Нет, не я!» - «Нет, ты!»». Когда вы вступаете с ребенком в диалог подобного типа, ничего полезного из него не получится.

Мы стараемся не давать родителям однозначных формул, что и как говорить, потому что единого рецепта просто не существует. Каждая ситуация в чем-то уникальна и требует особого подхода, и поэтому родители должны прежде всего получить общее представление о том, что лежит в основе того или иного поведения ребенка и как можно его скорректировать и взять ситуацию под контроль таким образом, чтобы это было приемлемо и для родителей, и для ребенка. Нет одной для всех волшебной пилюли. Эффект могут дать самые разные подходы, каждый из которых основан на личных знаниях и опыте (в т.ч. негативном) конкретных родителей, полученных в процессе воспитания конкретного ребенка.

Шестнадцатилетний Тимоти – подросток с особенностями. В детстве мальчик пережил сильную запущенность, которая имела долгосрочные негативные последствия для его общего развития. Тимоти удалось добиться значительных улучшений во многих областях, кроме одной, самой отталкивающей: часто в течение дня дома или в общественных местах Тимоти мог сознательно накакать в штаны, потому что оказывался «слишком занят» для такого «скучного дела», как поход в туалет... Самого Тимоти эта «слабость» не беспокоила - видимо, запах какашек был привычен для него еще с

раннего детства.

Наконец, после многократных безуспешных попыток искоренить эту постыдную привычку, приемной маме Тимоти пришла в голову одна замечательная мысль. Тимоти уже давно просил купить ему модные трусы-боксеры. Сначала приемная мама отказывалась, объясняя, что ей не хочется тратить деньги на дорогое белье, которое Тимоти станет пачкать точно так же, как и свои старые трусы. Но однажды ее озарила гениальная догадка (странно, что эта мысль почему-то не пришла в голову самому Тимоти): что случится, если накатать в «боксеры»? А случится неизбежное – сработает сила тяжести!

Мама немедленно купила Тимоти парочку цветастых «боксеров», и на следующий же день мальчик надел их в школу. Естественно, и в этот день он привычно наложил в штаны. Не нужно быть физиком-ядерщиком, чтобы догадаться, что случилось потом: трусы-«боксеры» + сила тяжести + широкие штанины = пахучая куча на полу, а не в трусах Тимоти.

Это было грандиозное «естественное последствие»! После этого происшествия одноклассники дразнили Тимоти целую вечность. Сила тяжести дала мальчику такой урок, который не смог дать ни один человек. Это был последний день, когда Тимоти «забыл» отойти в туалет.

В самых сложных случаях можно поискать советов в соответствующих пособиях по воспитанию или у других родителей либо просто покопаться в собственной памяти и опыте. Самое лучшее – это использовать все три источника. Как мы уже говорили, в книге «Воспитание с любовью и логикой»⁶⁷ есть бесценные советы, как помочь ребенку избавиться от неприятных старых привычек. Но не забывайте, что главный двигатель успеха – это вы, родители. Одних педагогических приемов недостаточно. И одной логики или одной любви тоже недостаточно. Только сочетание всех этих трех факторов в пропорции, которую определяете вы, родители, может дать вашему ребенку и смысл, и шанс измениться к лучшему.

⁶⁷ Foster Cline & Jim Fay, *Parenting with Love and Logic: Teaching Children Responsibility*.

На русском языке книга «Воспитание с любовью и логикой» была издана в 2007 году издательством «Колумб» и может быть заказана на сайте этого издательства на <http://www.christophor.ru/catalog/books>.

Англоязычные читатели могут ознакомиться со списком всех изданных работ этих авторов в Институте Любви и Логике по телефону в США +1 800 338 4065 или на сайте www.loveandlogic.com. - прим. издателя.

ПЕРЕВОСПИТАНИЕ... ИЛИ КАК ПОМОЧЬ «ЗАБУКСОВАВШЕМУ» РЕБЕНКУ

Первоначальной задачей приемных родителей является «разблокировка» ребенка с нарушением привязанности. Представьте себе машину, застрявшую в грязи или мокром снегу: если дать газ, она уйдет в жижу еще глубже. Напротив, если сдать немного назад, машина получит дополнительный импульс для рывка. И это упражнение придется повторить не один раз, прежде чем машина сможет заметно сдвинуться вперед.

То, что происходит с ребенком, пережившим душевную травму, очень похоже на вытаскивание забуксовавшей машины. В большинстве случаев такие дети тоже нуждаются в определенном откате назад, чтобы набрать достаточно сил для рывка вперед. Если кратко, этим детям нужно дать то, что им нужно сейчас, даже если кажется, что они должны были давно из этого вырасти. И, конечно, только родители могут определить, что нужно их ребенку, – и предоставить ему это.

Особенно запущенному ребенку или подростку может понадобиться значительно больше повторений, больше структуры и, возможно, больше последствий. Вы вправе ожидать от ребенка соблюдения ваших требований, но при условии, что они учитывают реальный уровень его развития. Ваш ребенок должен всегда чувствовать, что вы с ним рядом и его понимаете. Не полагайтесь на то, что приемный ребенок знает все, что «должны знать» его обычные сверстники.

Марти переехал в новую семью в конце апреля – это была его первая постоянная семья после череды замещающих приемных семей и приютов. Марти был изъят из биологической семьи в четыре года, но из-за юридических проволочек его смогли усыновить только в четырнадцать лет. Марти хорошо ладил с усыновившими его супругами и ничем не отличался от сверстников. Он носил модную одежду, обладал приятными манерами (по крайней мере, на первый взгляд), и всем казалось, что это самый обычный мальчик.

Приближалась середина мая, и Марти повсюду слышал и видел рекламу Дня матери⁶⁸, на которую, правда, не обращал особого внимания. В конце концов, до сих пор у него не было никого, кто ждал бы от него подарка в этот день. Но, к большому удивлению Марти, его новые мама и папа очень расстроились, когда он не купил маме подарка или открытки и вообще никак не отметил этот день.

Видимо, новые родители Марти ожидали, что их сын поведет себя так же, как и сверстники. Этой неловкой ситуации можно было бы избежать, если бы отец заранее объяснил Марти, как отмечают День матери именно в их семье, и предложил свою помощь в выбо-

⁶⁸ *День матери* — международный праздник в честь матерей. В разных странах этот день приходится на разные даты, но в основном отмечается во второе воскресенье мая. — прим. издателя.

ре подарка. Если бы речь шла о ребенке помладше, большинство отцов сами предложили бы помощь. Догадайся отец Марти поступить так же, мальчик научился бы чему-то новому, а его новая мама почувствовала бы, что сын ценит и уважает ее.

Отец ошибочно полагал, что если Марти производит хорошее впечатление в повседневной жизни, то он знает, как поступить правильно и в этой особой ситуации. Пытаясь оставить сыну пространство для маневра, отец решил не вмешиваться вообще. В итоге (действуя при этом из самых лучших побуждений) он не сделал ничего, чтобы и у Марти, и у его новой мамы остались более приятные воспоминания об их первом совместном Дне матери.

Не следует считать, что ограничения по определению тормозят развитие ребенка. Напротив, они помогут ему преодолеть прошлые перерывы в развитии – точно так же, как гипс помогает срастись переломанным костям.

В обществе родителей - например, участвуя в семейных занятиях, помогая по дому, просто проводя каждый день рядом с ними - ребенок быстрее растет, начинает лучше контролировать свои эмоции и поведение; крепнет его привязанность к новым родителям. Родителям не следует поддаваться на провокации типа «все мои друзья делают это!», к которым склонны некоторые подростки, постоянно сравнивающие себя со сверстниками. Возможно, что ваш ребенок просто испытывает вас, чтобы проверить, насколько вы готовы защищать установленные вами границы и правила, – а другими словами, насколько вам небезразлична его судьба и как сильно вы его любите на самом деле.

Семнадцатилетнему Майклу всегда нравилось проводить время со своими приемными родителями, с которыми он прожил уже три года. Более того, Майкл предпочитал оставаться дома, даже когда была возможность сходить поразвлечься где-нибудь в городе.

Однажды школьные друзья пригласили Майкла на вечеринку, и мальчик обратился к родителям за разрешением. Те хорошо знали семью, которая устраивала вечеринку, и вдобавок им показалось, что Майклу явно хочется пойти, поэтому они согласились отпустить мальчика. Но как только Майкл это услышал, он стал очень раздражительным и непослушным. Родители давно не видели его в таком настроении и сразу заподозрили, что дело в той вечеринке, на которую Майкл вроде бы так хотел пойти.

Они сообщили сыну, что, пока он будет развлекаться с друзьями, они сходят поужинать в ресторане неподалеку. На это Майкл ответил: «Ох, как это несправедливо – я ведь просто обожаю этот ресторан!» Родители решили немного подыграть: «Ну, тогда можешь пойти с нами, если хочешь». На следующий день Майкл объявил своим друзьям, что не сможет пойти на вечеринку, потому что «ему придется» сопровождать родителей в ресторан. С точки зрения лю-

бого подростка, это была единственно приемлемая причина для отказа от приглашения друзей. Но Майкл был явно доволен, что у него нашелся такой отличный предлог не ходить туда, где ему совсем не хотелось быть.

Все подростки нуждаются во внимании, заботе и разумных ограничениях, а те из них, кто в раннем детстве не получил даже самого необходимого, нуждаются в этом еще больше. Об истинных потребностях вашего ребенка можно легко догадаться по тем комментариям, которые он бросает в адрес других детей и их родителей.

Например, каждый раз, когда речь заходит о «комендантском часе» или о том, можно ли позвонить родителям одноклассника, чтобы узнать домашнее задание, 15-летний Том как бы между делом замечает: «Вот только родителям Берта точно звонить не надо. Им по фигу, чем он занимается. Ему можно делать все, что в голову взбредет».

Что Том хочет сказать *на самом деле* – это то, что позволяя ребенку делать все, что вздумается, родители, в сущности, показывают свое безразличие. И для большинства детей это довольно пугающий вывод. Поэтому родителям лучше казаться чуть более строгими, чем слишком мягкими в воспитании ребенка. Дело в том, что дети, пережившие жестокое обращение, в самом начале своей жизни не знали никаких ограничений, никаких правил - и никакой заботы. И теперь, когда кто-то сдерживает их, ограничивает их и проявляет явную озабоченность тем, что с ними происходит, это посылает самый важный для таких детей сигнал: *меня любят, меня защищают, я в безопасности.*

Сможет ли увидеть эту связь ваш ребенок? Мы полагаем, что да, хотя, конечно, вряд ли вы услышите от него «спасибо» после первого же проявления родительской власти, которая в представлении самого ребенка может мало напоминать классическую родительскую ласку. Лучше понаблюдайте за изменениями в настроении ребенка. После того, как пройдет первая волна протеста, включите свои глаза, но не уши. Приглядитесь к вашему ребенку. Стал ли он больше сотрудничать с вами? Выглядит ли он расслабленным? Остается ли поблизости? Как долго сердился? Поведение ребенка расскажет вам гораздо больше о его внутренней реакции, чем любые слова. И помните: при особо глубоких нарушениях может быть и так, что ребенок никогда не увидит связи между родительскими ограничениями и родительской любовью, но – как мы говорили выше – причиной этому может быть то, что это невозможно в принципе, независимо от усилий родителей или специалистов.

ДЕТИ, КОТОРЫМ НИЧЕГО НЕ ПОМОГАЕТ

Если вашему ребенку свойственны некоторые типы поведения, перечисленные ниже, скорее всего, он нуждается в интенсивном специальном лечении. И родителям следует организовать его незамедлительно. Столь серьезные поведенче-

ские нарушения обусловлены травмой, которая была нанесена психике ребенка в очень раннем возрасте, поэтому без коррекции они обычно только усугубляются. Если же ваш ребенок проявляет большинство перечисленных типов поведения, считайте, что профессиональная помощь нужна ему уже сейчас.

Адаптация ребенка к новой семье занимает не такое уж долгое время. Даже если вы усыновили из другой страны, ребенок должен влиться в вашу семью достаточно быстро - если он вообще способен это сделать. Нет смысла годами терпеть несносное поведение приемного ребенка под предлогом, что он все еще привыкает к новой семье и культуре. «Медовый месяц»⁶⁹ не длится годами. Если же это происходит, вы почти наверняка имеете дело с «окончательной версией» вашего приемного ребенка, т.е. то, что происходит с ним сейчас, будет продолжаться еще очень длительное время, а может быть и всегда.

Вот симптомы, свидетельствующие о том, что нарушения ребенка носят весьма серьезный характер:

- Регулярное нанесение увечий, издевательства или убийства животных.
- Регулярное нанесение серьезных увечий (не просто драки или ссоры) другим детям.
- Неоднократные попытки поджога.
- Неоднократное сознательное нанесение увечий самому себе.
- Неоднократные действия сексуального характера в отношении других детей, и\или взрослых, и\или животных.
- Размазывание фекалий, питье из туалета.

Дети с особенно глубокими расстройствами совершают некоторые или даже все перечисленные поступки. У них могут присутствовать и другие симптомы, упомянутые в Главе 1. И чем скорее ребенок получит помощь, тем выше шансы на то, что подобное поведение либо уменьшится, либо исчезнет полностью. Стоит отметить, что за советом надо обращаться только к такому специалисту, который обладает достаточными знаниями и опытом в коррекции именно таких тяжелых состояний. Классическая индивидуальная или детская психотерапия, игротерапия, традиционная семейная терапия или программы по коррекции поведения в таких сложных ситуациях не помогают.

В следующей Главе 8, которая называется «Спасительный круг», мы поговорим о том, в каком направлении следует искать помощь для тех детей, которые особенно в ней нуждаются.

⁶⁹ В практике усыновления «медовым месяцем» называют первые дни или недели проживания ребенка с новыми родителями. В этот период новым родителям особенно хочется обогреть ребенка, а ребенок демонстрирует удовольствие от своего нового положения и охотно выполняет все предложения взрослых. – прим. издателя.

Глава 8

СПАСИТЕЛЬНЫЙ КРУГ

КАК НАЙТИ ПОМОЩЬ ИЗ САМЫХ РАЗНЫХ ИСТОЧНИКОВ

Не существует какой-то одной «волшебной» книги, интернет-сайта, психотерапевта или агентства по усыновлению⁷⁰, которое могло бы ответить на *все* родительские вопросы. Каждая семья – неповторимая живая мозаика, составленная из таких уникальных факторов, как страна проживания, финансовые возможности, степень родительского участия в воспитании, масштаб детских потребностей, культурные корни детей и степень их зрелости, отношения между братьями и сестрами, и так далее. В каждой конкретной ситуации помощь может потребоваться на самых разных уровнях, и правильно оценить это могут только сами родители. Ниже мы обсудим наиболее распространенные проблемы в воспитании ребенка с нарушением привязанности и подскажем, когда, где и как можно найти помощь.

ГРУППЫ ПОДДЕРЖКИ

Группа поддержки приемных родителей – это отличный способ избежать социальной изоляции, нормализовать обстановку в собственной семье и получить источник бесценной помощи. Общение с теми, кто испытывает такие же недоумение и боль, как и вы, и страдает от похожих проблем, придаст вам новые силы и уверенность в себе.

Многие приемные родители хотят, чтобы буквально все вокруг – учителя, родственники, начальство на работе и даже кассир в супермаркете – не только понимали, что такое нарушение привязанности, но и правильно на него реагировали. Подобные ожидания не только истощают ваши силы, но и заставляют вас вести себя как сумасшедшие фанатики. Если, на ваш взгляд, окружающие действительно хотят узнать побольше об этом явлении, дайте им почитать какую-нибудь книгу по теме. Все прочие комментарии просто пропускайте мимо ушей: «Если с мальчиком быть поласковее, он и вести себя станет лучше»; или «Господи, как же тебе повезло с ребенком!»; или «Ах, да ты просто святая!»; или «А чего ты еще ожидала?»; или «Да сдай ты его обратно!».

Просто повторяйте себе, что до того, как этот ребенок появился в вашей семье, вы бы и сами не поверили, что бывают *такие* проблемы.

⁷⁰ В США усыновить ребенка можно либо с помощью агентства по усыновлению, либо самостоятельно (такое усыновление называют «независимым»). Чтобы участвовать в усыновлении в конкретном штате, агентство должно получить специальную лицензию. Агентства могут быть как частные, так и государственные. Обычно частные специализируются на усыновлении новорожденных и детей до года, а государственные ищут постоянные семьи для детей постарше из временных замещающих семей или приютов. – прим. издателя.

Вот что рассказали нам приемные родители одной русской девочки: «До того, как мы поехали в Россию забирать свою дочь, сотрудник агентства по усыновлению настоял, чтобы мы прочли вашу книгу «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”). Мы тогда подумали: ‘Какая чушь... таких детей просто не может быть. А если бы она и была такая, мы бы и сами ее перевоспитали’. В итоге мы тут, и нам нужна ваша помощь».

Группы поддержки для приемных родителей можно найти через местные агентства по усыновлению – их телефоны можно найти в любом телефонном справочнике. Одна такая группа, например, собирается у нас в офисе; на этих встречах родители шутят, обмениваются идеями, предлагают друг другу помощь в воспитании детей и просто поддерживают друг друга. В группе поддержки родители получают бесценную возможность откровенно рассказать о своих проблемах, не опасаясь осуждения со стороны окружающих. Например, в нашей группе поддержки несколько приемных семей из Огайо, Мичигана и Иллинойса⁷¹ познакомились сначала заочно на Интернет-форуме, а уже потом обнаружили, что ходят к одним и тем же специалистам по нарушению привязанности. Постепенно они начали назначать свои посещения примерно в одно время, чтобы потом вместе сходить на обед, посмеяться и поделиться опытом.

Для создания группы поддержки достаточно нескольких приемных семей. Где их можно найти, подскажут местные агентства по усыновлению. Попросите включить ваше имя в листы рассылки о любых готовящихся конференциях по усыновлению, занятиях в школах приемных родителей и других мероприятиях. Даже если вы не собираетесь принимать в семью еще одного ребенка, сходите на «смотрины» - так называют пикники, где кандидаты в усыновители могут в неформальной обстановке познакомиться с детьми, подлежащими передаче на усыновление. Агентства по усыновлению, которые организуют такие встречи, всегда рады волонтерам, а другие участники – возможности поговорить и задать вопросы. Даже если вы усыновили ребенка за рубежом, вы всегда можете запросить нужную информацию в местном агентстве по усыновлению. Группы поддержки действуют и в Интернете, причем некоторые имеют особую «специализацию», например:

- Если вы ищете группу поддержки с христианской направленностью, зайдите на www.adoptionjewels.org или www.sherrieeldridge.com. Там есть архив информационных бюллетеней организации «Самоцвет среди самоцветов» (Jewel Among Jewels).
- Семьи, усыновившие детей из Китая, могут обратиться на www.attach-china.org.
- Для тех, кто взял ребенка из стран Восточной Европы, будет интересен www.eeadopt.org.
- Другие Интернет-ресурсы перечислены в конце этой книги.

⁷¹ Огайо, Мичиган и Иллинойс - три штата на северо-востоке США в районе «Великих озер». – прим. издателя.

ФИНАНСОВАЯ ПОМОЩЬ

Многие семьи с трудом находят деньги на оплату профессиональной помощи для ребенка. К счастью, выход есть и в этой ситуации.

Если вы усыновили ребенка в США, вы можете претендовать на целый ряд государственных субсидий. Подробнее о том, какие из них действуют именно в вашем штате, можно узнать на www.nacac.org в разделе «Субсидии для усыновителей» (Adoption Subsidy), подраздел «Штаты» (State Profiles) (там надо «кликнуть» на интересующий вас штат). Если у вас нет выхода в Интернет, позвоните в Североамериканский совет по детям, подлежащим усыновлению (North American Council on Adoptable Children – NACAC) по телефону: + 1 651 644 3036. Как правило, даже если на момент усыновления кандидат считал, что ему не понадобятся такие услуги, в будущем перечень услуг, покрываемых государственной субсидией, может быть пересмотрен в сторону увеличения.

Если вам отказали в государственной субсидии, но вы уверены, что отказ был неправомерен, почитайте книгу доктора Тима О'Ханлона «Как получить федеральную субсидию после легализации усыновления»⁷².

Некоторые штаты оплачивают дополнительные профессиональные услуги по поддержке приемных семей и семей усыновителей. Дело в том, что федеральный бюджет перечисляет дополнительные средства в бюджеты тех штатов, где показатели семейного устройства детей-сирот достаточно высоки, а услуги специалистов, помогающих приемным родителям, оплачиваются за счет средств самого штата. За дополнительной информацией вы можете обратиться в местные отделения федерального Департамента социального обслуживания населения (Department of Human Services) или Департамента социального обслуживания детей (Department of Children's Services)⁷³ либо в Департамент социальных услуг вашего штата (обычно он располагается в столице штата). Например, в штате Огайо действует программа субсидирования специальных услуг в поддержку усыновителей (Post-Adoption Special Services Subsidy – PASSS), в рамках которой американские усыновители получают помощь в оплате профессиональных услуг для детей, усыновленных как из США, так и из других стран мира. Если у вас есть склонность к общественной деятельности, вы можете обратиться к правительству вашего штата с петицией учредить подобную программу и в вашем регионе.

Если ваш ребенок был жертвой насилия, он может иметь право на финансовую поддержку по программе «Жертвы преступлений» (Victims of Crimes), которую курирует, как правило, Генеральный прокурор штата.

Заявку на получение услуг по программе сохранения семьи (Family Preservation)

⁷² Tim O'Hanlon, Ph.D., *Accessing Federal Adoption Subsidies after Legalization*.

⁷³ В США эти департаменты занимаются распределением федеральной помощи для незащищенных или социально значимых слоев населения. Аналогичные департаменты действуют и на уровне отдельных штатов. – прим. издателя.

можно подать через Департамент социального обслуживания детей (Department of Children's Services).

Взгляните на свою ситуацию не как усыновитель, а как родитель в более широком смысле слова. Возможно, в вашем городе или районе существуют и другие виды помощи. Например, если ваш ребенок отстает в развитии, можно подать заявку в Программу коррекционных услуг для детей младшего возраста (Early Childhood Intervention Services). Если же он страдает каким-то особым заболеванием (например, ДЦП и тому подобное), следует обратиться в организации, которые поддерживают именно семьи с похожей проблемой (например, Объединенная ассоциация церебрального паралича – United Cerebral Palsy Association).

Перечитайте условия медицинского страхования. Например, если трудотерапию для вашего ребенка назначит педиатр, ее может покрывать и общая страховка. Но если родители обращаются к специалисту по трудотерапии по собственной инициативе, то, скорее всего, это лечение им придется оплачивать из собственных средств.

Оставайтесь в курсе последних нововведений, потому что законы и правила могут меняться. Когда государственные агентства получают финансирование на какие-то определенные услуги населению, они обычно связываются с теми семьями, которые могли бы претендовать на эту помощь. Вот почему всегда полезно оставлять свои координаты в государственных списках для рассылки.

Усыновители получают освобождение от некоторых местных (в зависимости от штата) и федеральных налогов. Раз в год зайдите на консультацию к налоговому юристу, чтобы не упустить причитающиеся вам налоговые вычеты. Сэкономленные деньги пойдут на оплату профессиональной помощи для вашего ребенка.

Те из вас, кто хочет поддержать изменения к лучшему, могут присоединиться к ассоциации «Голос за усыновление» (Voice for Adoption) по адресу: P.O. Box 77496, Washington, DC 20013; www.adoptioninstitute.org/policy/polvfa.html. Ее участники регулярно получают информацию об изменениях в законодательстве и о том, какие финансовые ресурсы доступны усыновителям, чьи дети нуждаются в профессиональной помощи.

ШКОЛЫ ПРИЕМНЫХ РОДИТЕЛЕЙ

В большинстве штатов перед тем, как взять на воспитание ребенка, лишеного родительского попечения, кандидаты обязаны пройти школу приемных родителей. Некоторым эти занятия кажутся очень полезными, но многие кандидаты, напротив, считают их досадной тратой времени на пути к заветной цели. Если вы относитесь к последней категории и теперь сожалеете, что были недостаточно внимательны на занятиях, спешим вас обрадовать: как правило, выборочные разделы курса можно прослушать еще раз. Если вы изучали проблему привязанности за три года до того, как ребенок физически очутился в вашей семье, вам стоит освежить свою память. Если же вы собираетесь или уже успели усыновить ребенка из-за рубежа, эти занятия следует посетить независимо от того, требует этого ваше агентство по усыновлению или нет. Как известно, знания лишними не бывают.

Есть несколько агентств по усыновлению, которые предлагают регулярные курсы «повышения квалификации» для замещающих родителей. Возможно, к ним допустят и тех, кто формально замещающим родителем не является (например, усыновителей). Вы можете уточнить это по телефону.

Североамериканский совет по детям, подлежащим усыновлению (North American Council on Adoptable Children – NACAC), проводит ежегодные конференции, которые каждый раз проходят в разных городах страны и включают множество тематических семинаров. Участники конференции получают доступ к невероятному количеству ресурсов на тему усыновления. Многие выступления записываются, и те, кто не присутствовал на них лично, могут приобрести аудиозапись в Североамериканском совете по адресу: 970 Raymond Avenue, Suite 106, St. Paul, MN 55114; по телефону +1 651 644 3036; или на www.nacac.org.

Другая организация, которая устраивает аналогичные ежегодные конференции по вопросам усыновления, – это Ассоциация по терапии и просвещению в области детской привязанности (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – ATTACH). Ее штаб-квартира находится по адресу: P.O. Box 533, Lake Villa, IL 60046; телефон: +1 866 453 8224; сайт: www.attach.org. Многие из выступлений, приглашенных на нее экспертов, тоже доступны в аудиозаписи.

С другой стороны, существует множество изданий как для детей, подростков и их родителей, так и для специалистов. Знакомство с ними можно начать на сайте «Книжка в гобеленовой обложке» (Tapestry Book) на www.tapestrybooks.com⁷⁴.

Наконец, существует такой замечательный журнал, как «Семья и усыновление» (Adoptive Families), где печатаются статьи обо всех видах усыновлений. С редакцией журнала можно связаться по адресу: Adoptive Families magazine, Editorial and Advertising Offices, 39 West 37th Street, 15th floor, New York, NY 10018; по телефону: +1 646 366 0830; или на www.adoptivefamilies.com.

СОЦИАЛЬНОЕ СТРАХОВАНИЕ

Если вы усыновили ребенка из США, то, скорее всего, у него есть своя социальная страховка. После оформления усыновления вам следует изменить данные ребенка, чтобы к пенсионному возрасту все его накопления были зачислены на единый счет. Если у вас есть опасения, что биологические родители попытаются по номеру социального страхования определить новое место жительства ребенка (а это возможно сделать по Интернету), вам следует поменять номер. Но перед этим обязательно проконсультируйтесь в Агентстве социального страхования (Social Security Agency), не нужно ли тогда поменять еще и дополнительный номер, используемый для начисления государственных пособий и выплат (иногда это требуется при перемене основного номера социального страхования).

Что касается ребенка, усыновленного из-за рубежа, то обычно после легализации

⁷⁴ Список книг о нарушении привязанности, изданных на русском языке, можно найти на www.attach2me.ru. – прим. издателя.

усыновления в стране происхождения он может получить американское гражданство. Однако это правило постоянно меняется, поэтому вам следует заранее уточнить все детали в миграционной службе. Обязательно проверьте формальный миграционный статус именно вашего ребенка; не гадайте и не полагайтесь на опыт других усыновителей. Как только будет возможно, получите для ребенка его собственный номер социального страхования – он понадобится вам при подаче налоговой декларации.

ТЕРАПИЯ

Если одно только воспитание не оказывает никакого влияния на поведение вашего ребенка, возможно, настало время для терапии. Проследите за тем, чтобы выбранный вами вид терапии соответствовал потребностям именно вашего ребенка. Никогда не следует выбирать специалиста по принципу «куда удобнее добираться». Попросите совета у опытных людей, которые понимают, что такое нарушение привязанности: у приемных родителей из вашей группы поддержки или в агентстве по усыновлению. Вы можете получить список специалистов, дипломированных в области нарушения привязанности, в вышеупомянутой Ассоциации по терапии и просвещению в области детской привязанности (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – ATTACH), на сайте Группы поддержки в области нарушения привязанности (Attachment Disorder Support Group), а также на других сайтах, перечисленных в разделе «Источники» в конце этой книги.

Прежде чем выбрать того или иного психотерапевта, поинтересуйтесь, сколько детей с такими же проблемами уже было в его практике. Ведь, какие бы чудеса ни творил этот специалист в других областях, он может оказаться совершенно несведущ в вопросах нарушения привязанности и способах его лечения.

Еще один замечательный вид терапии – это «терапевтическая игра» (Therplay), которая совсем не то же самое, что «игровая терапия». Интерактивная терапевтическая игра нацелена непосредственно на формирование привязанности между родителем и ребенком; ее отличают четкий сценарий, соревновательный дух, вовлечение всех участников и имитация младенческого ухода (список специалистов в области терапевтической игры можно найти в разделе «Ресурсы» в конце этой книги).

Мы были тринадцатыми специалистами, к которым обратились родители девятилетнего Дона. До этого ни один специалист не рассматривал нарушение привязанности как возможную причину его бед, но мы обнаружили, что именно этим объясняется большинство проблем мальчика. Узнав о нашей работе, приходящая психотерапевт спросила, может ли она по-прежнему приходить к Дону раз в неделю, чтобы пополнить свои знания о новой терапии. Приемная мама ответила так: «Конечно, если вы не будете выставять нам счет за эти посещения. Нам не хотелось бы оплачивать ваше обучение». Больше эта психотерапевт в семье Дона не появлялась.

Если терапия дает эффект, если ваш ребенок показывает заметный прогресс – держитесь за такого специалиста обеими руками. В обратном случае, сразу ищите замену. Задача родителей не в том, чтобы создать психотерапевту комфортные условия. Их задача в том, чтобы найти для своего ребенка наилучшую помощь. Подробнее о том, как найти «своего» специалиста по нарушению привязанности, мы расскажем в Главе 9 «Как найти действенную помощь».

Если вы не уверены, *что* есть «норма», почитайте книги на тему детского развития. Как правило, каждые три месяца пребывания ребенка в государственном учреждении означают один месяц отставания в его развитии. Например, если вы усыновили малыша в возрасте 1 года и 3 месяцев, который всю свою короткую жизнь провел в доме малютки, то его реальное развитие соответствует примерно десяти месяцам. Конечно, это только самые общие ориентиры, которые помогут вам решить, нужна ли вашему ребенку профессиональная помощь.

Наконец, прежде чем делать выводы, дайте вашему ребенку время привыкнуть к новой обстановке. Продолжительность этого периода зависит от многих факторов, включая возраст ребенка, его личную историю и количество переездов в прошлом. На практике мы часто сталкиваемся с крайностями в ожиданиях приемных родителей: «Мы привезли его домой неделю назад. Он уже привязался к нам?» - Скорее всего, нет, вы ведь только что познакомились. «Он живет с нами уже 12 лет, и уже в год было видно, что у него есть проблемы». - Так почему же вы так долго ждали, прежде чем обратиться за помощью?

Речь

Если ребенок шепелявит или не умеет выговаривать «р», для большинства родителей очевидно, что нужна помощь логопеда. Но этот вывод не столь очевиден при расстройстве у ребенка рецептивной речи⁷⁵. Обычно окружающие считают, что такой ребенок понимает все, что слышит, но это далеко не так. Расстройство рецептивной речи может быть вызвано целым рядом причин, включая задержку раннего речевого развития из-за педагогической запущенности; не вылеченные в раннем детстве ушные инфекции, из-за которых у ребенка могла снизиться острота слуха; проблемы с переработкой полученной информации (можно сказать, что родители говорят со скоростью 50 км/час, а ребенок слышит со скоростью 15 км/час); английский, как второй язык, – при международных усыновлениях; общую бедность словарного запаса у ребенка.

Шестилетнюю Лауру удочерили из приюта в Восточной Европе. Уже через год всем казалось, что она хорошо овладела английским. Но сама Лаура уверяла, что понимает не больше половины того, что слышит: «Когда учитель говорит достать учебник по математике и

⁷⁵ Расстройство рецептивной речи почти всегда включает смесь проблем с пониманием речи, ее экспрессией и артикуляцией. – прим. издателя.

открыть его на какой-то странице, я просто наблюдаю, что делают другие дети». Как видно, девочка владела английским далеко не так хорошо, как казалось окружающим.

ОККУПАЦИОННАЯ ТЕРАПИЯ

Многие из тех детей, которые подвергались жестокому обращению или заброшенности, либо часто меняли замещающие семьи, либо провели первые годы своей жизни в интернатах, нуждаются в оккупационной терапии (ОТ)⁷⁶. Например, даже внешне хорошо передвигаясь или умело лазая по деревьям, некоторые дети часто не умеют правильно пережевывать и глотать пищу. В результате их появление за столом становится источником проблем для всей семьи. Другие дети до трещин облизывают кожу под нижней губой. Третьи плохо управляют с ручками и карандашами.

Для того, чтобы понять, нужна ли ОТ вашему ребенку, проследите, умеет ли он (конечно, если он достиг соответствующего возраста) подниматься по лестнице, поочередно переставляя ноги через ступеньку. Много может сказать и манера ползать на четвереньках, в том числе у детей старшего возраста. Нормально развивающийся ребенок умеет ползать, одновременно переставляя противоположные руку и ногу (т.е. левую руку с правой ногой, а правую руку – с левой ногой).

Алана усыновили из детского дома в шесть лет. В биологической семье Аланом никто не занимался, а потом он жил в двух замещающих семьях, в одной из которых подвергался жестокому обращению. В новой семье самым кошмарным стало время обеда. Алан выплевывал напитки, закатывал истерику, если на его тарелке смешивалась разная еда, и не умел держать вилку. Мы посоветовали родителям Алана поискать специалиста по ОТ, а пока относиться к мальчику так, как если бы он был значительно младше своего биологического возраста. Следуя нашему совету, Алану купили тарелку с делением на сектора для разной еды, чтобы она не смешивалась, и с высокими бортиками, чтобы еда не «убегала» с вилки. Благодаря бутылке-непроливайке питье Алана больше не разбрызгивалось, а серебряные ложка и вилка, которые обычно дарят малышу на «первый зуб», окончательно примирили его с необходимостью пользоваться столовыми приборами.

⁷⁶ В российской психологической практике под *оккупационной терапией* (от англ. *occupational therapy* – «лечение занятием») понимают занятия по лечебной физкультуре, сеансы массажа, развивающие психологические занятия, предназначенные для реабилитации граждан, которые по состоянию здоровья нуждаются в помощи при уходе за собой, проведении досуга и выполнении трудовой деятельности. В основном работа специалистов по оккупационной терапии направлена на помощь тем людям, чья ежедневная деятельность страдает вследствие травмы или заболевания, психических или эмоциональных нарушений, врожденных или приобретенных заболеваний, либо в результате возрастных изменений. – прим. издателя.

Хотя такое решение немислимо для нормально развитого шестилетнего ребенка, конкретно для Алана оно оказалось очень эффективным. Совместные трапезы вошли в нормальное русло, и обстановка в семье заметно улучшилась.

Помимо прочего, многие приемные дети страдают от сенсорных расстройств, при которых цвета, звуки, прикосновения, запахи и осязаемые фактуры воспринимаются не так, как обычно. В таких случаях ребенку требуется особая обстановка: например, максимальное освобождение его комнаты от вещей, более плотные прикосновения и так далее.

БРАТЬЯ И СЕСТРЫ

Жить в одной семье с ребенком с нарушением привязанности непросто – особенно для остальных детей. Иногда обстановка в доме настолько ненормальна, что здоровые дети не решаются приглашать друзей, чтобы те не увидели, как «проблемный» брат или сестра катаются в истерике, матерятся или выкидывают еще какие-нибудь «фортели». Иногда приемные родители настолько заняты терапией, ОТ или посещением группы поддержки, что просто забывают уделять время остальным детям.

Обязательно объясните вашим детям, что происходит в вашей семье. Если для их благополучия существует малейшая опасность – например, «проблемный» ребенок склонен к сексуальным приставаниям, - заранее объясните, что им делать, если начнет происходить что-то неприятное. Если ребенок с нарушением привязанности склонен к насилию, его братья и сестры могут опасаться, что не смогут ни защититься сами, ни защитить своих родителей. Придумайте кодовое слово и попросите детей запомнить его. Если вы его произносите, дети должны немедленно вызвать полицию.

Многие дети с нарушением привязанности волнуются за своих родных или приемных братьев и сестер, а также за друзей по приюту. Это похоже на чувство стыда, которое испытывают некоторые выжившие в катастрофе: я-то в порядке, а как же остальные? Иногда эта тревога приобретает навязчивый характер.

Тринадцатилетнего Марка сначала передали в ту же приемную семью, что и остальных трех братьев и сестер, но Марк не был там в безопасности. Когда мальчика решила усыновить другая семья, она пригласила на судебные слушания остальных братьев и сестер Марка и их приемных родителей. Шестнадцатилетняя старшая сестра Марка была очень рада, что у ее брата наконец появился постоянный и безопасный дом.

Однако позднее она вспоминала, что когда судья объявил, что отныне Марк считается усыновленным, она почувствовала себя так, «как будто мне в сердце воткнули нож. Теперь уже точно Марк никогда не

вернется в мою семью, а его новые родители постараются, чтобы я тоже больше не появлялась в его жизни, и он больше никогда не будет моим братом в том смысле, как это было раньше. У него теперь новые родители и бабушки с дедушками. В этот момент я как будто потеряла моего брата во второй раз». Даже несмотря на то, что умом сестра понимала, что Марк теперь в безопасности и совершенно счастлив, ее волнение о судьбе брата явно существовало отдельно от нее.

Нормально развивающиеся дети, которые жили в вашей семье до появления ребенка с эмоциональными нарушениями, особенно нуждаются в вашем внимании. Очень часто родители ожидают, что дети сумеют сами приспособиться к невыносимому поведению нового члена семьи. Личные вещи нормальных детей пропадают или уничтожаются. Бывает, что им приходится следить за тем, чтобы новый ребенок не приходил к ним по ночам с сексуальными домогательствами. Отныне ваши нормальные дети должны непрерывно быть гораздо более бдительны, чем до того, как вы решили усыновить ребенка с целым букетом психологических проблем.

В такой ситуации многим детям начинает казаться, что они как будто потеряли ту счастливую семью, в которой жили до сих пор. Их когда-то оптимистичные, полные сил, такие знакомые родители тоже как будто подевались куда-то. Весь окружающий мир как бы заразился чем-то неприятным, и объяснения, принятые в таких случаях, никак не помогают привыкнуть к этому новому порядку вещей.

В приемной семье четырнадцатилетнего Дэвона было всего трое детей. Все они были усыновлены и теперь наслаждались очень счастливым, организованным и предсказуемым образом жизни. Но однажды родители Дэвона решили усыновить еще одного мальчика, для которого никак не получалось найти семью. С появлением четвертого брата жизнь Дэвона и остальных детей превратилась в сущий кошмар. Этот десятилетний мальчик был крайне агрессивен, воровал и портил чужие вещи, а также пытался сексуально развращать других детей. В попытке помочь одному ребенку преодолеть его многочисленные душевные травмы родители Дэвона фактически нанесли травму остальным своим детям.

Родители должны отдавать себе отчет, какие последствия влечет появление в их семье источника постоянного эмоционального напряжения. Планируя очередное усыновление, на первое место надо ставить интересы детей, уже воспитывающихся в вашей семье. Как минимум, ваши дети должны не только пройти курсы по подготовке к усыновлению, но и участвовать в знакомстве и выборе того ребенка, который станет новым членом вашей семьи.

БРАК

Иногда мы шутим между собой, что никто из приемных родителей наших пациентов не развелся только потому, что никому из супругов не хочется воспитывать такого ребенка в одиночку. Следите за тем, чтобы заботы о ребенке с нарушением привязанности не мешали вам заботиться о супружеских отношениях. Приемным родителям просто необходимо продолжать писать друг другу любовные записочки, проявлять взаимную нежность и заботу (особенно в присутствии «проблемного» ребенка, который никогда не прочь поссорить вас между собой) и просто проводить больше времени вместе.

Супруги Джонс усыновили четырех братьев и сестер. Агентство по усыновлению предложило им услуги няни, чтобы дать возможность новоиспеченным родителям съездить на встречу группы поддержки для усыновителей. Джонсы приняли это предложение, а сами заехали в «Макдональдс», перекусили в машине и проспали там все четыре часа до запланированного возвращения домой. Это оказалось так здорово! Приемные родители получили передышку, которая была им тогда очень нужна, - хотя по форме это было не совсем то, что предложило им агентство по усыновлению.

В идеале от всех забот можно было бы уехать в двухнедельный тропический круиз, но в реальной жизни родителям бывает достаточно встать на 15 минут пораньше, чтобы выпить вдвоем по чашечке кофе, или, наоборот, лечь на 15 минут попозже, чтобы посидеть в тишине, тесно прижавшись друг к другу. Что бы вы ни придумали, просто проводите больше времени вдвоем.

ПОЗАБОТЬТЕСЬ О СЕБЕ

Нет единого рецепта, как лучше всего заботиться о себе. Одни любят посидеть с книжкой, другие – сделать маникюр, третьи – провести целый день в музее искусств или на стадионе, а четвертым нужно просто вздремнуть. У каждого из нас есть свой особый способ восстановления сил и возвращения радости жизни. Многие приемные родители, особенно матери, страдают от ‘постусыновительской депрессии’. Подробнее об этом явлении рассказывается в книге Карен Фоли и Джона Томпсона «Депрессия после усыновления: преодолевая неожиданные трудности»⁷⁷ (см. раздел «Полезное чтение» в конце этой книги).

⁷⁷ Karen J. Foli & John R. Thompson, *Post Adoption Blues: Overcoming the Unforeseen Challenges of Adoption*.

БЕСПЛОДИЕ

Детей не всегда усыновляют по причине бесплодия, но если это ваш случай, то чувства потери и гнева могут вернуться к вам, когда вы столкнетесь с похожими переживаниями вашего приемного ребенка. Почему людям, которые так мучили своих детей, бог дает пятерых, а вам ни одного? Ведь вы сделали все, чтобы иметь ребенка. А теперь вы выполнили все требования агентства по усыновлению, но ваше бесплодие все равно никуда не делось. Вы теперь уже не бездетная женщина, но вы по-прежнему каждый раз плачете, когда приходят месячные. Если проблема бесплодия стоит перед вами так остро, вам нужна помощь: сходите на консультацию в клинику по бесплодию, почитайте литературу на эту тему, обратитесь к психотерапевту или зайдите на www.resolve.org. Если вы усыновили, потому что все кругом уверяли, что после этого беременеют, - вы поверили сказке. Женщины, страдающие от бесплодия, не беременеют только потому, что усыновили другого ребенка.

ВОЗВРАТ РЕБЕНКА

В некоторых ситуациях родители принимают решение вернуть непростого ребенка обратно на государственное попечение, но неожиданно обнаруживают, что сделать это не так уж и просто. Если вы усыновили ребенка в США, то вернуть его обратно вы можете только в короткий период между фактическим помещением в семью и официальным утверждением усыновления. После утверждения усыновления – либо в США, либо в стране происхождения ребенка – этот ребенок получает тот же статус, что и своерожденный, и формально отказаться от него (а не «вернуть», как говорят) бывает очень трудно.

Усыновители испытывают шок, когда в ответ на их просьбу забрать ребенка сотрудник агентства по усыновлению отвечает что-то вроде: «Мы могли бы помочь вам, но вообще-то это теперь ваш ребенок». Некоторые агентства готовы решить этот вопрос путем «частного усыновления», если у агентства есть подходящие кандидаты и если нынешние родители готовы выплатить вознаграждение за эту услугу. Если вас интересует именно этот вариант, проверьте сначала, законно ли «частное усыновление» в вашем штате. Если вы хотели бы найти новую семью в другом штате, убедитесь, что агентство или нанятый вами адвокат готов оформить «частное усыновление» с соблюдением всех правил. Некоторые усыновители ищут новую семью через Интернет и передают туда ребенка в неформальном порядке. И для ребенка, и для обеих семей это создает массу юридических проблем с точки зрения образования и медицинского обслуживания для ребенка, а также вопроса, кого считать его законным представителем.

В некоторых штатах действует правило, согласно которому после утверждения усыновления ребенок может быть изъят из семьи только по причине невыполнения усыновителями родительских обязанностей или потери ими основных источников дохода.

Даже если ребенку необходим курс лечения в специализированном учреждении, по его завершении он все равно вернется именно в ваш дом, о чем вас попросят заполнить соответствующую форму еще при приеме ребенка на лечение. Однако услуги подобных учреждений очень дороги, и маловероятно, что усыновители или агентство по усыновлению смогут оплачивать пребывание там ребенка в течение многих лет.

КУЛЬТУРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ

Хорошо, если новые родители помогают приемному ребенку сохранить память о родной культуре через изучение языка, чтение книг, знакомство с национальными танцами, игрушками и кухней. Но будьте готовы к тому, что этот опыт может также вызвать у ребенка и не самые приятные воспоминания.

Даниэла приехала из России в США в возрасте шести лет. В восемь лет родители повезли ее в русский магазин. Едва Даниэла переступила через порог магазина, как сжалась в комочек, оглушенная калейдоскопом знакомых запахов, звуков, видов еды и людей. Продавщицы выглядели и разговаривали, как воспитательницы дома ребенка, где девочка провела первые годы своей жизни, – и грустные воспоминания захлестнули Даниэлу... Только после того, как приемные родители подбодрили девочку и помогли ей осмыслить нахлынувшие переживания, Даниэла смогла увидеть положительные стороны этого места.

На то или иное событие разные дети реагируют по-разному.

Супруги Робертс усыновили двух корейских малышей. Когда мальчику исполнилось восемь, а девочке – семь лет, они повели их на фестиваль корейской культуры. Там было много национальных танцев, еды и развлечений, и сыну все это очень понравилось, а вот дочка заметно погрузтелла. Она забралась на колени к своей приемной маме и спросила: «Тут так много корейских мам, и все они оставили своих детей у себя. Почему моя мама так не сделала?». Два ребенка, одно и то же событие, одни и те же приемные родители – и совершенно разные впечатления.

Вот примеры культурных различий, которые могут создать проблемы в новой семье:

- Джонни вырос в семье, где было принято тратить деньги на наркотики, а еду воровать. Поэтому еда в новой семье начала пропадать сразу после появления Джонни.
- Шана выросла в стране, где сироты, как правило, живут в детских домах. Для нее «семья» – это когда вокруг много детей. Зачем нужны родители,

Шана не знает.

- Дерек привык к тому, что за любую провинность ребенка наказывают переводом в другую замещающую семью. Поэтому как только он чувствует, что начинает любить своих приемных родителей, Дерек совершает какое-нибудь безобразие, и его быстро переводят в другую семью. Переезд причиняет меньше боли, если происходит до того, как привяжешься к новой семье. А Дерек точно знает, что рано или поздно переедет, потому что это происходит всегда.
- Салли выросла в семье, где принято, что ночью взрослые заходят к ней в комнату и трогают за интимные места. Поэтому каждую ночь Салли видит кошмары и просыпается от собственного крика.
- Дуглас привык к тому, что еду дают строго по часам. Поэтому он не слышит сигналы своего тела о голоде или насыщении. Дуглас ест все, что видит, - и ест до тех пор, пока вся еда не кончится.
- Линн выросла в стране, где принято укладывать несколько малышей в одну кровать. Просыпаясь, она каждый раз печально оглядывает постель в поисках своей «сестренки». Линн одиноко одной в кровати.
- Джанет привыкла к тому, что ее регулярно била биомать, которую Джанет все-таки любила. Теперь уже сама Джанет бьет тех, кого любит, потому что ей кажется, что люди выражают любовь именно таким образом.
- Анна выросла в приюте, где дети отбирали остатки еды у тех, кто не съедал свою порцию достаточно быстро. Теперь Анна не понимает, почему в новой семье все просят ее есть не спеша и не заглатывать пищу.

ПОЕЗДКИ НА ИСТОРИЧЕСКУЮ РОДИНУ

В последние годы среди тех, кто усыновил из-за рубежа, появились мода на туристические поездки на историческую родину детей. Мы убеждены, что родители должны принимать решение о возможности такой поездки, исходя прежде всего из интересов и чувств приемного ребенка. Задумайтесь, не двигает ли вами желание следовать моде? Действительно ли желание увидеть историческую родину исходит от самого ребенка или оно вызвано *вашим* стремлением сохранить его национальную культуру? Любые поездки на историческую родину должны быть инициированы самим ребенком. Возможно, их лучше вообще отложить тех пор, когда усыновленный ребенок достигнет подросткового или юношеского возраста и его мысли и чувства по этому поводу свяжутся в более или менее логичную систему.

Не забывайте, что культурная среда – это не просто страна рождения, а то место, где проходит наше детство. Проще говоря, откуда бы ни приехал усыновленный ребенок, вырастает он именно в американской культурной среде. Даже семьям иммигрантов не всегда удается сохранить у своих детей национальный язык и культуру. Дети быстро адаптируются в новой среде, и им всегда хочется быть похожими на сверстников. Так что если даже филиппинской семье трудно передать родным детям

свое культурное наследие в полном объеме, насколько высоки шансы на успех на этом же поприще у белых американских усыновителей ребенка с Филиппин?

Это не значит, что знакомить приемного ребенка с его исторической родиной не надо вообще, но если уж вы решили сделать это, прислушайтесь прежде всего к самому ребенку. Если усыновленный из России Дариус не хочет ходить на уроки русского языка, скорее всего, ему и не надо. Вот если он сам выскажет такое желание, тогда приемным родителям следует изучить все доступные варианты. У каждого ребенка складываются личные отношения с исторической родиной, и тут для приемных родителей действует одно простое правило: следует делать только то, что может принести хотя какую-то пользу ребенку.

Марко был усыновлен из Латинской Америки. Однажды приемные родители организовали для него туристическую поездку на родину. Они потратили много денег и сил, чтобы Марко было интересно: он побывал в музеях, обедал в ресторанах и увидел много достопримечательностей. Но вот что Марко рассказал впоследствии: «Ходить в музеи было очень скучно. Еда была просто ужасной – обычный гамбургер гораздо лучше. Я рад, что мы не живем в таких пачугах, как эти люди, и у нас по двору не бегают курицы».

А вот какие впечатления оставила такая же поездка у Анжелины, которую удочерили тоже из Латинской Америки: «Это была замечательная поездка. Было так интересно попробовать новую еду и посмотреть, как живут другие люди. Мне стало проще принять свое усыновление, потому что я увидела, какая жизнь ждала меня с родной семьей. Теперь я понимаю, что такое бедность и почему моя мать не могла оставить меня дома».

Одна поездка, два разных ребенка и два совершенно разных отзыва. Все дети разные, и прежде чем принимать окончательное решение, нужно хорошенько подумать, что подойдет именно для вашего ребенка.

Со своей стороны, мы можем гарантировать только одно: если эмоциональное состояние вашего ребенка нестабильно, сама по себе поездка на историческую родину его никак не улучшит. Его эмоциональное неблагополучие проявит себя как в России, так и в Корее, или в Коста-Рике, или в Китае, или где угодно еще.

Конечно, вопросы сохранения связей с биологической семьей и исторической родиной приемного ребенка очень разнообразны, сложны и заслуживают глубокого анализа. Надо признать их важность. Надо изучать их и хорошо понимать. Но все равно любое решение в этой области должно приниматься с учетом потребностей прежде всего самого ребенка.

ПРАЗДНИКИ ИЗ ПРЕИСПОДНЕЙ

Нет, вам не показалось. Любой праздник, даже день рождения или День матери⁷⁸, может открыть в вашем приемном ребенке не самые приятные стороны. Тем более, что большинство таких детей просто ненавидит любые сюрпризы.

До пятилетнего возраста Уильяма воспитывала психически больная биомать. Каждый раз мальчик гадал, зацепует ли она его с головы до ног или отшвырнет в другой угол комнаты. С пяти до десяти лет Уильям жил в замещающих семьях и в интернате. Опыт раннего детства с непредсказуемой биоматерью привел к тому, что мальчик буквально ненавидел сюрпризы. Как следствие, в новой приемной семье Уильяма любое Рождество или день рождения, когда принято делать друг другу неожиданные подарки, превращалось в сплошное расстройство.

Наконец мама Вильяма решила отказаться от попыток воспроизвести в жизни сцену «счастливый мальчик под рождественской елкой открывает свои подарки». Она взяла Уильяма вместе с собой в магазин, чтобы он заранее выбрал свои подарки. В его рождественском носке оказалась только пара мелких сюрпризов. Это было не то идеальное Рождество, каким его представляла мама Уильяма, но зато это было первое по-настоящему веселое Рождество для всех членов приемной семьи.

Бывает и так, что приемный ребенок просто не догадывается о родительских ожиданиях.

Михаил приехал из России в августе, когда ему исполнилось шесть лет. Через год мальчик вместе со своим классом приготовил открытку и подарок на День матери. Когда Михаил принес их домой, его приемная мама была просто в восторге. Утром в день праздника приемный отец зашел в комнату Михаила, чтобы помочь отнести подарок приемной маме. Но мальчик вдруг разрыдался. Почему приемная мама хочет забрать подарки, которые он готовил для своей родной матери? Он думал, что День матери – это такой день, когда в гости приезжает родная мать.

⁷⁸ *День матери* — международный праздник в честь матерей. В этот день принято поздравлять матерей и беременных женщин. В разных странах этот день приходится на разные даты, в основном в мире «День матери» отмечается во второе воскресенье мая. – прим. издателя.

Приемным родителям лучше приучить себя к максимальной ясности по вопросу любых семейных праздников и не тешить себя романтическими фантазиями в духе Нормана Роквелла⁷⁹ или Марты Стюарт⁸⁰. Чем родители прозаичнее, тем всем же лучше.

ОБЩЕНИЕ С БИОЛОГИЧЕСКИМИ РОДСТВЕННИКАМИ

Многие дети, которые до усыновления находились на государственном попечении, довольно тесно общались с биологической родней. Некоторые из них поддерживают эти связи и после усыновления, а другие планируют найти кровных родственников в будущем.

В последнее время появилась мода поощрять общение усыновленного ребенка с биологической семьей. У вас может возникнуть впечатление, что это подходит для всех случаев, однако это не так. Не следует забывать, что нередко именно биородители причиняли ребенку серьезный вред, а некоторые из них были осуждены за преступления против собственных детей. В таких случаях общение ребенка с бывшей семьей может быть небезопасным и для него, и для вас. Как ответственный родитель, вы обязаны оградить ребенка не только от откровенной опасности, но и от любых душевных потрясений. Это принцип распространяется и на общение ребенка со своими биородителями.

Как глава семьи, именно вы несете обязанность критически оценивать любые предложения выйти на контакт с биородственниками ребенка. Ниже мы предлагаем вопросы, которые в каждом конкретном случае помогут вам решить, следует выходить на связь или нет:

- Будет ли общение с этим биородственником полезно приемному ребенку?
- Если да, то чем именно?
- Будет ли такое общение безопасно для вашего ребенка?
- Если бы речь шла о человеке, не состоящим с ребенком в кровном родстве, считали бы вы его по-прежнему достойным доверия?
- Это общение затевается в интересах ребенка или ради прихоти специалиста органа опеки или другого чиновника?

⁷⁹ **Норман Роквелл** (*Norman Rockwell*, 1894-1978) - американский художник и иллюстратор, известный серией рождественских открыток и обложек для молодежных журналов. Роквелл предпочитал изображать жизнь «среднего класса» в небольших американских городках. – прим. издателя.

⁸⁰ **Марта Стюарт** (*Martha Stewart*, род. 1941) - создательница медиа-империи, нацеленной на то, чтобы воспитать из американских женщин «идеальных домохозяек», которые умеют удачно выходить замуж, правильно мыть посуду и консервировать овощи, подбирать стильную цветовую гамму занавесок и красиво сервировать праздничный стол и прочее. – прим. издателя.

Ответы на эти вопросы и ваши личные впечатления помогут принять верное решение. Открытое общение ребенка с биосемьей не всегда уместно. Например, сохранение контактов с кровными родителями, которые сами передали ребенка на усыновление в ответственной и тщательно спланированной форме, - это совсем не то же самое, что тюремные свидания с биородителем, осужденным за жестокое обращение с ребенком.

Что касается посещений со стороны родных братьев и сестер, то они могут быть как очень полезны, так и совершенно безумны. Когда такие встречи продуктивны, поведение вашего ребенка не ухудшается в течение нескольких недель до или после них. Если же в течение всего общения вы наблюдаете полный хаос, то следует хорошо подумать, нужно ли это вашей семье в целом и ребенку в частности.

Никто не сможет дать ответы на все вопросы. Нет волшебной пилюли, которая помогала бы всем больным без исключения. Все дети разные. Все семьи разные. Но чем больше вы знаете и понимаете, какую потерю пережил ваш ребенок и какова его личная история, а также какие источники помощи доступны лично вам, - тем легче будет найти путь к счастливой семье.

Глава 9

КАК НАЙТИ ДЕЙСТВЕННУЮ ПОМОЩЬ

В ПОИСКАХ «ПРАВИЛЬНОГО» ПСИХОЛОГА

Важно, чтобы те приемные родители, кому понадобилась профессиональная помощь, могли найти ее сравнительно быстро. К сожалению, не всегда так получается. В этой Главе мы хотели бы рассказать вам, где и какую помощь следует искать. Ведь профессиональное вмешательство, не несущее никакой пользы, может принести даже больше вреда, чем полное его отсутствие. Поэтому советуем родителям проявить изобретательность и не прекращать поиски, пока ни найдете именно то, что нужно вам и вашему ребенку.

Усыновители часто обнаруживают, что не могут справиться с возникающими проблемами без помощи профессионалов. Дело в том, что в наши дни практически все усыновления в США, включая и международные, касаются детей с самыми различными особыми потребностями. И хотя с некоторыми проблемами приемным родителям удастся справиться самостоятельно, в остальных случаях они вынуждены обращаться за профессиональной психиатрической, медицинской или педагогической поддержкой.

Мы регулярно становимся свидетелями того, каким осуждением, непониманием и некомпетентностью некоторые наши «коллеги»-психологи встречают и без того отчаявшихся приемных родителей, попавших к ним на прием. Вот примеры лишь некоторых реальных комментариев, до которых никогда не должен опускаться действительно квалифицированный психолог:

“Зачем вы усыновили таких трудных детей?”

“А чего вы ждали, когда решили взять в семью троих детей вроде этих?”

“Вам не следует принимать поведение ребенка на свой счет”.

Каждая из этих фраз показывает глубокое непонимание как сути усыновления и его этапов, так и роли усыновляемого и усыновителей. К психологу приходят за поддержкой, а не за критикой или обсуждением мотивов усыновления. Меньше всего семье, оказавшейся в беде, нужен приговор от собственного психолога.

Приемные родители также часто слышат предложения «отдать ребенка обратно». Наш встречный вопрос: *отдать куда?* Интересно, если к такому специалисту обратится семейная пара с какими-либо трудностями, он даст такой же совет? А что бы он посоветовал родителям, обратившимся с проблемами в отношениях с родными детьми?

При выборе психолога первым делом следует посоветоваться с другими замещающими семьями. К счастью, интернет наводнен форумами и информационными сайтами на тему усыновления. Такие же родители, как и вы, - вот лучший источник информации, и наш опыт показывает, что большинство приемных семей отлично

понимают это.

Большинство родителей стесняется «допрашивать» потенциального психотерапевта во время первой встречи, но это более чем приемлемо. Советуем вам прежде всего выяснить, каков у этого специалиста опыт работы с усыновителями; с серьезными поведенческими проблемами; с чувствами утраты и горя; с чувством гнева. Если вы считаете, что у вашего ребенка есть отдельные проблемы привязанности или «полноценный» синдром реактивного нарушения привязанности, спросите у специалиста, есть ли у него опыт работы именно с этим расстройством, и если да, то какие методы лечения он применяет.

Ниже мы перечислим принципы, которые, на наш взгляд, составляют стержень адекватной терапии в области усыновления:

- Родители должны быть активными участниками терапии. При работе с серьезными нарушениями индивидуальная терапия, сфокусированная на одном только ребенке, результатов не приносит.
- Психотерапевт должен относиться к приемным родителям как к равноправным членам команды. В конце концов, только родители могут помочь ребенку по-настоящему исцелить свои душевные раны.
- У ребенка и психотерапевта не может быть секретов от приемных родителей. Родители должны знать *все*, что в ходе лечения становится известно психотерапевту.
- Психотерапевт не должен вступать с родителями в сделки относительно поведения ребенка, например: «Если Дима будет хорошо себя вести, можно он ляжет сегодня спать попозже?» Такие «особые договоренности» не только нарушают естественное равновесие сил в семье, но и делают из психотерапевта удобного для ребенка союзника в его попытках манипулировать приемными родителями. Противостояние между ребенком, его приемными родителями и психотерапевтом не поможет терапии достичь своих истинных целей.
- Психотерапевт обязан уважать систему ценностей приемной семьи. И каковы бы ни были его собственные убеждения, он обязан поддерживать родителей в их желании привить эту систему ценностей приемному ребенку.

Родителям следует основательно подготовиться к началу психотерапии. Нередко первый неудачный опыт общения с психологом либо подрывает у родителей доверие к последующим специалистам, либо отбивает у них вообще какое-либо желание обращаться за профессиональной помощью.

Безоговорочно следовать рекомендациям можно только того специалиста, который уже успел заслужить ваше доверие. Хотя большинство приемных родителей не виноваты в проблемах своего приемного ребенка, именно они обязаны обеспечить квалифицированную помощь для их преодоления.

Впервые эта Глава была опубликована весной 2001 года в информационном бюллетене организации в области усыновления “Самоцвет среди самоцветов” (Jewel Among Jewels Newsletter), www.sherrieeldridge.com.

Глава 10

ЗАДАЙТЕ ВОПРОС СПЕЦИАЛИСТУ

ВОПРОСЫ-ОТВЕТЫ О ДЕТЯХ С НАРУШЕНИЕМ ПРИВЯЗАННОСТИ

Предлагаемые вашему вниманию вопросы-ответы были первоначально опубликованы в колонке «Задайте вопрос специалисту», которую доктор Кек вел в журнале «Контакт» Совета по социальному обслуживанию детей округа Вейн, г.Вустер, штат Огайо⁸¹. В эту колонку усыновители присылали самые разные вопросы, и нам показалось, что ответы на них будут интересны и для читателей настоящей книги.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Наш пятнадцатилетний приемный сын не умеет контролировать свой гнев. Он находится в состоянии постоянного внутреннего кипения с самого раннего детства. В три года у него диагностировали также гиперактивность. Примерно в то же время мы усыновили еще одного ребенка. Может быть, между поведением старшего сына и фактом появления в семье второго ребенка есть какая-то связь, но мы не уверены в этом.

В последние годы мы посадили сына на особую диету, и нам кажется, это помогло немного умерить вспышки гнева. Но все равно наши силы на исходе, потому что сам ребенок не прилагает никаких усилий, чтобы победить свой гнев. Он просто избегает любого обсуждения своих проблем и переживаний.

Есть ли у вас какие-нибудь советы для подобных случаев? И какие последствия эффективны для подростков его возраста?

Озабоченные родители

Уважаемые Озабоченные родители!

Проблема неконтролируемого гнева хорошо знакома многим родителям, воспитывающим детей, которые в раннем детстве пережили потерю, травму или разлуку с близкими родственниками. Гнев из раннего детства сильно отличается от гнева подросткового периода, вызванного поиском своего «я», отделением от родителей и растущей самостоятельностью ребенка. Если по мере взросления ребенка его гнев только растет, то, скорее всего, он связан с душевной травмой, причиненной

⁸¹ “The Connection”, newsletter of the Wayne County Children Services Board in Wooster, Ohio.

в самые первые годы жизни. У приемного ребенка истоки раннего гнева могут крыться в обстоятельствах его жизни как с биологическими родителями (они в принципе имеют особое влияние на характер ребенка), так и с усыновителями, да и вообще в любых событиях, предшествовавших зарождению гнева.

Вероятнее всего, гиперактивность вашего сына никак не связана с появлением в семье второго ребенка. Поскольку гиперактивность - то есть состояние, которое формально диагностируется как «синдром дефицита внимания и гиперактивности»⁸², - является врожденным органическим нарушением, я не думаю, что появление в семье второго ребенка способно само по себе спровоцировать хронический гнев и гиперактивность у старшего сына, хотя на динамике уже существовавшего нарушения оно могло бы отразиться.

Что касается диеты вашего сына, то известные мне научные исследования не показали существенной связи между рационом ребенка и особенностями его поведения.

Мне кажется, что на данном этапе справиться с проблемой хронического гнева у вашего сына без профессиональной помощи невозможно. Если бы с гневом вашего сына можно было бы справиться одними педагогическими мерами, то вы бы уже давно заметили изменения к лучшему. Сперва специалист выяснит, что изначально вызвало гнев. Затем он поможет ребенку определить, когда и почему этот исходный «спусковой крючок» гнева срабатывает в его нынешней жизни.

Что касается вашего вопроса о возможных последствиях для подобных вспышек гнева, то ответ на него занял бы слишком много места. Поэтому я просто предложу вам и другим читателям обратиться к книге доктора Фостера Клайна и Джима Фэя «Воспитывая подростков с любовью и логикой»⁸³ о педагогической коррекции разнообразного неадекватного поведения у подростков.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Четыре месяца назад мы с мужем усыновили нашего второго ребенка с особыми потребностями. Мы хотели бы принять в семью как минимум еще двоих детей, но специалист агентства по усыновлению⁸⁴, который курирует нашу семью, на-

⁸² *Синдром дефицита внимания и гиперактивности (Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD))* — неврологическо-поведенческое расстройство развития, которое проявляется такими симптомами, как низкая концентрация внимания, гиперактивность и плохо управляемая импульсивность (подробнее об этом синдроме на <http://adhd-kids.narod.ru/>). - прим. издателя.

⁸³ Foster W. Cline, Jim Fay, *Parenting Teens with Love and Logic: Preparing Adolescents for Responsible Adulthood*.

⁸⁴ В США усыновить ребенка можно либо с помощью агентства по усыновлению, либо самостоятельно (такое усыновление называют «независимым»). Чтобы участвовать в усыновлении в конкретном штате, агентство должно получить специальную лицензию. Агентства могут быть как частные, так и государственные. Обычно частные специализируются на усыновлении новорожденных и детей до года, а государственные ищут постоянные семьи для детей постарше из временных замещающих семей или приютов. – прим. издателя.

стоятельно советует выждать какое-то время. Однако мы чувствуем, что вполне готовы увеличить нашу семью уже сейчас. Как вы считаете, сколько надо ждать после усыновления, чтобы принять в семью еще одного ребенка? Заранее спасибо за ответ.

Усыновительница

Уважаемая Усыновительница!

Первый ответ, который пришел мне в голову: «Все очень индивидуально». Я думаю, что вообще на все вопросы в области усыновления надо отвечать именно так. В конце концов, никто не знает точно, почему в одних случаях ребенок хорошо приживается в приемной семье, а в других его возвращают в детский дом. Практика усыновления знала так много разных «модных течений», что это учит нас лишь тому, что ни одно из них не может быть каноном.

Одно можно сказать наверняка – важно, чтобы каждый ребенок нашел себе постоянную семью как можно скорее. И пока мы выжидаем какой-то условный период времени, чтобы ребенок или его потенциальная семья «созрели» для встречи друг с другом, драгоценные детские годы, столь критичные для развития ребенка, неумолимо проходят. Они не ждут ни новых профессиональных подходов, ни изменений в практике усыновления, ни современных педагогических теорий, ни чего-то еще.

В жизни ребенка любое «временное» должно быть очень коротким. Вспомните свое собственное детство: какой долгой казалась ночь накануне Рождества! А школьный день! Детское ощущение времени чрезвычайно отличается от того, как воспринимают тот же отрезок времени взрослые.

Поэтому принимая решение о помещении в семью нового ребенка, задайте себе (помимо общих соображений, приведенных выше) еще и такие вопросы:

- Насколько семья привыкла к уже усыновленному ребенку?
- Как чувствует себя в семье сам усыновленный ребенок?
- Что для него будет означать появление еще одного ребенка?
- Планируете ли вы принять еще одного ребенка в любом случае? Если да, какой смысл откладывать неизбежное и заставлять второго ребенка ждать?

Сегодня так много детей лишены нормального семейного воспитания, что мне кажется, надо только поощрять скорейшее помещение ребенка в постоянную семью. С одной стороны, если вы действительно хотите взять еще одного ребенка и у вас нет никаких особых причин откладывать этот процесс, то я бы сказал, что пора приступать к делу. С другой стороны, из вашего письма я не могу видеть всей картины, и поэтому могут быть обстоятельства, которые объясняют, почему ваш куратор предпочитает не спешить с передачей в семью очередного ребенка. Но в любом случае я уверен, что специалистам в области усыновления следует регулярно пересматривать привычные убеждения и подходы. Мы должны постоянно

«перетряхивать» наш профессиональный багаж, чтобы в итоге научиться еще быстрее и эффективнее находить для наших детей то, что им нужно больше всего, – постоянную семью.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Мой вопрос касается одиннадцатилетнего приемного сына. У него есть очень неприятная привычка мочиться в самых неуместных местах своей комнаты – например, из окна, в щель в шкафу или на ковер. Один раз (насколько нам известно, это больше не повторялось) он даже накакал в шкаф. Мы пробовали много способов, чтобы помочь ему решить эту проблему, например, ставили в комнате ведро, куда он мог пописать, если не успевал добежать до туалета. Но ничего не помогает. Нельзя сказать, что наш сын делает это постоянно. Бывает, что целый месяц все в порядке, но потом он вдруг начинает делать это снова.

Я хотела спросить, почему он так поступает и что можно сделать, чтобы прекратить это?

Измученная мама

Уважаемая Измученная мама!

В своей практике я довольно часто сталкиваюсь с похожими проблемами у приемных детей. В большинстве случаев они свидетельствуют о том, что ребенок пережил серьезные душевные потрясения и, как следствие, в той или иной степени страдает от расстройства привязанности.

Ребенок, который испытал острую душевную или физическую боль в раннем детстве, как будто постоянно пытается исторгнуть из своей жизни такие вещи, как эмоциональная близость, любовь, боль и контроль со стороны взрослых. И проблемы с испражнением, аналогичные описанному в вашем письме, такие дети допускают совершенно сознательно с целью послать своим приемным родителям определенный сигнал. Не хотелось бы использовать слишком грубые выражения, но ваш приемный сын, по сути, *выполняет* то, что другие люди всего лишь *говорят* в состоянии гнева. Например, он показывает вам, что буквально «срать хотел на это!», или дает (а не говорит) вам «дерьмо!». И думаю, это послы до вас вполне доходит. Именно потому, что такое поведение очень оскорбительно для родителей, оно очень распространено среди детей, испытывающих хронический гнев. Ваш сын знает, что у вас нет никакой власти над той частью его тела, которая отвечает за испражнения, – как и над остальной его жизнью. Он хочет именно обидеть вас, и мне кажется, ему это удастся.

Другая причина такого поведения может заключаться в том, что таким образом ребенок пытается воссоздать ощущение родного дома. Многие брошенные дети часами или даже днями оставались дома одни, и некому было поменять им труси-

ки или памперсы. Когда они воссоздают знакомые запахи из прошлого, чувство узнавания может давать ребенку определенный душевный комфорт.

К сожалению, мы никак не можем управлять поведением ребенка в этой области, но моя практика показывает, что есть некоторые приемы, которые могли бы вам помочь. Например, своим пациентам с похожей проблемой я часто говорю так: «Мне кажется, ты из тех ребят, которым особенно нравятся моча и какашки, - ведь они постоянно появляются у тебя в комнате. У меня есть идея. Я попрошу твоих родителей разрешить тебе следить за всеми местами в доме, где бывают твои самые любимые вещи. Например, ты можешь чистить все туалеты в доме, собирать за собакой в саду и вычищать кошачий туалет. Заодно и маму свою разгрузишь. Я вообще считаю, что все дети должны делать то, что им нравится, поэтому давай попробуем сделать так и посмотрим, что будет дальше!» Как правило, такого рода домашние обязанности быстро искореняют «туалетную» проблему.

Моя практика показывает, что творческий подход приносит большие успехи в подобных случаях, и я всячески поощряю вас подходить к вопросу естественных последствий для такого поведения вашего сына тоже максимально творчески.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Я уверена, что каждый ребенок нуждается и заслуживает того, чтобы воспитываться в постоянной, безопасной и любящей семье. Но должно ли усыновление быть абсолютным приоритетом для всех подростков, которые воспитываются в замещающих семьях? Должно ли оно оставаться целью для тех из них, которые долгие годы воспитываются в одной и той же замещающей семье, и их воссоединение с биологической семьей ни возможно, ни необходимо (например, в силу судебного решения)? Как мне, представителю органа опеки и попечительства, лучше всего поднять вопрос усыновления с конкретным подростком, который откровенно сомневается и боится такого развития событий?

Озабоченный Специалист по усыновлению

Уважаемый Специалист!

Похожие вопросы часто возникают и в профессиональной среде, и в обществе в целом. Я думаю, что найти ответ можно, лишь задав себе такой вопрос: «А каковы альтернативы?».

В конце концов, большинство из нас пользуются родительской поддержкой на протяжении всей своей жизни, а значит, *после* совершеннолетия этих лет общения накапливается гораздо больше, чем *до* него. И тот факт, что органы опеки не участвуют в жизни ребенка-сироты после достижения им совершеннолетия, совсем не означает, что ему не нужна поддержка семьи и во взрослом возрасте.

Мы пытались решить эту проблему через программу обучения навыкам самосто-

ательной жизни. Но при всем уважении к этим затеям я вынужден признать, что и среди «домашних» детей очень немногие восемнадцатилетние способны быть по-настоящему самостоятельны. А среди детей-сирот, пострадавших от ранних душевных травм и разрушенных семейных связей, таких еще меньше. Уверен, что вы согласитесь с тем, что большинство подростков не смогли бы стать полноценными и адекватными взрослыми без семейной поддержки. Умные программы помогают нам, как обществу, облегчить коллективное чувство вины за судьбу детей-сирот, но они не способны повернуть вспять законы человеческого развития.

С учетом вышесказанного я убежден, что поиск усыновителей следует продолжать и в отношении детей старшего возраста. Все равно понятие «долговременная замещающая семья» несет отпечаток временности, а вот «усыновление» всегда подразумевает постоянство.

Большинство подростков относятся к усыновлению с некоторой опаской и даже страхом, и задача сотрудников органов опеки и других специалистов - помочь их преодолеть. Мне кажется, что если бы подросток понимал, какова реальная альтернатива усыновлению, а именно: выживание без семейной поддержки, без помощи, без прикрытых тылов, но с полной личной ответственностью за все жизненные неудачи, - она испугала бы его не меньше. Конечно, если ребенок категорически отказывается обсуждать даже возможность усыновления, то к нему следует прислушаться. Но при этом ребенку надо четко объяснить, что перед ним не стоит выбор «усыновление» или «долговременная замещающая семья». На самом деле, он выбирает между усыновлением на всю жизнь или проживанием в замещающей семье до тех пор, пока он не будет предоставлен самому себе. Такое описание дел не только больше соответствует действительности, но и помогает ребенку сделать более осмысленный выбор.

Как показывает моя практика, большинство пациентов, усыновленных уже в подростковом возрасте, очень ценили поддержку своих новых семей. Они были счастливы, что им тоже наконец-то досталось то, что всегда было у их сверстников – собственные родители. К самим родителям они начинали обращаться «мама» и «папа» не сразу, но зато почти сразу начинали с гордостью упоминать о них в разговорах с посторонними, как о «моей маме» или о «моем папе». Когда кто-то говорит (или думает): «Этот ребенок слишком взрослый для усыновления», на самом деле он имеет в виду: «Он слишком взрослый для семьи». Но многие ли из нас могли бы сказать такое о самих себе?

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Как известно, книга жизни⁸⁵ имеет большой терапевтический эффект для усыновленного ребенка. Как вы думаете, что лучше: чтобы ребенок просматривал эту книгу вместе с родителями или с психотерапевтом? И что делать, если ребенок

⁸⁵ В США *книгой жизни* называют специальный альбом с фотографиями из жизни приемного ребенка. – прим. издателя.

просит приемного родителя каждый день вместе с ним просматривать его книгу жизни, но в итоге только расстраивается? Должен ли родитель в таких случаях убрать на время книгу жизни? Посоветуйте, пожалуйста, как приемным родителям вести себя в подобных ситуациях.

Любознательный сотрудник опеки

Уважаемый Сотрудник опеки!

Действительно, книга жизни имеет большое значение для многих приемных детей. Не будем забывать, что такие книги составляют только в тех случаях, когда существенные родственные связи у ребенка были прерваны в самом раннем детстве. Тот, кто пишет такую книгу, надеется тем самым помочь ребенку склеить разрозненные отрывки прошлой жизни в единый рассказ, который можно время от времени перечитывать. Дети обычно любят просматривать книгу жизни и для того, чтобы вспомнить и обдумать пережитое. Когда отдельные эпизоды жизни выстраиваются в логический ряд, ребенок начинает лучше понимать, кто он и где и как его прошлое связано с настоящим.

Я убежден, что при желании ребенка приемная семья может просматривать книгу жизни вместе с ним. Если же такой просмотр происходит в кабинете психотерапевта, то его задачи будут иными. В любом случае я считаю, что ребенок должен иметь свободный доступ к своей книге жизни в любое время. Если ребенок еще мал, книгу жизни можно положить туда, где он ее сам не достанет, но всегда сможет получить ее с помощью родителей. Дело в том, что дети зачастую пытаются уничтожить отдельные части своей книги жизни, поэтому будет лучше, чтобы родители знали обо всех просмотрах этой книги ребенком. Если ваш ребенок тоже был замечен в порче имущества, советую сделать цветные ксерокопии наиболее важных материалов, включая редкие фотографии.

Что касается желания ребенка просматривать свою книгу жизни каждый день, то его следует обсудить со специалистом. Мне лично кажется, что если ребенок проявляет такой чрезмерно повышенный интерес к своей истории слишком долго, необходимо выяснить его истинную природу. Напротив, желание ребенка просмотреть свою книгу жизни лишь на определенных этапах жизни – например, во время каникул, на день рождения и так далее – кажется мне вполне уместным. В том случае, если во время или после просмотра книги жизни ребенок заметно возбуждается, а его поведение ухудшается, я рекомендую обсудить правила просмотра книги со специалистом. Внешнему наблюдателю бывает легче понять, что именно в книге жизни вызывает у ребенка подобную реакцию.

Только в крайних случаях я рекомендую родителям прятать от ребенка книгу жизни. Если ребенок склонен к порче книг, вам следует постоянно держать ее в поле зрения. Ведь будет очень трудно или даже невозможно восстановить уничтоженные документы, если у ребенка проснется к ним интерес в будущем. Но, как я уже говорил, если просмотр книги жизни явно причиняет ребенку чрезмерный душевный дискомфорт, родителям следует обратиться за профессиональной консультацией.

В заключение я хотел бы посоветовать родителям при составлении книги жизни

описывать даже самые травматичные события из жизни ребенка как можно честнее. В моей практике встречались прекрасно составленные и украшенные книги жизни, по прочтении которых оставалось непонятно, почему все-таки ребенок был изъят из биологической семьи. А ведь книга жизни создается именно для того, чтобы дать ребенку *реалистичное* представление о его прошлом, - и оно почти всегда включает очень болезненные и неприятные эпизоды. Если эта правда настолько тяжела для составителя книги жизни, что он не в состоянии составить честный отчет о прошлом ребенка, то ребенку будет только труднее разобраться в причинах разлуки с био-семьей. И эта путаница лишь затруднит адаптацию и формирование привязанности ребенка к новой семье. Поэтому не забывайте честно отражать в книге жизни *все* аспекты прошлого ребенка. Не поддавайтесь искушению умалить или приукрасить события, представив их в более выгодном свете, чем было на самом деле.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Мы усыновили ребенка наших родственников, которого в родной семье жестоко избивали уже в первый год жизни. Сейчас нашему сыну двенадцать лет, и весь свой немалый гнев он направляет на меня, свою приемную мать, но не на моего мужа. Точно так же он проявляет полное неуважение и непослушание в отношении других женщин, например, учительницы в школе или тренерши по плаванию, хотя никогда не ведет себя подобным образом с педагогами-мужчинами. Почему наш сын так плохо относится именно к женщинам - ведь в детстве его избивал отец, а не мать? Как можно изменить это отношение? Мы уже начали искать психотерапевта. Как вы думаете, имеет значение, будет это мужчина или женщина?

Мама, которой нужна помощь

Уважаемая Мама!

С проблемой, подобной вашей, сталкиваются многие отчаявшиеся приемные семьи по всему миру. Самый очевидное и простое объяснение состоит в том, что все случаи нарушения привязанности в раннем возрасте связаны с утратой веры ребенка в способность матери любить и защищать его. Даже если источником физической боли был отец (как в вашем случае), ребенок подсознательно считает, что ответственность за такое положение дел несет мать, которая должна была защитить и обеспечить личную безопасность ребенка. Вам не повезло в том, что именно вы занимаете сейчас место матери в жизни вашего сына, и поэтому именно на вас он направляет весь свой гнев.

Недавно ко мне на прием пришел пятилетний мальчик, который крайне агрессивно относился к своей приемной матери. Меня предупредили, что этот ребенок никогда не говорит о родной матери, но первый же наш разговор разворачивался так:

- Др. Кек: Так это ты тот мальчик, у которого внутри много злости?
Ребенок: Ну да.
Др. Кек: А где ты ее взял?
Ребенок: У Хитер. (так звали его родную мать)
Др. Кек: Как она смогла передать тебе всю эту злость?
Ребенок: Она не заботилась обо мне. Она бросала меня одного. Она заперала меня в шкафу.

Как видите, даже пятилетний ребенок с эмоциональными нарушениями смог довольно ясно описать, что с ним происходит. Это была наша самая первая встреча, но мальчик потом еще долго рассказывал мне, как теперь он передает «всю свою злость» приемной матери.

Довольно часто дети распространяют свое чувство гнева на всех женщин сразу. Они считают женщин слабыми, неспособными защитить, некомпетентными, глупыми, а мужчин, напротив, - сильными и умелыми. Именно через подобное противопоставление таким детям часто удается расколоть родителей и семью в целом на два враждующих лагеря.

Судя по всему, вы работаете над проблемой вашего сына уже много лет, но если до сих пор вам так и не удалось ее преодолеть, то пора подумать о терапии. В нынешнем состоянии ваш сын просто не сможет нормально функционировать в обществе. В конце концов, начальником на его первой работе вполне может оказаться женщина.

Выбирая специалиста, учтите, что важен не его пол, а уровень квалификации. Это должен быть человек (неважно, мужчина или женщина) с сильной волей, умеющий управлять и направлять, а также хорошо разбирающийся в вопросах усыновления, утраты и скорби, привязанности и эмоциональной травмы. В вашем случае мягкая и «зацикленная» на ребенке терапия просто противопоказана. Напротив, вы и ваш муж должны быть полноценными участниками на всех этапах терапии. Вашего сына надо «поставить на правильные рельсы» именно в контексте семейного общезития, а не в качестве автономной единицы, и поэтому вы, родители, должны быть ключевыми игроками терапевтической команды.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Мы усыновили нашего семилетнего сына из-за рубежа. Там же нам сообщили, что у него есть младший брат, который тоже воспитывается в приюте. В то время его нельзя было усыновить, но нам пообещали сообщить, как только это будет возможно. Более того, у нас был приоритет на усыновление младшего брата, как у усыновителей старшего.

С тех пор прошло три года, но с нами никто так и не связался по поводу второго брата. Мы сами не говорили нашему сыну о том, что у него есть брат, и нам кажет-

ся, что он и раньше о нем ничего не знал, потому что из-за разницы в возрасте они находились в разных группах. И теперь мы не уверены, надо ли рассказывать об этом нашему сыну. Мы надеемся когда-нибудь показать ему историческую родину – и может быть, даже приют, – но хотелось бы сначала убедиться, что он готов к этому в эмоциональном плане.

Скорее всего, младший брат никогда не станет членом нашей семьи, и нам кажется, что лишние знания могут вызвать у нашего приемного сына скорее чувство потери, чем радости. Он как-то говорил нам, что хотел бы иметь брата, и мы опасаемся, что если расскажем, что у него уже есть брат, он будет спрашивать, почему тот не может жить вместе с нами. Посоветуйте, пожалуйста, как лучше поступить с информацией о биородственниках ребенка? Тот факт, что мы не рассказываем сыну правду, считается обманом или же можно считать это попыткой защитить его?

Родители на страже семьи

Уважаемые Родители!

Ваш вопрос актуален для многих усыновителей. Сразу скажу, что лично я горячий сторонник того принципа, что с приемным ребенком нужно делиться всей информацией, которая стала известна приемным родителям, социальным работникам и кому-либо еще из ближнего круга ребенка. Если она касается ребенка, то он имеет полное право ее знать.

Многие приемные дети подозревают (причем совершенно справедливо), что им неизвестны целые куски их жизни. Рассказывая ребенку о неизвестных фактах его прошлого, родители и специалисты могли бы помочь восстановить эти провалы. Людям, которые выросли в родной семье, часто кажется, что какие-то детали не особо важны. Но это заблуждение, свойственное тем, кто о себе-то знает все и у кого в собственной биографии нет ни одного «пустого места», которое было бы невозможно восстановить без посторонней помощи. Усыновленные дети, напротив, часто сталкиваются с тем, что в их прошлом есть «пробелы», в том числе такие, которые они никогда не смогут заполнить. Поэтому на приемных родителях лежит обязанность помочь ребенку узнать как можно больше правды.

Более того, рассказать ребенку о его прошлом следует как можно раньше. Некоторые родители предпочитают выждать, пока ребенок «созреет», но это всегда случается слишком поздно. Как правило, такое выжидание выходит боком самим же родителям. Услышав наконец правду, ребенок рассуждает так: «Интересно, а что еще они от меня скрывают, потому что я якобы не дорос?» Откладывание открытого разговора подрывает доверие ребенка к родителям.

Родителям постоянно приходится говорить с детьми о вещах, смысла которых те еще не понимают или о существовании которых даже не догадываются. Вспомните, как взрослые разговаривают с младенцами. Несмотря на то, что младенец наверняка не понимает всего того, что слышит, это общение стимулирует его развитие и подготавливает его мышление к тому моменту, когда ребенок начнет, наконец-то, понимать сказанное.

Я не советовал бы вам начинать разговор о брате вашего сына, как о чем-то из ряда

вон выходящем. Не надо приглашать ребенка на некий «серьезный разговор». Напротив, лучше всего сообщить об этом как бы между делом, когда наступит подходящий момент, и вы будете чувствовать себя расслабленно и уверенно. Но этот разговор должен состояться в ближайшем будущем. Высока вероятность, что ваш сын воспримет это известие гораздо менее драматично, чем вы ожидаете.

Вот как можно было бы поднять эту тему: например, если когда-нибудь в разговоре всплывет тема братьев и сестер – допустим, что-нибудь о брате или сестре вашего общего знакомого, - вы могли бы сказать вашему сыну что-то вроде: «Помнишь, в приюте вместе с тобой воспитывался и твой младший брат? Нам сказали, что ты знаешь о нем, и я просто хотела понять, помнишь ли ты его». По реакции ребенка вы поймете, стоит ли развить эту тему или лучше ее пока оставить. Рано или поздно она обязательно возникнет снова, и тогда вы сможете обсудить все подробнее.

И последнее замечание: многие усыновители планируют показать ребенку его историческую родину, но я думаю, что в этом вопросе важно ориентироваться на желания самого ребенка. Такую поездку стоит устраивать только ради ребенка – а не для того, чтобы выполнить некий мнимый моральный долг. Дети младшего возраста обычно мало интересуются подобными поездками, но вот для подростка она может дать очень ценный опыт - при условии, что инициатива такой поездки исходит именно от ребенка. Я как-то участвовал в одной такой поездке и хорошо помню, что детям гораздо больше нравилось перекусывать в местных аналогах «Макдональдс», чем дегустировать блюда своей исторической родины. Не забывайте, что каждый ребенок уникален и не может быть единого решения для всех.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

У меня есть тринадцатилетний приемный сын, чья биологическая мать – наша кровная родственница, с которой мы до сих пор регулярно пересекаемся. Мой сын не знает об этом родстве, хотя и спрашивает иногда, кто его биологические родители. Я не рассказала правду потому, что биологическая мать не хочет, чтобы ребенок знал об их родстве. В свое время она дала мне очень ясно понять, что я не должна ничего рассказывать ребенку.

Я хочу открыть сыну правду, когда ему исполнится двадцать один год⁸⁶. Я обещаю ему это каждый раз, когда он спрашивает, кто его родная мать. Но иногда я спрашиваю себя, правильно ли поступаю. Мне кажется, в двадцать один год мой сын сможет правильно воспринять не только правду о своем происхождении, но и возможную отрицательную реакцию своей биоматери, которая угрожала мне, что если я открою этот секрет, она никогда больше не будет встречаться с нами и не разрешит второму своему ребенку видеться с нашим сыном.

Еще я беспокоюсь о том, что сын может узнать правду раньше срока. Бывало так, что окружающие отмечали сходство нашего сына с его биоматерью и ее вторым

⁸⁶ Возраст полного совершеннолетия в США. – прим. издателя.

ребенком. Я беспокоюсь, как поведут себя эти двое детей, когда узнают, что они кровные родственники. Не перестанут ли они вообще доверять взрослым? Пожалуйста, посоветуйте, что мне делать, если мой сын узнает, кто его родная мать.

Запутавшаяся мама

Уважаемая Мама!

Вы задали мне очень непростой вопрос... Но, к сожалению, именно такие вопросы обычно возникают в тех случаях, когда усыновляемый ребенок и усыновители находятся в кровном (но не прямом) родстве. Ниже я дам несколько общих советов, которые могли бы пригодиться широкому кругу читателей. Что касается конкретно вашего случая, то он представляется слишком сложным, чтобы я мог исчерпывающе ответить на все ваши вопросы заочно, не уточнив всех обстоятельств дела и не познакомившись с вами лично.

Можно сказать, что сегодня большинство специалистов по усыновлению исповедуют принцип максимальной открытости. Ведь, как вы сами отметили в своем письме, пока от ребенка что-то скрывают, существует опасность, что, узнав правду, он утратит всякое доверие к взрослым. Существует общее заблуждение, что способность правильно воспринимать непростые темы формируется у человека к восемнадцати годам (возраст формального совершеннолетия) или к двадцати одному году. Но на самом деле ни одна из этих цифр не является «волшебной», и не надо ожидать, что человеку проще переварить непростую правду о своем прошлом именно в более зрелом, нежели более юном, возрасте.

Что касается вашего случая, то даже те немногие факты, которые стали мне известны из вашего письма, позволяют мне с уверенностью предсказать, что когда ваш сын наконец узнает правду, его первой реакцией будет гнев и чувство предательства: оказывается, столько лет его родная мать была совсем рядом, а он не догадывался об этом. Возможно, со временем столь острая первая реакция сгладится, но это будет непростой процесс, который потребует участия профессионального психолога.

Судя по вашим вопросам, вы правильно оцениваете наиболее «опасные повороты», и я разделяю вашу тревогу. Я советую как можно скорее проконсультироваться со специалистом именно в вопросах усыновления, который мог бы посоветовать конкретный план действий в столь непростой ситуации. С вашей стороны было очень правильно задуматься об этой проблеме уже сейчас. Такое отношение дает надежду на то, что когда подойдет время главного разговора, вы выстроите его грамотно и с учетом наиболее важных и чувствительных моментов.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

В следующем году наш приемный сын собирается пойти с классом в двухдневный поход, и эта перспектива меня беспокоит. Дело в том, что до появления в нашей семье мальчик подвергался сексуальному насилию, и с тех пор его поведение бывает иногда провокационным в сексуальном плане. Но если наша семья и наш дом к этому готовы, то палаточный лагерь вызывает у меня сомнения. Там наш сын будет спать в общей палатке с другими детьми под присмотром школьных учителей. Что бы вы могли посоветовать в таких случаях? Мы не знаем, стоит ли отпускать сына в этот поход, собственноручно создавая ситуацию, в которой он не сможет вести себя правильно. Кроме того, мы беспокоимся и за безопасность других детей. С другой стороны, можно попробовать отправить его в этот лагерь всего на один день, а вечером забрать домой, например.

Ваше мнение очень для нас важно.

Встревоженные родители

Уважаемые Родители!

К сожалению, я не знаю, в чем именно проявляется провокационность в поведении вашего сына, поэтому мне сложно дать однозначный совет. Но думаю, вы поступили правильно, когда оборудовали свой дом специальным образом. Такого рода меры не только гарантируют безопасность окружающих, но и становятся эффективными внешними ограничителями для неприемлемого поведения вашего сына. Вообще, внешние ограничители бывают очень полезны для детей, которые либо не умеют контролировать свои порывы, либо склонны к неудачным решениям. Внешние ограничители нужны как раз для того, чтобы под их действием ребенок со временем выработал собственную систему внутреннего контроля. В конце концов, именно это происходит при нормальном развитии ребенка, когда родители контролируют, направляют и ограничивают его ровно до тех пор, пока он не научится делать это сам. Если поход с классом – это первый самостоятельный «выход в свет» вашего сына без родительского сопровождения, я бы тоже засомневался насчет ночевки. Думаю, в классе вашего сына в основном учатся дети без серьезных нарушений. Если так, то сопровождающие взрослые будут совершенно не готовы к проблемам, характерным для детей с отклонениями в области сексуального возбуждения и влечения. Вместе с тем, раскрывать школьной администрации все подробности состояния вашего сына было бы неразумно, и просто бессмысленно, потому что это никак не помешает его попыткам провоцировать других детей на сексуальное взаимодействие.

Вот несколько вопросов для размышления:

- Насколько сексуально поведение вашего ребенка?
- Проявлял ли он подобное поведение в отношении сверстников?
- Пытался ли он вовлечь в сексуальное взаимодействие детей младшего возраста? Если да, то мальчиков или девочек?

- Склонен ли он к тому, чтобы становиться жертвой/объектом подобных домогательств со стороны другого ребенка или взрослого?
- Сколько времени прошло после его последней сексуальной провокации любого рода?

Но, каковы бы ни были ответы на эти вопросы, я советую вам подстраховаться и поступить следующим образом: на то время, когда класс отправится в поход, запланируйте какое-нибудь другое семейное мероприятие с участием ребенка. В качестве альтернативы можно отправить сына в поход до вечера, а прямо перед отбоем забрать домой, чтобы на другой день привезти мальчика обратно еще до завтрака. Конечно, для одноклассников и учителей придется придумать какое-нибудь правдоподобное объяснение такого отступления от общего плана, но я уверен, у вас хватит на это фантазии.

Любому родителю хочется, чтобы жизнь ребенка с особыми потребностями как можно больше напоминала жизнь обычного ребенка. Но меньше всего вашему ребенку нужно, чтобы из-за этого стремления он оказывался в ситуациях, которые идут вразрез с его долгосрочными интересами. Вполне возможно, что ваш сын (если он достаточно большой и сознательный) и сам понимает, что в некоторых ситуациях не сумеет повести себя правильным образом. И даже если в этот раз он останется дома, у него всегда будет возможность поучаствовать в следующем походе.

Доверяйте своим знаниям о собственном ребенке! Я убежден, что именно родительские знания и интуиция помогут вам найти оптимальное решение.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Три года назад мы усыновили ребенка из другой страны, ему тогда было четыре года. За время проживания в нашей семье поведение и эмоциональное состояние нашего сына заметно улучшились. Правда, он по-прежнему демонстрирует стремление все и всех контролировать, и это приводит нас с мужем в отчаяние. Он ведет себя как всезнайка, в том числе при общении с взрослыми. Он хочет решать даже то, чего не понимает, например, в каком направлении поедет машина. В машине он пытается решать, какую музыку будут передавать по радио. Сын пытается командовать мной даже в свое отсутствие. Например, он говорит мне, что я не должна выходить из дома, пока его нет, и очень раздражается, если узнает, что я не послушалась. Попытки контроля проявляются и в том, что он сознательно отказывается выполнять общие правила или отдельные указания старших. Посоветуйте, пожалуйста, как можно справиться с этой проблемой?

Приемная мама

Уважаемая Мама!

Описываемое вами поведение очень типично для детей, которые в раннем возрасте пережили запущенность или жесткое обращение. В моей практике оно очень часто встречается у детей с нарушением привязанности.

Еще в первый год жизни ребенок учится верить в то, что взрослые способны и готовы обеспечивать его базовые потребности. Например, доктор Фостер Клайн (Foster Cline) считает, что в первый год жизни младенец усваивает половину того, что он узнает о доверии к окружающим за всю свою жизнь. Это очень много! Если бы с самого рождения у вашего сына были добрые и заботливые родители, которые устанавливали бы для него разумные ограничения и обеспечивали достаточные стимулы для физического и психологического развития ребенка, то, скорее всего, у него не появилось бы стремление к тотальному контролю, о котором вы пишете в своем письме.

Итак, как можно исправить ситуацию? Как правило, чтобы продвинуться вперед, сначала надо сделать несколько шагов назад. Другими словами, вам следует вернуться с вашим сыном к занятиям, которые могут показаться слишком «детскими» для его биологического возраста. Мальчик должен усвоить, что родители способны и впредь намерены направлять все его действия. Только после этого он сможет научиться доверять вам. А, доверившись, перестанет командовать всеми подряд, потому что будет знать, что новые родители способны и руководить им, и защищать его.

Родители совершают ошибку, когда предоставляют ребенку, склонному к тотальному контролю, еще большую свободу действий, полагая, что это ускорит перемены к лучшему. В действительности, ребенка с непростым детством такой поворот событий только пугает. Ребенок думает так: «Если мои родители не могут управлять мной, значит, они не смогут и защитить меня». Не забывайте, что с точки зрения ребенка контроль – это форма проявления родительской любви.

Один из моих пациентов-подростков описывал это так: «Мой отец вообще отказывается меня контролировать. Он ведет себя так, как будто я действительно хочу делать все то, что говорю, и поэтому он во всем со мной соглашается. Мне иногда кажется, что если я однажды скажу, что хочу совершить самоубийство, он тоже согласится». Это очень пронизательное и характерное наблюдение. Только при условии безопасного и любящего внешнего управления ребенок сможет сформировать внутренний самоконтроль, который крайне пригодится во взрослой жизни.

Подробнее о том, как справляться с проблемами контроля у приемных детей, вы можете узнать из книги доктора Фостера Клайна и Джима Фэя «Воспитание с любовью и логикой»⁸⁷, а также из книги «Усыновление ребенка, пережившего

⁸⁷ Foster Cline & Jim Fay, *Parenting with Love and Logic: Teaching Children Responsibility*.

На русском языке книга «Воспитание с любовью и логикой» была издана в 2007 году издательством «Колумб» и может быть заказана на сайте этого издательства на <http://www.christophor.ru/catalog/books>.

Англоязычные читатели могут ознакомиться со списком всех изданных работ этих авторов в Институте Любви и Логике по телефону в США +1 800 338 4065 или на сайте www.loveandlogic.com. – прим. издателя.

душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”), которую я написал в соавторстве с Региной Купеки. Если, кроме попыток контроля, в поведении вашего ребенка нет других серьезных проблем, ему может помочь краткий курс психотерапии для преодоления вреда, причиненного его психике в раннем детстве.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Наше агентство старается давать усыновителям передышку в виде возможности отправить ребенка в специализированный пансионат⁸⁸. Но нередко мы сталкиваемся с тем, что усыновителям неловко принимать это предложение либо из-за чувства вины перед приемным ребенком, либо из-за нежелания лишний раз «напрягать» сотрудников пансионата. Пожалуйста, расскажите, каково ваше отношение к подобным пансионатам? Например, когда усыновители могли бы прибегать к их услугам? Как часто отдельный ребенок или приемная семья могут пользоваться услугами специализированного пансионата? И, наконец, какие еще моменты надо учитывать и агентству по усыновлению, и самим усыновителям, когда речь заходит о подобных пансионатах?

Специалист по сопровождению усыновителей

Уважаемый Специалист!

Ваши вопросы пришли очень кстати. Как раз недавно я общался с несколькими приемными семьями, каждая из которых остро нуждалась в передышке от воспитания очень непростого ребенка, но при этом сама мысль, что ребенок будет какое-то время жить вне дома, доставляла семье тоже немало душевных страданий.

К поездке в такой пансионат следует относиться как к одному из многих способов отдохнуть от повседневной рутины и переменить обстановку как для ребенка, так и для его приемных родителей. Она ни в коем случае не должна быть в наказание ребенку, и совершенно допустимо, если ребенок с удовольствием проведет пару дней вне дома, а его приемная семья в это время тоже насладится передышкой. Бывает так, что приемные родители настолько вымотаны постоянными ежедневными трудностями в воспитании ребенка, что им не хочется, чтобы тот получал удовольствие от отъезда в пансионат. Но подобные передышки никогда не задумы-

⁸⁸ В США такие пансионаты или специально обученные семьи называются “*respite*” и предназначены для кратковременного (не более 2-3 дней) проживания приемных или усыновленных детей с эмоциональными и, соответственно, поведенческими расстройствами. От обычных детских лагерей такие пансионаты отличаются тем, что, во-первых, места проживания детей специально оборудованы с учетом возможных проблем в поведении и, во-вторых, персонал пансионата или принимающая семейная пара проходят специальную подготовку. Цель “*respite*” – предоставить приемным семьям, где воспитывают особенно трудных детей, возможность взять небольшую передышку и восстановить силы. – прим. издателя.

вались, как способ досадить кому-то из членов приемной семьи, и можно только приветствовать, если каждая из сторон находит в них что-то приятное для себя.

Вместе с тем многие приемные семьи обнаруживают, что если ребенок регулярно выезжает в такой пансионат, то рано или поздно все начинают ждать очередной передышки. Иногда это даже дает семье дополнительные силы достойно пережить сложные периоды до и после очередного отъезда ребенка. Конечно, каждая приемная семья стремится к тому, чтобы научиться обходиться без таких передышек. Но именно ей решать - с учетом мнения социального работника и/или психотерапевта, - нужны ли в этот раз услуги специализированного пансионата или нет.

Иногда отзывы сотрудников пансионата расстраивают усыновителей. Например, сотрудники могут вам сообщить, что «в эти дни ваш ребенок вел себя отлично, у нас не было с ним никаких проблем». Но это вполне ожидаемо, потому что большинство детей стараются скрывать свои самые неприятные проблемы и/или привычки во время нахождения в пансионате. Конечно, бывают исключения, но в большинстве своем дети ведут себя на таких выездах довольно прилично.

Одна из причин такой резкой перемены заключается в том, что сотрудники пансионата не ожидают какой-то особой душевной близости от находящихся там детей. Ребенок отдает себе отчет, что приехал на очень короткое время, а сотрудники пансионата – что их роль в течение этого срока строго прагматична. Более того, персонал пансионата никак не соперничает с усыновителями за симпатии ребенка. Наконец, благодаря тому, что проживание в таком пансионате менее всего предполагает эмоциональную близость и постоянство, почти не возникает тех ситуаций, при которых обычно выходят наружу неуверенность, гнев и страхи ребенка.

Что касается оптимальной частоты подобных передышек с точки зрения отдельного ребенка или приемной семьи, у меня нет однозначного ответа. Каждую ситуацию надо рассматривать по отдельности, и правильный ответ можно дать только при условии хорошего знания самого ребенка и его отношений с приемными родителями. При решении специалистом органа опеки вопроса, с какой регулярностью следует отправлять ребенка в подобный пансионат, надо отталкиваться именно от потребностей приемной семьи в целом. Некоторым семьям важно получать передышку каждый месяц, другим – каждые две недели. Будут и такие, кому достаточно всего нескольких раз в год. Боюсь, что любая попытка дать более однозначный ответ создаст впечатление, что можно обойтись без анализа каждого конкретного случая. А это совсем не так.

Агентства по усыновлению должны защищать и поддерживать право усыновителей на подобные передышки при воспитании приемного ребенка. И любые намеки на то, что прибегая к услугам таких пансионатов, приемные родители уклоняются от выполнения своих обязанностей, только мешают выполнению нашей общей задачи по поддержке семей в их усилиях дать приемным детям наиболее адекватное воспитание.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Наша пятнадцатилетняя приемная дочь склонна к самовредительству. Например, она может до синяков царапать булавкой руки или резать себя осколками стекла. Психиатры считают, что эти раны поверхностны, но мы, родители, очень беспокоимся. Скажите, пожалуйста, почему она так делает? Нам непонятно, что она имеет с этого, кроме внимания окружающих, которое – на наш взгляд – не стоит такой боли. Кроме того, наша дочь пыталась недавно совершить самоубийство, приняв повышенную дозу лекарств. Есть ли тут связь с самовредительством?

Пожалуйста, объясните, что движет нашей дочерью и что можно сделать, чтобы ей помочь?

Обеспокоенные родители

Уважаемые Родители!

Самовредительство и травмы – частое явление в семьях, где воспитываются дети с эмоциональными расстройствами. И такое поведение особенно тревожит родителей и специалистов.

К сожалению, самовредительство имеет свойство повторяться, и каждое его проявление очень мучительно для окружающих. Однако, если верить самовредителям, во время акта членовредительства они сами, как правило, боли не испытывают. Даже если в отдельных случаях боль и приходит, то уже потом.

Мне кажется, тягу к самовредительству невозможно объяснить какой-то одной причиной. Подростковый возраст – сам по себе особый этап в жизни ребенка, поэтому в этот период какие-либо диагнозы надо ставить крайне осторожно. Можно предположить, что у вашей дочери пограничное расстройство личности⁸⁹, но в подростковом возрасте отдельные черты этого расстройства могут проявляться в поведении даже самых обычных детей. С другой стороны, если склонность вредить себе носит у вашей дочери постоянный и повторяющийся характер, то для меня это был бы очень тревожный знак.

Обычно люди не занимаются самовредительством из одного лишь желания привлечь к себе внимание. Скорее всего, внимание стоит здесь на втором месте, а главной целью самовредительства является самостимуляция и возбуждение. Большинству из тех, кто склонен к самовредительству, в раннем детстве остро не хватало обычных сенсорных впечатлений, из-за чего мозг не научился правильно их перерабатывать. Например, некоторые мои пациенты-подростки признавались: «Когда я себя режу, я чувствую, что живу, а не умер».

Попытка покончить с собой могла быть следующим этапом самовредительства, о котором вы писали в начале письма. Из-за высокого риска летального исхода любые попытки самоубийства следует немедленно проанализировать в контексте

⁸⁹ *Пограничное расстройство личности*, или *эмоционально неустойчивое расстройство личности, пограничный тип*, характеризуется импульсивностью, низким самоконтролем, эмоциональной неустойчивостью, нестабильной связью с реальностью, высокой тревожностью и сильным уровнем десоциализации. – прим. издателя.

всего поведения, чтобы оперативно остановить эскалацию самовредительства или повторения таких попыток.

Я думаю, что с проблемой вашей дочери можно справиться. Я работал с одним семнадцатилетним подростком, чье самовредительство носило особенно опасный характер и включало глубокие порезы и сильные ожоги, - и после начала терапии это поведение ни разу не повторилось. Конечно, нет гарантий, что лечение будет столь же эффективно во всех других случаях, но как минимум можно ожидать положительных сдвигов в динамике этого расстройства, которое часто считают не поддающимся коррекции.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Четыре года назад мы усыновили шестилетнего мальчика, сейчас ему десять лет. Наш сын страдает от серьезных эмоциональных и психических проблем. Он до сих пор проходит соответствующую терапию, которую начал сразу после появления в нашей семье.

У нашего сына много проблем, но в последнее время одна из них – kleптомания – явно обострилась. Именно она волнует меня больше всего. Наш сын ворует буквально все и всюду: дома, в школе, в гостях у родственников. Он ворует деньги, еду и личные вещи. И хотя на словах наш сын признает, что красть нехорошо, он продолжает это делать. Когда у него спрашивают, почему он крадет, он говорит: «Я не знаю».

Посоветуйте, как можно справиться с этой бедой?

Встревоженный родитель

Уважаемый Родитель!

При чтении вашего письма у меня возникло несколько вопросов. Я думаю, что было бы очень полезно выяснить, как протекало младенчество и ранее детство вашего сына. Еще важно было бы узнать историю появления его эмоциональных и психических проблем, о которых вы упомянули в начале письма. Есть и другие вопросы, например:

- Эффективна ли терапия, которую проходит ваш сын? Если да, то в чем именно?
- Какие проблемы удалось преодолеть с помощью терапии?
- Какие проблемы, кроме воровства, остались нерешенными?

К сожалению, в вашем письме недостаточно подробностей, чтобы я мог дать исчерпывающий совет. Судя по всему, проблемы вашего сына довольно застарелые, и я думаю, что без особой «прицельной» терапии вы не сможете переломить его

привычный образ мыслей и действий. Как правило, описываемое поведение свидетельствует о наличии одного из следующих расстройств: реактивное расстройство привязанности, поведенческое расстройство, оппозиционное вызывающее расстройство⁹⁰. Но так как мне не хватает информации, чтобы составить хотя бы предварительное мнение о диагнозе вашего сына, вам следует обратиться к специалистам, которые могли бы провести его полное очное обследование. Точный диагноз позволит составить эффективный план лечения.

Описанная вами клептомания очень характерна для детей, страдающих от реактивного расстройства привязанности. Как правило, такие дети чаще крадут у родителей, друзей и родственников, чем, например, у посторонних или в магазинах и других общественных заведениях. Причем воруют они довольно открыто и очевидно, и даже не пытаются как-то спрятать украденное. Порой даже кажется, что такие дети чуть ли не гордятся фактом кражи и ведут себя так, чтобы родители точно поняли, кто вор.

В вашем случае я советую начать обследование ребенка с посещения именно специалиста по привязанности. На мой взгляд, судя по описанию, в поведении вашего сына явно прослеживаются симптомы именно этого нарушения. Я уверен, что так вы скорее найдете специалиста, который сможет предложить эффективные методы для сдерживания нежелательного поведения вашего сына.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Я хотел бы попросить вашего совета, как лучше всего подготовить к грядущему усыновлению ребенка старшего возраста. Ребенок, о котором идет речь, уже три года живет в профессиональной замещающей семье. По ряду причин эта семья не может его усыновить, но есть кандидаты на усыновление в другом городе. Я очень беспокоюсь, как лучше подготовить этого подростка к переезду из замещающей семьи к усыновителям.

Ему приходится справляться со столькими переживаниями, включая утрату родной семьи, а теперь еще и возможную утрату замещающих родителей и привычного психотерапевта... Кроме того, у этого подростка есть родной старший брат, который в силу ряда обстоятельств не может быть усыновлен в ту же семью, что и младший. Правда, есть надежда, что это случится когда-нибудь в будущем. Еще я не знаю, как помочь замещающим родителям принять этот переезд. Они тоже страдают от чувства утраты, хотя и стараются как-то преодолеть его. Буду очень признательна за любой совет.

Неравнодушный социальный работник

⁹⁰ **Оппозиционное вызывающее расстройство** (*Oppositional Defiant Disorder - ODD*) характеризуется агрессивностью и склонностью сознательно задирать и раздражать других, устойчиво негативистским, враждебным поведением и неповиновением. Подробнее об этом расстройстве можно почитать на http://adhd-kids.narod.ru/articles/odd_and_adhd.html. - прим. издателя.

Уважаемый Социальный работник!

Никогда не следует забывать, что принятие большинства решений о судьбе ребенка-сироты сопровождается болью и травмой, даже если их цель – помочь ребенку. Поэтому вы не сможете как-то заметно облегчить у этого ребенка душевную боль и чувство утраты из-за переезда. Да, для него это станет еще одним испытанием, но если усыновление будет удачным, то оно с лихвой окупит все отрицательные стороны нынешнего переезда.

Порой нам свойственно затягивать исполнение принятых решений в надежде, что так перемены будут менее болезненны. Но я считаю, что если решение уже принято и все заинтересованные стороны с ним согласны, действовать надо немедленно.

Иногда переезд ребенка стараются отложить до конца учебного года. Но перевод в новую школу ближе к концу учебного года дает ребенку возможность увидеть то место, куда он вернется в сентябре. Это не только избавит ребенка от страха неизвестности в течение всего лета, но и позволит найти себе новых друзей до начала школьных каникул.

Вообще, в практике усыновлений не бывает единственно правильного решения. Можно лишь сказать, что переходный период пройдет для всех легче в том случае, если с ребенком будут откровенны, переезд не будет затягиваться, и в процессе будут участвовать все стороны: сам ребенок, замещающие родители и будущие усыновители.

Что касается замещающих родителей, то им следует определиться, как именно они хотели бы участвовать в этом процессе и будет ли их участие удобно для ребенка и усыновителей. Именно будущие усыновители должны иметь право решающего голоса в любых решениях относительно переезда ребенка, потому что только так они могут почувствовать, что становятся настоящими родителями для этого ребенка.

Как я уже говорил, у сложных проблем нет легких решений. Но практичное и здравомыслящее отношение всегда эффективнее, чем очень детальные, но совершенно абстрактные конструкции. Откладывая конкретные действия, вы никак не облегчаете участь ребенка, но лишь еще дольше оставляете его в подвешенном состоянии.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Как вы думаете, должны ли отцы быть более вовлечены в непосредственное воспитание приемных детей? Я привык к более традиционному укладу семьи, где жена (и мать) воспитывает детей, а муж (и отец) ходит на работу и поддерживает дом в порядке. Но мы воспитываем ребенка с особыми потребностями, и моей жене явно нужна дополнительная помощь. Как я мог бы участвовать в воспитании ребенка без ущерба для других своих обязанностей? Спасибо за помощь.

Отец, готовый к действию

Уважаемый Отец!

Приятно, что вы осознаете, что воспитание детей должно быть делом обоих супругов, и нельзя возлагать основную часть родительских обязанностей только на жену. Кстати, мои пациенты-подростки часто жалуются на то, что хотели бы проводить больше времени именно с отцами. Эти дети в большинстве своем очень развиты, но все еще нуждаются и ищут родительского внимания.

В свою очередь, ребенок с особыми потребностями нуждается в родительском внимании еще больше. Столкнувшись с серьезными проблемами в родной семье в самом раннем детстве, такие дети, как правило, обвиняют в случившемся именно мать. Поэтому и в новой семье весь их гнев и злоба достаются тоже матери. В то же время по отношению к отцам такие дети обычно проявляют повышенное уважение. Такая разность в отношении сама по себе может внести разлад с супружескую пару: если приемная мать становится объектом для агрессии ребенка, то отец, напротив, считается «хорошим парнем», желанным партнером для игр, мудрым арбитром в спорах. Ребенок присваивает приемному отцу все эти положительные функции главным образом для того, чтобы подорвать авторитет приемной матери.

Во-первых, отец может сыграть огромную роль в движении ребенка к здоровой привязанности и адаптации в семье. Прежде всего отец обязан поддерживать и доверять своей второй половинке. Он должен быть не только отцом, но и мужем, чтобы приемный ребенок воспринимал родителей как неразделимое целое. Даже если самому отцу не довелось стать свидетелем самых разрушительных переживаний и самых отчаянных поступков ребенка, он обязан доверять жене и ее личным впечатлениям. Без поддержки мужа любой женщине будет гораздо труднее почувствовать себя настоящей матерью для приемного ребенка.

Во-вторых, приемному ребенку важно в принципе познакомиться с местом и ролью отца в семье. Многие дети-сироты только после усыновления впервые узнают, кто такой «отец». Как правило, в их жизни мелькало множество случайных мужчин, с которыми встречалась биомать, но мало кто из этих детей знал настоящего отца. И это еще одна причина, по которой отец редко становится объектом травли со стороны приемного ребенка, - ребенок просто не знает, «с чем его едят», потому что у него самого отца никогда не было.

Отец играет важную роль как для мальчиков, так и для девочек. Его пример показывает ребенку, как относиться к жизни и преодолевать трудности. По моему мнению, значение отца как воспитателя гораздо существенней, чем такие типично мужские и очень конкретные функции, как работа, добыча «хлеба насущного», ремонт по дому и прочее. Когда ваш ребенок вырастет, у него останутся воспоминания лишь о ваших совместных играх, а не о том, как умело вы забивали гвозди или чинили кран.

Всегда можно найти возможность провести с ребенком какое-то время (и даже много времени). Например, если вы собираетесь за покупками, прихватите ребенка. Если что-то чините по дому, попросите ребенка помочь. Даже если в одиночку вы справитесь быстрее, найдите ребенку какое-нибудь дело рядом с вами. Некоторым родителям кажется, что высокое качество совместного вре-

мяпрепровождения может компенсировать его малое количество, но лично я не поддерживаю эту точку зрения.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Наша десятилетняя приемная дочь оказалась в нашей семье из-за отмены удочерения. Иногда с ней нелегко справиться, потому что она никогда не признается в проступке, сколько бы я с ней ни спорила. Даже если я точно знаю, что она врет, потому что только она могла сделать то, что сделала, дочь все равно будет настаивать, что невиновна. Для меня важно, чтобы дочь просто признала правду, но она слишком упряма.

На самом деле, я сама не знаю, что это: упрямство или открытое неповиновение. В общем, наша дочь всегда отрицает свою вину и отказывается принять ответственность за свои поступки. Можно сказать, она лжет нам о том, что сделала. И хотя за ложь я заставляю ее терпеть последствия типа дополнительной работы по дому или физических упражнений, это не помогает. Посоветуйте, пожалуйста, как можно бороться с таким поведением?

Измученная мама

Уважаемая Мама!

Детское вранье – одна из самых неприятных проблем для семьи. Ложь подрывает взаимное доверие, а невозможность доверять своим близким ужасно изматывает.

Дети с нарушениями привязанности склонны к «первичной лжи». Это особый тип вранья, который свидетельствует о задержке в развитии ребенка. Дело в том, что «первичная ложь» появляется в самом раннем детстве, когда малыши выдумывают самые фантастические истории. В десять лет нормально развивающийся ребенок лжет уже не так, как малыши (и как ваша дочь): если он врет, то старается делать это так, чтобы избежать проблем, а не создавать их.

Если ваши постоянные просьбы прекратить врать не имеют никакого эффекта, пора поменять стратегию. Лжецам нужно, чтобы им верили. Иногда привычку ребенка врать в глаза можно пресечь следующей простой фразой: «Знаешь, Сара, я знаю, что ты из тех, кто постоянно врет, и в каком-то смысле я даже рада, что поняла это. С тех пор, как я знаю это про тебя, я больше не буду сомневаться, говоришь ты в этот раз правду или нет. Я просто буду теперь знать, что ты врешь всегда, и поэтому мне больше не придется всех утомлять выяснением истины, а у нас будет больше времени на более приятные занятия. А если когда-нибудь окажется, что ты сказала правду, я буду искренне удивлена».

Такое отношение родителей лишает вранье былой привлекательности для ребенка. Ведь когда родители скачут вокруг, пытаясь доказать, что их обманули, ребенку кажется, что ему хотя капельку, но поверили. В конце концов, если кто-то точно знает, что ему соврали, зачем продолжать допрос?

Некоторые дети врут машинально. Они начинают придумывать ответ на ваш вопрос до того, как вы его закончите. В результате они просто обречены либо ошибиться, либо откровенно солгать. Самое правильное с таким ребенком – это не спрашивать, а утверждать. Например, если вы точно знаете, что ваша дочь лжет каждый раз, когда открывает рот, давайте ей такую возможность как можно реже. Я часто говорю во время терапии, когда знаю, что ребенок готовится солгать: «Пожалуйста, скажи мне не правду, а ложь». Эта просьба настолько обескураживает ребенка, что он практически обречен сказать правду.

Итак:

- Если дочь опять солжет вам, постарайтесь не сердиться или скрыть свое раздражение. Гневная реакция обычно только раззадоривает лгуна.
- Исходите из того, что ваша дочь врет всегда, и сообщите ей об этом.
- Когда ваша дочь наконец-то скажет правду, разыграйте сердечный приступ от счастья - схватитесь за грудь и воскликните: «О нет! Пожалуйста, не говори мне правды, это для меня слишком непривычно!» - или отреагируйте каким-то другим неожиданным образом. Забавно-бурная реакция дает гораздо больше шансов на повторение успеха, чем обычная нотация типа: «Наконец-то ты сказала правду. Теперь ты можешь собой гордиться». После такой нотации вашей дочери захочется лишь соврать вам еще раз, и как можно скорее.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Мы с мужем усыновили ребенка-метиса, биомать которого покончила с собой, и теперь не знаем, как будет лучше всего рассказать ему обо всем этом. Конечно, наш сын имеет право знать о судьбе своей родной матери и об истории своего рождения, но не лучше ли сделать это в том возрасте, когда он будет готов к подобным открытиям? Каково ваше мнение на этот счет?

Родители в смятении

Уважаемые Родители!

Приятно читать, что вы готовы откровенно рассказать своему приемному ребенку обо всем, что касается его биологической семьи. Трудно определить, в каком возрасте этот разговор был бы наиболее уместен. Думаю, правильнее всего отталкиваться от тех вопросов о прошлом, которые задает сам ребенок. Ведь в какой-то момент любой ребенок, своерожденный или усыновленный, начинает интересоваться тем, как он родился или появился в этой семье. Вы можете воспользоваться этой возможностью, чтобы поднять тему усыновления и другие темы, которые станут актуальны в будущем. Позднее в ваших разговорах с ребенком начнут проскальзывать вопросы расовой принадлежности, и тогда вы сможете обсудить с ним и эту тему. Некоторые приемные родители так спешат

рассказать ребенку все и сразу, что сообщают ему об усыновлении задолго до того, как тот способен хотя бы в принципе понять, откуда берутся дети.

Что касается самоубийства, то - как и многие другие «взрослые» понятия – эта тема находится далеко за пределами адекватного понимания ребенком. И хотя я уверен, что вы должны обязательно рассказать ребенку и об этой части его прошлого, делать это следует исключительно в разговоре на какую-то связанную тему. Но на данном этапе жизни ваш ребенок пока точно не готов воспринять эту новость правильно. Я хочу еще раз подчеркнуть, что при решении, когда и как рассказать ребенку об упомянутых вами фактах, родители должны отталкиваться прежде всего от интереса и вопросов самого ребенка. Хотя большинство семейных проблем порождены именно старыми секретами, от избытка деталей, не доступных детскому пониманию, пользы тоже не будет. Не спешите с откровениями - у вас будет еще много возможностей не спеша обсудить с ребенком все важные темы.

* * *

Уважаемый доктор Кек!

Мы с мужем готовимся усыновить шестилетнего мальчика, который живет в нашей семье последние полгода. Я хотела спросить у вас, как нам следует относиться к некоторым его особенностям, которые невольно бросаются в глаза. Например, он иногда смеется в совершенно неподобающие моменты, и мне кажется, что этим смехом он показывает неуважение к нам, как родителям, потому что так он реагирует только на наши требования. Из других «странностей» - дикие звуки, бессмысленная младенческая болтовня, катание по земле... У нашего сына диагностировали СДВГ⁹¹, но мне кажется, все перечисленные «странности» он вполне контролирует. Сейчас мы стараемся не обращать внимания на такое его поведение, чтобы нашему сыну было неинтересно его продолжать. Но, может быть, вы посоветуете какие-то другие способы, чтобы изменить это поведение?

Смущенная мама

Уважаемая Мама!

Прежде всего, хочу спросить, почему вы считаете, что «странности» вашего сына призваны привлечь ваше внимание. Конечно, если это действительно так, то следующим вопросом будет, сознательно он это делает или нет. Сознательное поведение ребенка требует совершенно иных подходов, чем неосознанное

⁹¹ *Синдром дефицита внимания и гиперактивности (Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder - ADHD)* - это неврологическо-поведенческое расстройство, которое проявляется такими симптомами, как трудности с концентрацией внимания, гиперактивность и плохо управляемая импульсивность (подробнее об этом синдроме на <http://adhd-kids.narod.ru/>). - прим. издателя.

и вызванное, например, синдромом дефицита внимания. Как правило, у шестилетнего ребенка его проявления бессознательны, и с помощью психотерапии и, возможно, медикаментозной поддержки, с ними можно успешно бороться.

Если же ребенок сознательно использует неприятное поведение, как средство привлечь ваше внимание, ситуация приобретает иной оттенок. В этом случае я бы посоветовал вам прочесть книгу «Воспитание с любовью и логикой»⁹², где доктор Фостер Клайн предлагает очень эффективные способы коррекции самых разнообразных детских проблем. Уверен, что его советы пригодятся и вам, и вашему сыну.

По вопросу «диких звуков» рекомендую вам прежде всего обратиться за консультацией к детскому психиатру, чтобы исключить синдром Туретта⁹³. Если он не подтвердится, стоит подумать о системе естественных и\или логичных последствий, чтобы ваш ребенок получил реалистичное представление о результатах подобного поведения в обычной жизни. Что касается игнорирования нежелательного поведения, то в обычных случаях оно приводит к следующему: на первых порах масштаб и регулярность нежелательного поведения только растут, но позже – после довольно продолжительного времени – оно действительно начинает сходить на нет, пока не прекращается полностью. Однако если вы стараетесь игнорировать неприятное поведение ребенка уже долгое время, но не видите никакого результата, то вам пора изменить тактику: как правило, осознанное поведение типа того, что вы описали в вашем письме, простым игнорированием исправить невозможно. И тут я снова посоветую вам почитать книгу доктора Клайн, упомянутую выше. Уверен, что пропагандируемый в ней более расслабленный и веселый стиль педагогики несколько облегчит вашу повседневную жизнь.

⁹² Foster Cline & Jim Fay, *Parenting with Love and Logic: Teaching Children Responsibility*.

На русском языке книгу «Воспитание с любовью и логикой» можно заказать на <http://www.christophor.ru/catalog/books>.

Англоязычные читатели могут ознакомиться со списком всех изданных работ этих авторов в Институте Любви и Логике по телефону в США +1 800 338 4065 или на сайте www.loveandlogic.com – прим. издателя.

⁹³ **Синдром Туретта** - это генетически обусловленное расстройство центральной нервной системы, характеризующееся множественными моторными тиками и, как минимум, одним вокальным тиком. – прим. издателя.

Глава 11

РАССКАЗЫВАЮТ ПРИЕМНЫЕ РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

РЕАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ РЕАЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ

У приемных родителей и их детей с нарушением привязанности накопился богатейший опыт и интуиция, которыми они готовы поделиться с вами в этой Главе. Поблагодарим приемные семьи за эти рассказы и за ту заботу и внимание, которые они подарили приемным детям. Скажем спасибо и приемным детям за готовность поделиться перенесенными страданиями и историями выздоровления.

Свои сердца нам откроют как семейные пары, так и одинокие родители; дети, усыновленные как из американских замещающих семей⁹⁴, так и из-за рубежа; малыши, дошкольники и подростки. Хотя каждая история уникальна, но путь к выздоровлению и любви у всех один. Пусть эти короткие зарисовки из жизни других людей помогут и вашему приемному ребенку найти для себя в лице вашей семьи настоящий дом.

ИСТОРИЯ ОДИНОКОЙ МАТЕРИ

Человеку свойственно искать виновного в ошибках и неудачах. Бывает, что мы обвиняем и самих себя, но все же чаще стараемся переложить вину на других. Когда усыновляешь ребенка с нарушением привязанности, всегда хочется обвинить кого-то другого за его неприятное поведение, или эмоциональную закрытость, или другие типичные недостатки этого «гадкого утенка».

Недавно в моей семье появился второй приемный ребенок, у которого диагностирован синдром расстройства привязанности. Сегодня у меня уже трое приемных детей, и каждый день с ними приносит совершенно новый опыт и новые правила игры. И каждый день я узнаю что-то новое обо всех троих - и о себе тоже.

Усыновления этих детей научили меня одной очень важной вещи: хотя дети и должны отвечать за свои поступки, но я не имею права возлагать на них ответственность за то, какими они стали. Что бы они ни вытворяли, я должна постоянно ломать те стены, за которыми они прячутся от моей любви – и которые мешают мне самой любить их. А эти стены не разрушишь, пока не поймешь, что ни один ребенок не становится неблагополучным по собственной воле. Мне приходится постоянно напоминать себе об истинном значении слов и поступков моих непростых приемных детей.

⁹⁴ О системе государственного попечения детей-сирот в США см. Предисловие к российскому изданию в начале книги. – прим. издателя.

С такими детьми очень легко превратиться в циника и начать поддерживать дисциплину короткими машинальными приказами. Но это опасная привычка, потому что рано или поздно цинизм может встать на пути (или даже подменить собой) искренние родительские чувства. Иногда цинизм заставляет родителей относиться к своим детям, как к врагам. Но одно дело - контролировать ситуацию, и совсем другое – позволить этой ситуации помешать зарождению вашей любви к приемным детям.

Раньше я легко ставила диагнозы любому странному поступку, детской истерике или вспышке злости: «Да она просто плохо воспитана», «Эту девочку совсем разбаловали», «Этому парню хоть кол на голове теши». Но после последнего удочерения (я надеюсь, эта девочка действительно станет мне когда-нибудь дочерью) мое отношение к проблемным детям изменилось. Новый взгляд на вещи помогает сохранять необходимое душевное равновесие, объективность и, самое главное, открытое сердце.

Например, теперь, если кто-то из детей закатывает истерику, я разруливаю ситуацию на нескольких уровнях. Конечно, я пытаюсь сделать что-то с самой истерикой, но до этого я обязательно оцениваю, является ли она реакцией ребенка на конкретные действия\запрет, или же ее «спусковым крючком» стали неожиданные воспоминания ребенка о прошлых тяжелых временах? Я всегда разрешаю ребенку выплеснуть гнев до конца, но все это время не выпускаю его из объятий. Я никогда не показываю раздражения. В истерике моя дочь ведет себя так, будто она гораздо младше, чем на самом деле. Она явно не осознает, что происходит: громко кричит и плачет настоящими слезами, но как будто находится в другом месте. Но я все равно крепко обнимаю ее, пока она не успокоится.

Я позволяю дочке выплеснуть весь накопившийся гнев. Когда она «возвращается» ко мне, я беру ее на руки, ласково обращаюсь к ней и проговариваю случившееся. Я говорю, что люблю ее и что она всегда будет со мной. Оказалось, что при таком подходе дочка больше доверяет и привязывается ко мне, а мне легче ее полюбить. Как любая мать, я ненавижу истерики, но я продолжаю любить ребенка, который остается в моих объятиях и после того, как «пройдет гроза».

Я установила себе за правило не спешить судить о поступках моих детей и не идти на поводу у эмоций. Если у меня есть малейшие сомнения в своей правоте (а это случается в большинстве случаев), я просто подхожу к детям и обнимаю их. Это дает им чувство безопасности, и они понимают, что я здесь для них, что я их люблю. Я даю своим детям почувствовать, что я действительно их люблю.

Ведь это просто дети! Всего лишь дети! Послушайте свое сердце – и оно подскажет, что это всего лишь слабые маленькие дети, а не враги. И вам будет легче полюбить своих детей, а им - принять вашу любовь и ответить взаимностью.

*Мэри Кей,
одинокая усыновительница троих детей из-за рубежа.*

Мозаика, или история о том, чего стоит настоящая семья

Представьте, что вам дали кусочки мозаики и предложили собрать их в картинку. Когда вы смотрите на отдельные кусочки, они кажутся вам одинаково бесцветными, а у некоторых вообще неровные края. Общей картины не видно, образца нет, и вы с семьей оставлены с этой задачей один на один. Вы вглядываетесь и крутите кусочки в руках, пробуете то так то эдак соединить их друг с другом. Со временем у вас получается сложить пару кусочков, но сначала приходится перепробовать много неверных комбинаций.

Бывают дни, когда вам тошно смотреть на эти кусочки или думать о них. В другие дни вы готовы потратить кучу времени, чтобы найти хотя бы один кусочек, который можно было бы поставить на место. Но сколько вы ни всматриваетесь, ничего не находится, и в отчаянии вы сметаете все на пол.

Ваша работа усложняется и тем, что время от времени появляются советчики, которые говорят: «Эти кусочки не подходят. Ты все делаешь неправильно», или спрашивают: «Зачем тратить время? Даже если все сложить правильно, картинка вряд ли получится особенно красивой».

Но в один прекрасный день вы встретите особенного человека, который принесет надежду. Это специалист в области нарушения привязанности, который раскрасит кусочки вашей мозаики в яркие цвета. Он даст рамку для будущей картины, образцы и, что важнее всего, советы, как ее сложить. Понадобится много встреч и много лет кропотливой работы, чтобы ваша мозаика была почти закончена. Может быть, какие-то кусочки вы так и не найдете, а другие пообтрепаются и покроются пятнами от слез. Но даже с этими изъянами у вас получится самая чудесная картина на свете – цветная, красиво обрамленная картина вашей семьи, которая сообща преодолевала все трудности, смеясь и плача.

*Джойс,
приемная мама двухлетнего мальчика,
которая усыновила его в шесть лет вместе с мужем.*

МЕЖДУНАРОДНОЕ УСЫНОВЛЕНИЕ

Когда я приехала в Китай за своей дочкой, я уже знала, что первые месяцы ее жизни были не безоблачны и она не получала достаточного внимания. Сколь бы ласковой и ухоженной она ни казалась, но ее младенчество прошло в приюте, а это не самое лучшее место для ребенка. На моей дочери, как и на любом другом ребенке, не могло не сказаться отсутствие индивидуального ухода, типичное для жизни в приюте.

Забирая ее, я отдавала себе отчет, что этот переезд станет для моей дочери еще од-

ним, пусть и не самым серьезным, испытанием. Но я надеялась, что мое появление будет последней и самой счастливой переменой в ее жизни. Правда, она-то этого не знала и реагировала соответственно. Конечно, ей нравилось, что ее регулярно кормят, дарят игрушки и читают книжки и что у нее появилась своя собственная уютная детская. Но ей не нравилось, когда я брала ее на руки или слишком долго смотрела ей в глаза, и она принимала все эти перемены совсем не так быстро и радостно, как я ожидала.

Хотя иногда она принимала их даже слишком легко. Поначалу мне было трудно понять, почему в какие-то дни моя дочь смущена и расстроена, а в другие совершенно иная – такая радостная, довольная, веселая, дружелюбная и нежная. Неужели окружающие правы, когда говорят, что так ведут себя все дети? Или мне лучше поверить своему сердцу, которое подсказывает, что с ней что-то не так?

Что я себе тогда воображала? Ожидала ли, что она назовет меня мамой еще в Китае или в самолете по пути домой? Что ей сразу понравится тихий дом и отдельная комната, хотя все, что она до сих пор видела в жизни, – это шумный, полный детьми приют? Что она тут же привяжется только ко мне одной и одной мне подарит свою самую горячую любовь, хотя до сих пор условием ее выживания в приюте была улыбка для каждого, кто накормит ее?

У меня было много времени подумать, как изменится моя жизнь, когда я стану родителем, но мне и в голову не приходило, насколько существенней изменится жизнь моей дочери. Кроме того, хоть в этом и неловко признаться, я потратила гораздо больше времени на обсуждение с другими усыновителями достоинств разных колясок и переносок, чем на самоподготовку к воспитанию ребенка с тяжелым прошлым и опытом такого радикального жизненного поворота, как усыновление.

Некоторых людей и детей напрягают любые перемены, даже перемены к лучшему. Я и сама иногда раздражаюсь, когда нарушается привычный распорядок или срываются планы. Но я могу уговорить себя и подавить свое раздражение, или перенаправить его, или просто отдалиться ему без остатка. А моя дочь хотя и испытывала раздражение, но не умела это осознать. Какую неудовлетворенность она должна была чувствовать в самые первые дни жизни со мной! Как рада она была найти наконец любящую мать! Но какой перепад эмоций она испытала!

Как правило, каждое усыновление - это история кризиса. Ведь родители отказываются от своих детей только в критических обстоятельствах, а не в азарте или забавы ради, – и поразительно, как часто усыновители забывают об этом факте. Вместо того, чтобы признать горькую истину о том, что они не смогли бы получить своего ребенка, если бы его родная семья не оказалась в критическом положении, усыновители пытаются скрыть или приукрасить это грустное прошлое (или, наоборот, излишне его драматизировать в глазах ребенка). Конечно, тяжело даже думать о том, что испытывает маленький ребенок в состоянии кризиса, но если мы хотим помочь нашим приемным детям, то мы должны по крайней мере признать существование этой проблемы. Мы должны ясно видеть всю картину, чтобы в те моменты, когда наших детей будут мучить видения прошлого, быть готовыми подставить свое крепкое плечо, как и подобает настоящим родителям.

В попытках удовлетворить все мыслимые и немыслимые материальные и физиче-

ские потребности наших детей мы забываем, что их смятенные души могут быть скованы болью, печалью, раздражением и гневом.

Пусть наши дети не умеют высказать все это, но они совсем не та «чистая доска», какими мы их представляем. Поэтому мы должны не только признать, что наши дети страдают душевно, но и активно высматривать любые признаки этого дискомфорта.

В конце концов, наши дети лишились *обоих* родителей, и всех людей, которые за ними ухаживали потом, и своей родины, и своих друзей, и всех других привычных вещей. Вам доводилось пережить такое? Как можно думать, что такой опыт не откладывается в подсознании через память тела или первичную память?

На собраниях нашего агентства по усыновлению или на встрече с другими усыновителями детей из Китая нам доводилось оказываться единственными родителями, кто признавался, что у их ребенка есть нарушения привязанности, - и тогда все остальные смотрели на нас с нескрываемой жалостью. Но самое печальное заключалось в том, что у большинства детей сочувствовавших нам родителей мы замечали те же симптомы, что и у своего ребенка, и понимали, что на самом деле мы все тут в одной лодке. Но вот другие родители этих симптомов не замечали - и это беспокоило больше всего. Не меньше раздражают и легенды о том, что дети из Китая обладают каким-то чудесным иммунитетом против расстройств, встречающихся у детей-сирот из США или других стран.

Вместо того, чтобы прислушаться к моим сомнениям насчет физического и эмоционального благополучия моей дочери, специалисты, к которым я обращалась за помощью: педиатры, социальные работники, более опытные родители – присоединялись к «заговору молчания» и уверяли меня, что это всего лишь временные проблемы на этапе привыкания. Но это было не так. Материнская интуиция – а она есть и у приемной матери – обычно не подводит.

Вашему приемному ребенку нужно проводить много времени в спокойной, стабильной, теплой и любящей обстановке, в центре которой находитесь вы, родитель. Не надо заполнять его день непрерывными командными играми, групповыми занятиями и прочими внешними развлечениями с участием других детей и взрослых. В равной степени ваш ребенок не оценит показного расточительства на гору игрушек, с большинством которых он не знает что делать.

Поймите: нынешнее состояние вашего приемного ребенка – это результат нормальной реакции здоровой психики на ненормальную обстановку, и только вам, родителям, искать теперь подходы к ребенку. Лично я совсем не ожидала, что меня так обидит отказ и неспособность совсем маленького ребенка немедленно признать во мне свою мать. Но мне пришлось смириться с тем, что в этом отказе не было ничего личного и что есть методики и специалисты, которые могут помочь. Еще я не осознавала, как трудно будет получить эту помощь. Только при более открытом обсуждении трудностей, поджидающих усыновителей, можно будет определить круг специалистов и служб, действительно готовых и способных оказать столь бесценную поддержку.

*Сара,
усыновительница девятимесячной девочки из Китая.*

О ВОСПИТАНИИ

Теоретически к возможным проблемам в поведении приемного ребенка социальный работник подготовила нас просто отлично. Но оказалось, что претворять в жизнь эти принципы, изложенные в книге «Воспитание с любовью и логикой»⁹⁵, - совсем другое дело! От родителей требуется гораздо больше времени, раздумий и воображения, чем при традиционном воспитании, когда провинившегося ребенка ставят, например, в угол или отправляют в свою комнату. Но несмотря на затраченное время этот новый метод работает гораздо лучше! А еще мы поняли, что важно получать удовольствие от воспитания детей и во всех ситуациях действовать сплоченно, единым фронтом.

*Келли,
усыновительница двоих детей из США,
один из которых был возвращен предыдущими усыновителями.*

СТИХИ РЕБЕНКА В ОЖИДАНИИ ПОСТОЯННОЙ СЕМЬИ

Девочка внутри ящика

Девочка в невидимом ящике.
Она бьется.
Она кричит.
Она стучит.
Никто не хочет услышать
Голос внутри меня.

Она ждет

Она ждет под дверями папу,
Она ждет свою маму,
Она больше не ждет.
Она знает - они не придут.
Но она их по-прежнему любит.

⁹⁵ Foster Cline & Jim Fay, *Parenting with Love and Logic: Teaching Children Responsibility*.

Англоязычные читатели могут ознакомиться со списком всех изданных работ этих авторов в Институте Любви и Логике по телефону в США +1 800 338 4065 или на сайте www.loveandlogic.com.

На русском языке книга «Воспитание с любовью и логикой» была издана в 2007 году издательством «Колумб» и может быть заказана на сайте этого издательства на <http://www.christophor.ru/catalog/books>. – прим. издателя.

Темница

Жила-была одна девочка,
Которая как будто всю жизнь просидела в темнице.
Откуда не было хода.
Почему люди с нею такие -
Она не знает.
Она много отдала своим братьям и сестрам,
Да, она ошибалась
В жизни.
Но за это нельзя обижать так, как обижали ее.
Ей кажется, людям приятней видеть, как она ошибается,
Чем как она бывает права.
Она живет, как в темнице, потому,
Что у нее нет свободы.
Никто не верит ее словам,
Их всегда считают ложью.
Порой она сидит в своей комнате
И плачет, и молится
Что когда-нибудь она убежит от этого прочь.

Горе

Летние дни не придут никогда,
Вижу, ты плачешь, - плачу и я.
Серым теперь будет небо всегда,
Бедная ива укрыла меня.
Травы увяли, опали цветы,
Страшно мне было, что лжешь снова ты.
Плач мой печальный среди тишины.
Знаю, что небо не падает вниз,
Но кто меня слышит, кто видит меня?
Я - девочка-с-пальчик, природы каприз,
А люди жестоки, и мучат шутя.
Я боль на бумагу роняю пером.

Стейси,

*удочерена в четырнадцать лет, с девяти лет жила во временной семье.
Эти стихи она написала в возрасте одиннадцати лет в ожидании удочерения.*

СОВЕТЫ ПРИЕМНОЙ МАТЕРИ

- Переступите через свою гордость. Ищите, ищите, ищите помощи! И ищите ее до тех пор, пока не найдете именно то, что нужно.
- Читайте! Читайте! Читайте! Например, «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму», «Воспитание с любовью и логикой» и другие книги из этой серии, включая аудиокниги.
- Молитесь! Найдите группу поддержки. Это может быть местный священник, кружок по интересам, воскресная школа или группа родителей.
- Примите ту истину, что в жизни гораздо нужнее светлый ум и здоровое тело, чем круглые пятерки. Для каждого члена вашей семьи дом должен быть безопасным убежищем, а не полем битвы за школьную успеваемость.
- По крайней мере четыре или пять вечеров в неделю собирайтесь на ужин за общим столом. Если это невозможно, пересмотрите семейное расписание, чтобы все-таки найти время. Совместные ужины очень важны для правильного эмоционального климата в семье.

Х.,

*приемная мать ребенка,
которому вот-вот исполнится восемь лет.*

РАССКАЗ ПОДРОСТКА

Меня удочерили в девять лет. Я тогда совсем не понимала, что такое семья или что значит быть частью семьи. Поэтому когда моя временная приемная мама сказала, что меня удочерят, я, по правде говоря, не поняла, что это значит. Я подумала, что просто перееду в очередную замещающую семью, вроде тех, где уже бывала. Я не думала, что у меня будет что-то постоянное.

Когда я впервые встретилась с моими будущими усыновителями, они взяли меня, и я называла их «мама» и «папа». Для меня «мама» и «папа» означали всего лишь взрослых, которые на данный момент находятся рядом. Я не знала, что мама и папа – это те, кто любят и помогают тебе, а не бросают тебя с незнакомыми людьми или делают с тобой неприятные и плохие вещи.

Еще в то время я не знала, что означает «любовь». Теперь я знаю, что такое любовь, и я знаю, что такое настоящие родители. Я *очень* люблю свою семью, и мои родители теперь самые важные для меня люди.

Я начала ходить на прием к доктору Кеку в восьмом классе школы. До того, как я познакомилась с доктором Кеком, я все еще думала о своей родной матери (если можно ее так называть) очень хорошо. Я не знала, кто был мой отец. Я думала, что моя

родная мать вернется и заберет меня домой и мы будем жить так же, как до приюта. Когда в офисе доктора Кека я стала общаться с Региной (Купеки – прим. издателя), я начала понимать, сколько ошибок совершила моя родная мать, и как сильно она испортила мне жизнь. А еще я начала понимать, как сильно я мучила своих родителей и как сильно они меня любят несмотря ни на что.

Я не могу сказать, что ненавижу родную мать. Но я ненавижу то, что она вытворяла со мной, и то, чего она мне так и не дала. Теперь у меня есть отличная мама, которую я уважаю и люблю и которая в нужный момент – в отличие от моей родной матери - всегда рядом, и которая любит меня так же сильно, как я ее.

Мои родители так много для меня сделали, что я не знаю, с чего начать. До прихода к доктору Кеку я несколько раз сбегала из дома, а мои родители все равно любили меня. Один случай я помню до сих пор. Однажды вечером, когда мне было около десяти лет, мы с семьей пошли на занятия по изучению Библии, и я ушибла там лодыжку. Я сказала маме, что у меня перелом и мне надо к врачу. Моя мама училась на медсестру, поэтому она сама осмотрела лодыжку и сказала, что перелома у меня нет, и мы пошли домой. Всю дорогу обратно я плакала со словами, что мне очень больно и нога точно сломана. Когда мы добрались домой, мама дала мне пакет со льдом и сказала положить ногу повыше.

На следующее утро я стала прихрамывать. Мы собирались встретиться в магазине с бабушкой, но мама сказала, что не хочет брать меня с собой, потому что я хромаю. Я разозлилась, расплакалась и завелась еще больше. Когда мама с братом и сестрой собралась уходить, я проорала, что ненавижу ее. Как только они ушли, я взяла сумку, упаковала кое-какую одежду, села на велосипед и уехала куда глаза глядят. Конечно, в итоге я завернула к приятелю, который знал моего отца и тут же отвез меня домой. Когда мама вернулась из магазина, она просто лопалась от гнева! И за то, что я накричала на нее и сказала, что ее ненавижу; и за то, что убежала из дома. Сейчас мы подшучиваем над этим случаем, но вообще-то это лишь одна из многих ситуаций, когда мои родители проявили ко мне беспредельную любовь.

Я думаю, что самое важное для родителей, которые собираются усыновить или уже это сделали, - это не сдаваться и любить своего ребенка несмотря ни на что. Больше всего такие дети нуждаются в любви, хотя могут и не понимать этого. Любовь – это лучшее, что можно дать любому ребенку. А если он отталкивает вас, дайте ему еще больше любви. Самое ужасное – это когда родители сдаются и машут на ребенка рукой. От некоторых детей отказывались так много раз, что они к этому привыкли. Но когда родители дают ребенку ясно понять, что ни за что его не бросят, это как еще один способ показать силу своей любви. Я знаю это на собственном опыте.

*Аманда, 17 лет,
удочерена в девятилетнем возрасте.*

МНЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ АМАНДЫ

Думаю, дела у нас идут хорошо, хотя бывают и срывы. Кажется, Аманда по-настоящему к нам привязалась, но ей еще много работать со своими кошмарными суждениями, слабыми навыками общения и импульсивностью. Поэтому нас до сих пор кидает то вверх, то вниз, но уже без тех жутких вспышек гнева, которые бывали у Аманды раньше. Мы довольны результатом, но пришлось постараться, чтобы увидеть эти изменения.

Думаю, что Аманда потянулась к нам навстречу, а не отвернулась от нас главным образом потому, что мы выполняли все указания психотерапевта. Нам пришлось преодолеть свою обиду и гнев на ее поведение, и в итоге мы стали более открыты для привязанности с ней. Мы не прятались от разговоров на трудные темы, откровенно говорили с Амандой о ее чувствах, ее прошлом и о нашей любви к ней. В первые полгода мы обнимали ее каждый день. Мы до сих пор обнимаем ее по несколько раз в неделю, хотя ей уже семнадцать лет. Это прекрасный способ для поддержки взаимной привязанности. Да, Аманда до сих пор в чем-то расстраивает и раздражает нас, испытывает наше терпение, но при этом она способна пересматривать свое мнение и воспринимать наши указания и советы без прежнего раздражения.

Мы советуем всем приемным родителям неукоснительно выполнять предписания психотерапевта. Делайте все возможное, чтобы следовать его советам до последней буквы! Иногда это требует прохождения отдельной 'родительской' терапии, но если вам действительно хочется установить связь с приемным ребенком, надо быть готовыми принять его привязанность тогда, когда он сам будет готов к этому. Не забывайте о его «расстройстве», но не теряйте из виду и общую картину. Не застревайте в будничных проблемах. Как бы ни было трудно, нельзя за мелочами забывать о более важных вещах.

В том, что Аманда действительно «идет на поправку», меня убедила та легкость, с которой мы можем вернуть ее в нормальное состояние, если она вдруг «идет под откос». До начала терапии – что бы мы ни делали, ничего не помогало. Теперь же мы стали настоящими мастерами по «развороту» Аманды на 180 градусов; и все, что для этого требуется, – это немного времени на установление эмоционального контакта и несколько слов о том, как сильно мы о ней заботимся, и почему ее поведение нас отталкивает. И это всегда срабатывает.

Еще я поняла, насколько прочен наш брак и какой надежной опорой он может быть для наших детей. Раньше я не очень умела справляться со стрессом и теперь стараюсь исправить положение. Но до сих пор у меня почти каждый день болит голова, и иногда после очередного 'закидона' Аманды я испытываю что-то вроде посттравматического стресса. Мне кажется, в такие моменты очень важно позаботиться именно о себе, потому что иначе можно сильно подорвать и здоровье, и отношения в семье. Все это время меня очень выручала поддержка родных, друзей и прихожан нашей церкви.

Я по-прежнему беспокоюсь о будущем Аманды. Но сейчас я по крайней мере знаю, что оно у нее есть. Иногда мы в шутку говорим ей, что если и в тридцать пять она будет «выкидывать коленца», мы приедем к ней домой, крепко обнимем, вправим мозги, а потом научим и ее мужа, как справляться с ней в такие минуты. Возможно, когда-нибудь так и случится. Но сама Аманда хочет быть нормальной и даже спрашивает, нормальны ли некоторые ее поступки. Иногда она даже может сказать: «Сегодня я не в своей тарелке». Мы гордимся ее успехами и молимся, чтобы она не сходила с этого пути.

Пег и Дин,
родители Аманды.

ИСТОРИЯ ОДНОГО МЕЖДУНАРОДНОГО УСЫНОВИТЕЛЯ

Если вы усыновляете из-за рубежа и ваши дети не говорят на английском, не ждите, что в первые полгода вам будет хватать «международного языка объятий и поцелуев». Вам будут говорить, что все, что нужно детям, - это любовь. Не попадайтесь на эту удочку. Это бред. Вашим детям понадобится намного больше, чем «просто любовь»; возможно *гораздо* больше, чем вы ожидаете. Приготовьтесь к схватке. Потребуется много времени, но при хорошей поддержке вы справитесь – или по крайней мере сможете начать движение в правильном направлении.

Если вы думаете, что сходите с ума, - это так! Признайте свои чувства и страхи. Самое главное: доверяйте своей жене, она говорит вам правду. Дети относятся к ней по-другому, *совсем* по-другому. Самое худшее, что можно сделать своей семье и своему браку, – это отказать своей жене (или мужу) в поддержке. Вот тогда вы просто обречены на катастрофу.

Будьте готовы к асоциальному поведению детей. Скорее всего, ваши приемные дети пережили такое, что не должен переживать ни один ребенок да и взрослый тоже. Старайтесь сохранять оптимизм и чувство юмора. Это нелегко. Не забывайте, что ваши дети воспитывались в обстановке, которая сильно отличалась от вашего детства и детства вашей жены. Не пытайтесь воспитывать их так же, как воспитывали вас. Это просто бессмысленно.

Мы усыновили троих белых детей, которые в обычной одежде выглядят так, будто выросли в одном из американских городков. Но не позволяйте себя одурачить. Наши дети не отсюда, и хотя выглядят они «как все», но чтобы *стать* как все, им предстоит еще очень долгий путь. Когда наши дети приехали из России, им было семь, пять и три года. Они никогда не слышали о вещах, знакомых каждому американскому ребенку, типа игры в бейсбол, известных футбольных команд, героев мультфильмов... Их культурная среда была совсем другой, и бывает, что они все еще теряются при общении с местными сверстниками. Просто они выросли в другой стране, и хотя к чему-то уже приспособились, но некоторые углы торчат до сих пор. Нам часто говорили, что лучше бы мы усыновили детей из Азии, – тогда люди сразу бы видели, что они приехали из другой части света.

По нашему опыту, наибольшую роль в привязанности к нам наших приемных детей сыграли семейные традиции. До усыновления мы были бездетны, поэтому свою семью нам пришлось создавать всем вместе. Например, каждый год 1 октября мы празднуем годовщину усыновления. Дети ждут этого праздника: мы покупаем торт и мороженое, все надевают карнавальные колпачки. По пятницам мы вместе смотрим какой-нибудь фильм, это называется у нас «семейные вечера». А на ужин мы всегда собираемся за общим столом и стараемся побольше общаться.

Мы решили не перегружать детей спортивными кружками: каждый из них занимается каким-то одним видом спорта в сезон. Давать таким детям дополнительную нагрузку и слишком плотное расписание - большая ошибка. Они плохо справляются с избыточными впечатлениями. То же самое можно сказать про отпуска и семейные встречи. Следите, чтобы все это не создавало лишний стресс, и сами не напрягайтесь, а в путешествиях принаравливайтесь к ритму ребенка.

Важно при детях общаться на правильном английском языке. Избегайте сленга и следите за произношением, чтобы с первых дней дети привыкали говорить правильно. Это очень большая ответственность, ведь дети не различают «плохой» и «хороший» английский, и именно вы должны их этому научить.

Воспитывая приемных детей никогда не забывайте о долгосрочной перспективе. Если отпустить поводья, душевная боль таких детей может разрушить и вашу личность, и ваш брак. Оставайтесь реалистом и не ждите, что ваши приемные дети непременно поступят в колледж (хотя бывает и такое). Может оказаться, что самая реалистичная и правильная задача для них, – это полноценно закончить хотя бы среднюю школу. Ваши дети уже и так многого добились, учитывая, сколько серьезных перемен им пришлось пережить.

Нашему старшему ребенку на момент усыновления было семь лет, и ему потребовалось много времени, чтобы поверить, что он с нами навсегда. Но, возможно, окончательно смириться с этим фактом он не сможет никогда, потому что до сих пор находится в заблуждении, что российская опека забрала его у биоматери по ошибке.

*Боб и Маргарет,
приемные родители троих российских детей.*

ГОЛОС РЕБЕНКА

Дорогой папа, я люблю тебя, потому что ты мой папа. С любовью, Марина.

*Марина, 6 лет,
дочь Боба и Маргарет.*

*ЧТО ТАКОЕ БЫТЬ МАТЕРЬЮ ДЛЯ РЕБЕНКА,
ПЕРЕЖИВШЕГО ТЯЖЕЛУЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ТРАВМУ*

Недавно меня спросили, усыновила бы я нашего сына еще раз, если бы знала то, что знаю о нем сейчас. Для меня ответ был очевиден. Я удивленно взглянула на спрашивающего и сказала: «Конечно! Почему вы спрашиваете?»

Но вообще-то такой вопрос мог бы возникнуть у каждого, кто общался с нашей семьей на протяжении последних шести лет. Все это время мы спорили с властями округов, администрациями больниц и школ, учителями, школьными инспекторами, и снова со школами, школами и еще раз школами. Во время приступов нам приходилось удерживать нашего сына или наблюдать, как это делают другие. Бывало, ночи напролет мы слушали, как он кричит, и мечется во сне, и бьется в кровати так яростно, что у нее вот-вот треснет металлический каркас. Невозможно подсчитать, сколько часов мы провели на школьных собраниях, сеансах терапии и в суде. Хотелось бы мне, чтобы каких-то пунктов в этом списке не было? Конечно. Но спрашивать о том, хочу ли я, чтобы у нас не было нашего сына, равносильно вопросу, согласна ли я отрезать себе правую руку.

Воспитание ребенка, пережившего душевную травму, – это самое важное дело, которое мы могли бы сделать в своей жизни. Крайне напуганного и чрезвычайно обиженного одиннадцатилетнего мальчика нам удалось превратить в умного и заботливого семнадцатилетнего юношу. Мы стали свидетелями того, как наш сын смог преодолеть последствия многолетних издевательств со стороны биоматери и системы охраны детства – включая два кошмарных года в специализированном интернате, где он подвергся групповому изнасилованию, где часами сидел в изоляторе, а сосед по комнате несколько раз покушался на его жизнь.

Воспитание нашего сына напоминало катание на американских горках. Бывали времена, когда все в доме несло вверх тормашками и нашу семью раздрали глубокий стресс, жестокие разочарования и бесконечный гнев. Но в то же самое время мы наблюдали поразительное развитие этого ребенка, который пришел к нам с целым «букетом» серьезнейших диагнозов (помимо целого ряда расстройств и нарушений «попроще»): синдром дефицита внимания и гиперактивности, посттравматический стресс, оппозиционное вызывающее расстройство и обширная задержка развития. До появления в нашей семье этого мальчика так долго пичкали сильнейшими лекарствами, что зачастую он напоминал робота; зато теперь он не принимает ни одной таблетки.

Парню было всего одиннадцать лет, а он уже принимал больше лекарств, чем прописали бы взрослому, раза в два выше и тяжелее его. И мы так гордимся, что наш напичканный лекарствами сын смог отвыкнуть от таблеток и научился справляться со своими переживаниями самостоятельно. Только в семнадцать лет он начал понимать, что это такое злость и отчаянье, и как ими можно управлять. Как было радостно услышать однажды от психиатра, что наш мальчик больше не нуждается в наблюдении и с него снимаются все первоначальные диагнозы.

С самого начала мы сказали сыну, что будем всегда любить его и заботиться о нем и дадим ему все возможности и средства для максимальной реализации его потенциала, каким бы он ни был. Например, если предел его возможностей – это «тройки с минусом», и он скажет глядя нам в глаза, что ради этого результата выложился до конца, - тогда мы будем рады и «тройкам». Все, что мы можем дать нашему сыну, - это возможности и средства, а также безопасную и любящую среду обитания. Всю остальную работу ему придется делать самому. Он может сам решать: пасть жертвой собственного прошлого или победить его. Но кем бы ни стал наш сын, это будет только *его* успех, а не наш.

*Беверли,
усыновительница.*

РАССКАЗ СЫНА БЕВЕРЛИ

Я стараюсь не вспоминать время, проведенное в специализированном интернате. Сначала меня хотели отдать туда на короткий срок, пока выздоравливает мама из моей временной семьи, но в итоге этот кошмар продолжался очень долго. Мне еще повезло, что приемным родителям разрешали забирать меня на выходные и праздники. Если бы не они и не мои нынешние родители, я не знаю, что бы со мной сейчас было.

Сначала я согласился на усыновление, только чтобы меня побыстрее забрали из интерната. Но со временем кое-что изменилось, и я могу сказать, что теперь рад усыновлению по многим другим причинам.

Я очень рад, что до сих пор могу навещать своих приемных родителей из временной замещающей семьи. Это очень важные для меня люди, вроде любимых тети и дяди. Мои нынешние родители тоже с ними подружились и никогда не отказываются пару раз в год потратить три часа на дорогу, чтобы я мог навестить ту семью. Иногда я звоню своей приемной семье.

Бывает, что я сержусь на моих родителей и говорю, что они мне не настоящие родители, но в душе я знаю, что они самые лучшие и самые настоящие родители, которые могут быть, и что мне ужасно повезло.

*Фред,
сын Беверли, усыновленный из временной семьи в возрасте одиннадцати лет.*

ПОСВЯТИТЬ СЕБЯ НЕПРОСТОМУ РЕБЕНКУ

Когда Стивен впервые переступил порог нашего дома, он казался лунатиком. Ему было тогда восемь лет, и наша семья была для него десятой по счету. Стивен не умел нормально ползать, ходил и бегал он тоже очень неуклюже. Он постоянно наткался на предметы и людей (даже если они находились прямо перед его носом) и, кажется, совершенно не чувствовал положения своего тела в пространстве. Стивен не умел обниматься и только слабо похлопывал нас по спине без каких-либо эмоций на лице.

Его навыки общения были недоразвиты - особенно это касалось близкого общения, например, в семье. Стивен не понимал, что такое красота, доброта, искусство. Когда он говорил «спасибо», его глаза и голос оставались печальными и пустыми. Стивен умел сделать заказ в ресторане или поговорить с официантом, как взрослый, но он не умел смотреть в глаза, слышать слова «я люблю тебя», признавать вину и извиняться за свои проступки. Он очень хорошо понимал любые правила, но у нас их и так было немного. Для Стивена знание правил означало, что он мог сам решать, когда и в какой степени их нарушать, и это давало ему контроль над ситуацией.

Например, Стивен мог – и может до сих пор - попытаться задержать или полностью сорвать наш общий выезд на какое-нибудь мероприятие. Или поставить нас в неудобное положение на публике. В школе Стивен мог облизать одноклассника, закатить истерику, завизжать на пределе сил или запрыгать, как трехлетний ребенок. Дома он матерился и катался в истерике по три часа кряду; тряс и однажды даже сломал свою кровать; хлопал дверью, пока она не слетела с петель. Он мучил нас самыми разнообразными способами.

Огромное впечатление на Стивена произвело происшествие, случившееся за неделю до окончательного судебного слушания о его усыновлении. Полиция тогда забрала его из дома, и ночь Стивен провел в участке. Утром мы за ним приехали, и Стивен смотрел на нас, как на сумасшедших. Раньше от него отказывались и за более невинные провинности. Через неделю мы его усыновили. Самое ценное, что вы можете сделать для ребенка, лишенного чувства привязанности, - это оставить его с собой.

Когда Стивену исполнилось девять лет, он начал курс интенсивной терапии. Терапевт пообещал, что даже если это не поможет Стивену, то точно поможет нам. Во время терапии Стивен вспомнил некоторые события своей жизни, и они были ужасны. Во время сеансов мы – родители, которых он еще едва знал, - как будто оказывались перед экраном телевизора, где показывали жуткий фильм о жизни Стивена. Иногда нам даже хотелось прыгнуть в экран и остановить этот фильм – так велика была его и наша боль.

Уже тогда мы знали, что Стивен не такой, как другие дети. Его взгляд был мертвым. Он не испытывал ни радости, ни разочарования, ни любви, ни грусти. В те времена он был только злой и фальшивый. Но с тех пор Стивен узнал как взлеты,

так и падения, причем взлетов было больше. И этот опыт научил нас некоторым вещам, которые могут пригодиться и другим усыновителям.

Будьте дисциплинированы. Ожидайте от приемного ребенка только того, что он реально может дать. Не надейтесь на приемы, которые сработали с другими детьми, – вашему ребенку нужен особый подход. Будьте готовы к тому, что иногда странное решение – самое лучшее решение. Научитесь смотреть отстраненно на самую отчаянную ситуацию и поддерживать ребенка даже тогда, когда больше всего на него хочется накричать. Смиритесь с тем, что за ребенка вам будет неловко. Поведение вашего ребенка будет шокировать окружающих, их реакция будет неоднозначной. Но благополучие ребенка все равно гораздо важнее чужого мнения о вас или о нем – или о ваших методах воспитания. Ваш супруг должен быть вашим союзником – а союзники вам понадобятся. Укрепляйте ваш союз при любой возможности. Не забывайте о других своих детях. Один непростой ребенок может доставить домашним столько переживаний, что и представить себе невозможно. Сохраняйте чувство юмора. Научитесь смеяться над самыми несмешными ситуациями, в которых вы обязательно окажетесь.

Приемные дети научили нас, что мы сильнее, чем думали, и что мы готовы дать много безусловной любви. Мы научились устанавливать разумные границы: не переутомляться, не брать на себя ответственность за чужих детей, говорить «нет» и не считать себя лично виноватыми в поведении приемного ребенка. Не переживайте; пусть переживает сам ребенок, потому что только он должен терпеть отрицательные последствия своих поступков. И не считайте, что обязаны следовать советам доброжелателей, которые ничего не смыслят в ваших проблемах, вроде директора школы, соседей, вашей мамы, полицейских, учителей, бывших психотерапевтов. Доверяйте только себе и вашему специалисту по расстройству привязанности.

Случалось, что у нас не было готового решения. Иногда оно приходило позже, и тогда мы ждали следующего удобного случая. Наша жизнь со Стивеном заметно раздвинула рамки нашего восприятия и помогла иначе взглянуть на других людей, особенно неблагополучных. Теперь мы знаем: душевные раны Стивена настолько глубоки, что, возможно, мы никогда не сможем оценить весь масштаб нанесенного ему ущерба.

Наконец, история Стивена учит нас, что даже такие дети, как он, стоят родительских усилий. (Сейчас мы находимся в процессе усыновления двух детей из одной биосемьи, у каждого из которых диагностировано нарушение привязанности). Глубоко в душе у такого ребенка зажато нечто, отчаянно жаждущее снова увидеть свет. Скорее всего, потери такого ребенка полностью не восстановит, но можно вернуть хотя бы большую их часть. Душевная боль Стивена сильна, но преданность и безусловная любовь – не менее сильное лекарство.

*Люси и Майкл,
усыновители.*

ВСЕГДА НАЙДЕТСЯ МЕСТО ДЛЯ ЕЩЕ ОДНОГО РЕБЕНКА

Мы всегда подтрунивали над советами агентств по усыновлению подождать как минимум два года до принятия следующего ребенка. В итоге мы усыновили двух детей из разных биосемей с интервалом в девять месяцев. Сначала осенью мы усыновили трехмесячную Ханну. Она адаптировалась довольно быстро, хотя сначала приходилось удерживать⁹⁶ ее до четырех раз в день. Но два старших ребенка ее просто обожали, она нормально развивалась, и мы подумали: «Почему бы не взять еще одного?»

Сэм родился в июне. Это был ребенок-мечта, который уже в полтора месяца спал всю ночь напролет. Днями напролет он гулил и внимательно рассматривал наши лица, а Ханна (к этому времени ей исполнилось тринадцать месяцев) кружила вокруг, придумывая, как бы от него избавиться.

Я никогда не забуду день появления Сэма в нашем доме. Когда мы внесли малыша в комнату, Ханна сидела на нашей кровати. Она взглянула на него, потом на нас, затрясла головой и закричала: «Нет!» И так продолжалось еще полгода.

Она бросала в Сэма игрушки, сталкивала его с коленей, отказывалась спать по ночам, перестала есть за общим столом (теперь Ханна требовала, чтобы ей давали бутылочку, как маленькому брату), и ее приходилось удерживать до шести раз в день. Мы никогда бы не подумали, что бывает такой кошмар.

Сейчас Ханне пять лет, а Сэму почти четыре, и они лучшие друзья. Ханна и Сэм до сих пор спят в одной спальне. Мы сделали пристройку к дому, и скоро для каждого из детей будет готова своя комната. Но теперь «Нет!» кричат оба, потому что Ханна и Сэм не хотят расставаться друг с другом.

Нам кажется, все четверо наших детей крепко к нам привязались. За это время наша семья пережила много веселых моментов, а порой и кое-какие трудности. Но особенно забавно было наблюдать, как у этих четырех биологически не связанных детей складывались близкие родственные отношения. Из-за разницы в возрасте двое младших детей считают самого старшего брата чем-то вроде еще одного родителя; и если мамы или папы нет дома, они идут за помощью именно к нему. Двое старших детей немного соперничают, но у них есть и много общих интересов. Сейчас им четырнадцать и девять лет, и они оба занимаются бейсболом, что сближает их еще больше. При этом девятилетка просто боготворит четырнадцатилетнего брата, а тот, в свою очередь, относится к младшему, как к любимой (в большинстве случаев) рыбке-прилипале.

Глядя на наших детей с точки зрения опытного усыновителя, я не понимаю, как

⁹⁶ В данном случае, скорее всего, имеется в виду не просто объятие, а удерживание, применяемое в холдинг-терапии. Сущность метода заключается в тесном физическом контакте с ребенком (удерживание в крепких объятиях) на фоне положительного эмоционального общения. Подробнее о холдинг-терапии рассказывается в Приложении № 1 в конце книги. – прим. издателя.

можно разлучать братьев и сестер. Эти дети уже и так потеряли очень много – зачем же обрывать их последнюю связь с биосемьей? Не представляю, чтобы когда-нибудь наши дети потеряли друг друга.

*Кэнди и Джим,
усыновители четырех детей, одного из США и трех из-за рубежа.*

РАССКАЗЫВАЕТ РЕБЕНОК

Когда я приехала в мою нынешнюю семью, мне было пять с половиной лет, я была маленькая и очень боялась. Я ни в чем не была уверена. Потом я стала доверять моей маме немного больше, но я все еще боялась. У меня был еще страх внутри. Я так стеснялась, что старалась не говорить. У меня был плохой характер, и я пряталась и не хотела выходить к людям сама; они сами должны были ко мне подходить.

Я все еще стесняюсь и раздражаюсь, но боюсь уже не так сильно, как раньше, и выхожу к людям сама. А еще я очень доверяю моей маме.

*Робин, 10 лет,
удочерена в пять с половиной лет вместе со своим братом.*

СИЛА В КОЛИЧЕСТВЕ

Курс интенсивной терапии у доктора Кека в Кливленде прошли многие из моих детей. Я считаю всех, кто с ним работает, ангелами, а самого доктора Кека – добрым волшебником. Я думаю, та терапия, которую проводят в Центре формирования привязанности в штате Огайо, могла бы помочь многим детям и многим приемным родителям.

Каждую встречу со специалистом я жду не только ради самого ребенка, но и ради самой себя. Случается, что только там я могу обсудить что-то важное для себя. Я всегда задаю много вопросов и готова попробовать самые немыслимые приемы, лишь бы они помогли моим детям.

Интересно, что у многих детей есть нарушения привязанности, но при этом для каждого случая нужен особый подход. Это очень индивидуальное расстройство, и вылечить его можно тоже только индивидуально. Чтобы найти «ключ» к конкретному ребенку, родителю приходится перепробовать кучу приемов. При воспитании ребенка с расстройством привязанности надо работать над основными эмоциями: гневом, грустью, радостью и страхом. Меня особенно выматывает то, что у таких детей гнев порой проявляется через грусть, а грусть

и страх - через гнев. Как было бы здорово, если бы сразу было понятно, что переживает ребенок.

Невозможно описать тот момент, когда ребенок с эмоциональными расстройствами начинает искренне проявлять свои настоящие чувства. Например, я никогда не забуду тот день, когда расстроенная Робин просто заплакала и посмотрела на меня грустными глазами! (Это случилось, когда навещавшая ее сестра уехала обратно в свою замещающую семью). Я сама расстроилась и даже заплакала, и, конечно, мы с Робин разделили эти слезы друг с другом (как советовали мне вы, Регина Купеки!).

Сейчас я воспитываю шестерых детей – некоторые из них уже стали частью нашей семьи, другие пока нет. Я очень надеюсь, что когда-нибудь мы все будем одной дружной семьей, но даже если этого не случится, я не буду себя винить. Моя главная задача - дать моим детям чувство безопасности и воспитать их ответственными и приличными людьми.

*Натали, мать Робин,
одинокая усыновительница шести детей-сирот.*

МОЯ МАМА - «МАТЬ ГОДА»

Мою маму надо выбрать «матерью года» за то, что она старается помочь всем, кому может. Она усыновила шестерых детей. Каждый день она дает мне какое-нибудь дело, и это мне помогает. В третьем классе она помогла мне стать самым умным в классе. Моя мама работает в Южной средней школе (South Middle School) и старается помочь и другим ребятам.

Она всегда отдает кому-то вещи или приглашает погостить у нас. Когда у меня были неприятности, она никогда не отворачивалась от меня. Если мне плохо, она всегда рядом.

Если бы она не усыновила меня, я бы так и переезжал из одной замещающей семьи в другую. Мама строгая с нами, потому что не хочет, чтобы мы выросли в бомжей. А еще моя мама спасла двух кошек, и они так и живут с нами.

Если она начинает дело, то доведет его до конца. Она ходит на специальные собрания, где решает проблемы учеников своего класса. Мне всегда хотелось пригласить маму в какое-нибудь особенное место и сказать ей там, как я ценю ее доброту. И за все это она не просит подарки. Она делает это просто потому, что так хочет. И поэтому моя мама заслуживает самой большой и красивой награды.

*Дионтай, 11 лет,
приемный сын Натали с восьми лет.*

СОВЕТЫ ОПЫТНОЙ МАМЫ

Вот что я хотела бы посоветовать другим приемным родителям:

- Соберите как можно больше информации обо всех эмоциональных и физических проблемах, диагностированных у вашего ребенка.
- С первого дня ясно объясните ребенку, чего от него ожидаете.
- Никогда не вините себя, если к ребенку пришлось применить последствия за неудовлетворительное поведение.
- Не закрывайтесь в себе, делитесь проблемами с другими приемными родителями.
- Не ждите, что родственники, друзья или соседи будут понимать смысл ваших действий. Тот, кто не живет с вами в одном доме, никогда этого не поймет.
- Нет манипуляциям и интригам! Обсуждайте и выясняйте с супругом (супругой) все вопросы сразу и до конца.
- Насколько получится, давайте ребенку возможность почувствовать естественные последствия его поступков.
- Никогда не показывайте, что вам стыдно за поведение ребенка в общественных местах, - что бы он ни вытворял.
- Запишите детей на кружки и в клубы: у ребенка не должно быть слишком много свободного времени.
- Проводите как можно больше времени за общими занятиями. Приемные дети вообще не представляют, что такое нормальная семья.
- Всегда выслушивайте ребенка.
- Будьте всегда хорошим примером для детей.

*Маржори,
усыновительница.*

ЕЕ ДОЧЬ СОГЛАСНА

Научите своих приемных детей всему, чему можете; запишите их на внеклассные занятия типа хоккейной или бейсбольной команды либо группы поддержки⁹⁷. Проводите весь день со своей семьей. Разговаривайте с детьми – спросите, нет ли у них проблем и как прошел их день. Участвуйте во всем, чем занимаются ваши дети.

*Карла, 13 лет,
приемная дочь Марджори, удочерена в возрасте девяти лет.*

ДОРОГА ДЛИНОЮ В ЖИЗНЬ

Вот что мы узнали с тех пор, как стали родителями ребенка с нарушением привязанности:

- Привязанность и доверие - это одно и то же.
- Любое живое существо должно быть к чему-то или к кому-то привязано. Дети с полным отсутствием привязанности умирают.
- Та боль, которую переживают родители, узнавшие о своем бесплодии, вполне сопоставима с болью, которую переживает ребенок, прошедший усыновление.
- Нашей дочери придется всю жизнь работать над проблемами безопасности, доверия и предательства со стороны самых близких людей.
- Наша дочь сделала огромный шаг вперед, что убеждает в верности теории о большом приспособленческом и восстановительном потенциале человеческого мозга. Но жизнь сложнее теории. Крайняя запущенность в раннем детстве привела к столь разрушительным последствиям в сознании нашей дочери, что - независимо от того, что мы сделали и продолжаем делать для формирования ее привязанности к нам, - они будут довлеть над этой девочкой всю ее оставшуюся жизнь.
- Нам представляется, что каждый раз испытывая острое горе и утрату, наша дочь вспоминает свои переживания в тот момент, когда ее биологическая мать бросила ее. Подсознательно наша дочь отождествляла это чувство гнева и даже ярости с биологической матерью, и наоборот. Поэтому наши попытки

⁹⁷ *Группа поддержки* (или «черлидинг» от англ. “cheerleading”) - это вид спорта с элементами танца, гимнастики и акробатики. Своими выступлениями группа поддержки должна привлекать зрителей на соревнования команд, создавать обстановку «позитивного фанатизма» и поддерживать дух самой команды. – прим. издателя.

помочь ей «освободиться» от этого гнева она принимала за требование отказаться от единственного человека, к которому была по-настоящему привязана. Ответственный родитель должен хорошо понимать, какой сознательный и/или бессознательный смысл имеют для ребенка те или иные его действия, и быстро корректировать свое отношение в нужную сторону.

- Мы думали, что даем нашей дочери очень много, но этого все равно оказалось недостаточно, чтобы возместить ей утрату родной семьи. Она не была благодарна за то, что оказалась с нами.
- Сначала мы ожидали от нашей дочери, что она начнет испытывать к нам истинно дочернюю привязанность; и эти ожидания заставляли ее мучиться не меньше, чем пережитые в прошлом жестокое обращение, брошенность и травмы. У нас был выбор: или вообще ничего от нее не ждать, или признать, что мы сами в чем-то усугубляем неспособность нашей дочери доверять и привязываться к другим людям. Мы выбрали первое.
- Едва войдя в наш дом, дочь начала вытаскивать на свет все наши потаенные проблемы. Из-за постоянной сверхнастороженности у нее развилась невероятная способность чувствовать слабые места других людей и пережитые ими в детстве психологические травмы. И то, как мы подчас реагировали на ее поведение, объяснялось не столько заботой о выживании этой девочки, сколько желанием защитить от ее атак свое собственное эмоциональное, психологическое и физическое благополучие. Но разве этим должны руководствоваться взрослые?
- Нашей самой большой ошибкой было отрицать или недооценивать уровень практического интеллекта нашей дочери. Сначала те способности, которые помогли ей выжить, были для нас всего лишь еще одним проявлением ее патологии. Но с того момента, когда мы признали их ценность и важность, наше отношение к некоторым ее поступкам стало более конструктивным.
- Способность нашей дочери к привязанности и доверию особенно укрепляется в те моменты, когда мы не ждем, что она сделает шаг нам навстречу, а делаем его первыми. Ведь временами любому приемному родителю начинает казаться, что как раз его позиция самая правильная и именно к ней должен стремиться его ребенок. Довольно самонадеянное чувство.
- Должны признать, что нам не всегда удавалось сделать так, чтобы наша дочь чувствовала себя в этом мире в безопасности. Когда это получалось, ее тревожность немного снижалась. Но все наши попытки *доказать*, что с нами наша дочь в безопасности, оказались пустой тратой времени. Стараясь показать, какие мы замечательные родители, мы просто упускали драгоценные возможности для взаимоприятного общения.
- Больше всего нам помогли те специалисты, которые считали, что ребенок может почувствовать себя в большей эмоциональной и психологической безопасности только в том случае, если его родители тоже чувствуют себя эмоционально и психологически защищенными. Только у таких психотерапевтов хватает смелости и опыта справиться с детскими обидами и проблемами самих приемных родителей. Более того, такие специалисты искренне верят в том, что родители готовы и способны самостоятельно поработать над своими

чувствами и страхами. А самые лучшие среди них даже признают, что и сами страдают от некоторого нарушения привязанности (возможного у любого человека), и не отказываются поработать и над собственным эмоциональным и психологическим состоянием. Проблемы расстройства привязанности быстро не решаются, от них нет волшебных таблеток. Для каждого человека преодоление этого расстройства становится дорогой длиной в жизнь.

- В какой-то момент наша дочь вдруг взялась за учебу, перестала перечить и драться и вот уже несколько месяцев выглядит по-настоящему счастливой. Мы спросили ее, как у нее это получилось, и она ответила вот что: «Я просто решила, что больше не хочу быть злой». Наша дочь научила нас, что никого нельзя изменить насильно. Охота пуще неволи. Собственное желание ребенка сильнее самых лучших родителей и самого опытного психотерапевта.

*Бека и Кевин,
приемные родители десятилетней девочки,
которая была удочерена ими в возрасте четырех с половиной лет.*

МНЕНИЕ МАТЕРИ

До того, как шесть лет назад удочерить Минди, я ходила на все доступные семинары, курсы и тренинги для усыновителей. Но воспитание ребенка с нарушением привязанности в реальной жизни оказалось за пределами любой теоретической подготовки. Мы обе жили в полном смятении и беспорядке и постоянно находились в расстроенных чувствах. Когда я прочла «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”), я начала понимать проблему моей дочери. Но пока мы не обратились в Центр формирования привязанности, я почти утратила веру в себя и надежду на успех.

Там Минди впервые рассказала, что творилось в доме, где она родилась, и в других многочисленных местах, где потом воспитывалась. В то время я почувствовала, что она действительно моя дочь. Я восхищалась силой Минди и переживала ту боль, которую испытывает любой ребенок, отдаваемый на усыновление. Именно во время терапии Минди начала доверять мне, и я знаю, что и сейчас, пока продолжается работа над другими ее проблемами, Минди чувствует нашу взаимосвязь.

Мы обе что-то приобрели на этом пути – и наш личностный рост продолжается. У нас впереди еще много препятствий, но я уверена, что вместе мы победим.

Я всем сердцем благодарю вас за помощь мне и Минди.

Мой совет другим приемным родителям: никогда не опускайте руки и будьте готовы меняться и учиться у своего ребенка. Став надежным союзником своему ребенку, вы сможете вместе совершить самые славные подвиги.

*Кейти,
приемная мама Минди.*

МНЕНИЕ ДОЧЕРИ

(Предисловие от Кейти: «Во время обсуждения этой книги Минди вспомнила обо всех потерях в своей жизни и так расстроилась, что так и не смогла взяться за ручку. Тем более, мы писали все это на каникулах, а время каникул кажется особенно грустным для моей дочери. Поэтому Минди разрешила мне записать ее мысли за нее»)

Я не хотела, чтобы меня удочерили. Я всегда надеялась, что моя родная мама заберет меня из приемной семьи. Когда ее убили, я перестала ее ждать и захотела, чтобы меня удочерила та приемная семья, где я тогда жила, но они или не хотели, или не могли этого сделать. Потом ко мне приходила другая семья, которая вроде бы собиралась меня удочерить, но потом передумала. Мне хотелось, чтобы меня удочерили, чтобы больше не переезжать так часто с места на место.

Я чувствовала, что от меня отказалась и родная семья, и приемная, и та, которая сначала вроде бы хотела меня удочерить, а потом передумала. Я очень боялась удочерения и не очень хорошо его представляла. Я боялась, что моя новая мама тоже бросит меня. Я и сейчас боюсь иногда, что она меня бросит.

*Минди, 15 лет,
удочерена в возрасте девяти лет.*

ПОТЕРЯНА, НО НЕ ЗАБЫТА

Когда я усыновляла в первый раз, я выбрала международное усыновление, потому что в этом случае вероятность лишиться ребенка, который уже переехал в нашу семью, была бы минимальной. Но два моих международных усыновления оказались очень затратными, и тогда я решила взять третьего ребенка из американского приюта.

Моя новая дочь-подросток пришла с большим грузом проблем. Она с восьми месяцев находилась на государственном попечении и страдала серьезными эмоциональными нарушениями. Но к тому моменту я уже четыре года воспитывала ребенка с расстройством привязанности и была готова к новому испытанию. Да, я была искренне готова решать проблемы и моей третьей дочери, но мое решение так или иначе касалось и остальной семьи, включая двух предыдущих детей (обойм тогда не было еще восьми лет). С самого начала я понимала, что иду на риск, но я не из пугливых, поэтому ступила на этот путь с широко открытыми глазами.

В течение первых нескольких месяцев я бросила все силы на занятия с дочерью. Хотя сама я вполне справлялась с родительскими обязанностями, мне приходилось оценивать ситуацию с точки зрения семьи в целом. Не вдаваясь в подробно-

сти, могу лишь сказать, что поведение моей дочери стало представлять угрозу для двух младших детей. Мы смогли пережить несколько очень трудных месяцев, но я все чаще понимала, что жить с этим проблемным подростком становится опасно.

Однако я очень упорная. Я никогда не сдаюсь просто так. Я всегда говорила своим детям, что не стоит начинать дело, которое не планируешь закончить. Но когда жизнь поставила меня перед выбором между новой дочерью и остальной семьей, мне пришлось нарушить свое же правило. В этот раз я не смогла закончить начатое дело. Решение было столь очевидно, что я приняла его быстро и уверенно, хотя мне было очень больно.

В первое время после того, как дочь покинула наш дом, я испытала огромное облегчение. В течение предыдущих нескольких месяцев мои дни были заполнены бурной деятельностью, и с каждой минутой ее интенсивность только росла. Мне удалось установить личный контакт с дочерью, но ее поступки по отношению к другим членам семьи начали разрушать и эту связь. А потом она сделала одну запредельную вещь, и мне пришлось выбирать между безопасностью всей семьи и своим стремлением стать ей матерью. Для меня выбор был очевиден. Я отменила усыновление.

В этот переходный период я испытывала смешанные чувства. Я была счастлива видеть, что мальчики смогли наконец расслабиться. Но мне было так тяжело думать, что для моей дочери это был, возможно, последний шанс найти семью. Я была так рассержена. Мне было так грустно. Меня предали, и я горевала об этом.

Восстанавливалась я долго и трудно. Меня очень поддерживали друзья. Все мои родственники были просто счастливы. Но со стороны органов опеки отношение было прохладное и/или противоречивое, и это было очень обидно. Временами я считала себя полной неудачницей. Мне было ужасно грустно, что моя дочь так и не сумела принять мою любовь. Но большую часть времени я горжусь тем, что сделала правильный выбор для своей семьи.

С тех пор прошло больше двух лет. Недавно моя бывшая дочь позвонила мне, чтобы извиниться. Она выросла и поняла, что потеряла что-то очень важное.

Моя реакция на ее звонок удивила меня. Я открыла в себе нечто новое. Это чувство можно описать словами одного католического священника, который сложил сан после двадцати лет службы: «Священник - всегда священник». Он говорил, что до сих пор всякий раз, когда слышит сирену «скорой помощи», останавливается и ищет тех, кому нужна духовная поддержка.

Моя бывшая дочь позвонила мне. Ей нужно было поговорить. Она спросила, можно ли ей позвонить мне еще. Я заплакала и сказала: «Да». Мама - всегда мама.

*Вики,
усыновительница.*

СКВОЗЬ ТЕРНИИ — К ЗВЕЗДАМ

Около тринадцати лет тому назад мы с мужем усыновили первого из наших девяти приемных детей с особыми потребностями. Этот поступок в корне изменил всю нашу жизнь. Наши дети появлялись у нас один за другим, и первым был шестнадцатилетний подросток, а сразу за ним - очень маленькая пятилетняя девочка с пороком развития позвоночника. Спустя еще год мы буквально умолили сотрудника нашей опеки дать согласие на усыновление Джона, красивого девятилетнего мальчика, который проходил в то время курс лечения в детской психиатрической больнице. Когда он прожил с нами около года, органы опеки разрешили нам - пусть и неохотно - удочерить его девятилетнюю сестру. Следующей была Кристин; она появилась у нас в возрасте двух дней и стала моим первым младенцем, хотя была уже пятой по счету. Когда Кристин исполнилось три года, мы взяли девятилетнего Брэда, чье усыновление отменили. А совсем недавно мы усыновили еще трех братьев в возрасте от одного до трех лет.

У нас просто замечательные дети, и хотя наш путь к семейному единству оказался долгим, это был самый благодарный труд из всех, которые мы с мужем когда-либо на себя брали. В процессе нам пришлось проявить весь свой творческий потенциал, неслыханное чувство юмора, самую упертую решимость и при этом гибкость, достойную йога. Мы научились радоваться любым мелочам, не ждать милостей от природы, держаться всегда вместе как приклеенные и смеяться неудачам в лицо. Теперь мы знаем, как дороги объятия; как замирает сердце, когда тебе доверяют; как ужасно жестокое обращение и как бесконечно ценен каждый ребенок.

Со времени, когда мы только мечтали о детях, и до момента, когда мы наконец стали для них настоящими родителями, мы прошли много испытаний. Например, как долго можно сдерживать девятилетнего ребенка, если он плюется и пинается в ювелирном отделе универмага? Считается ли это нарушением общественного порядка, если в воскресное утро ваш восьмилетка смачно материт старушек, которые зашли перекусить в кафе перед церковной службой? Стоит ли обращать внимание на то, что многие друзья и родственники считают вас с мужем душевно больными, да и вы сами порой сомневаетесь в своем психическом здоровье? Кроме традиционных навыков родительского выживания мы научились виртуозно уклоняться от летающих предметов и штукатурить проломленные стены, выучили наизусть телефон центра по контролю ядовитых веществ и знаем, как объяснить ребенку, почему за угрозу убийства директора могут исключить из школы.

Только на курсах по воспитанию детей с особыми потребностями мы узнали об альтернативной шкале измерения успеха. В один прекрасный день я поняла, что хвалю своего сына лишь за то, что он смог закончить истерику всего за десять минут (раньше она длилась час и более). Позже за стаканом лимонада я сказала ему, как горжусь тем, что он смог так быстро взять себя в руки и за всю истерику он ни разу в меня не плюнул. Так мой сын стал понимать, что он способен пресекать те действия, которые раньше выходили из-под его контроля. Мы с ним стали одной командой – вот в чем был наш успех!

Когда моя дочь начала сочинять рассказы, в которых она делала правильный выбор и представляла себя героиней, а не жертвой, один друг спросил: «А вам не надоели ее дикие истории?» Нет, это был успех! Моя четырехлетняя дочь оттолкнула блюдо с брокколи и сказала: «Я это не хочу!» Повод прочитать лекцию о здоровом питании? Нет, это был успех! Ведь до этого случая мой ребенок никогда не чувствовал себя сытым и порой ел до рвоты.

Моя работа значительно облегчилась, когда я научилась рассматривать каждую ситуацию с точки зрения ребенка. Отказ моей десятилетней дочери от фотографирования или съемки на семейное видео полностью прояснился, когда я узнала, что она была жертвой детской порнографии. Навязчивые вопросы моего сына о количества топлива в баке можно было простить, зная, что его вместе с младшей сестрой заставляли незаметно пробираться на заправочные станции и воровать бензин. Когда мы с мужем перестали поддаваться чувству разочарования и попытались понять, что же мотивирует наших детей, мы смогли помочь им изменить поведение, сложившимся в результате пережитых ранее травм.

Усыновление детей старшего возраста, нуждающихся в специальной помощи, изменило мои представления о том, какой должна быть семья. Ранее я всегда думала, что это будут две или три копии меня самой и моего мужа. Эти идеальные дети будут думать, почти как мы, и, конечно же, разделят большую часть наших ценностей. Однако дети, которых мы усыновили, оказались уникальными маленькими созданиями, которые смогли выжить и расцвести после всех ударов судьбы. В то же время я поняла, что, несмотря на всю мою помощь, их характер в какой-то мере сформировался на основе опыта, который я никогда не смогу постичь. Они научились доверять вопреки жестокости мира. Они научились рассматривать себя как ценность отчасти потому, что они узнали, как они мне дороги. Они верят, что жестокое обращение может быть остановлено, – потому что они сами живое тому доказательство.

Невозможно выразить словами, с какой радостью я смотрю теперь на нашу семью. Вот уж действительно:

«Но я решил направо свернуть -
И это решило все остальное»⁹⁸.

*Лайза,
усыновила девять детей-сирот с особыми потребностями,
включая Кэри и Брэда, чьи истории приводятся ниже.*

⁹⁸ Заключительные строки стихотворения Роберта Фроста «Другая дорога» (Изд.: АРГО-РИСК; Рудомино, 1999 г. в пер. Г. Кружкова).

УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОЙ

Мне девятнадцать лет и я пережила такой кошмар, который многим даже не снился. Сначала меня предала моя родная мать, которая считала, что доставить приятелю удовольствие важнее, чем защитить собственную дочь. Мне не было и семи лет, когда меня стали отдавать для эротических развлечений любителям автостопа и для съемок в детской порнографии. Когда мне исполнилось семь лет, органы опеки⁹⁹ наконец-то «спасли» меня.

В один прекрасный день они просто прислали в школу полицейских, которые прямо с урока забрали меня в какой-то странный детский приют. У меня отобрали одежду и выдали другую, опрыскали средством от вшей и отвели в комнату, где жил еще один четырехлетний ребенок, который круглые сутки безутешно звал свою маму.

Я не знала, где теперь моя мать и братья, и в первый вечер уснула в слезах. Примерно через шесть недель за мной приехала моя первая замещающая семья. Они думали, что я стану подружкой для их дочери, но я здорово испугала их своим рассказами о таких вещах, о которых «хорошие девочки не говорят». Так что из меня хорошей подружки не получилось, и меня отправили обратно в приют. Потом мои пожитки уложили в мешки для мусора, и я очутилась в «терапевтической замещающей семье». Это означало, что дела мои совсем плохи. Моя «терапевтическая» приемная мама была очень умной, и она не пугалась, даже когда я рассказывала о самых диких вещах.

Она всегда говорила то, что думала, и всегда ясно объясняла, чего от меня ждет. Но я так хотела к своей родной маме. Я просто ненавидела эту приемную «мамку-самозванку» и не скрывала это. Я устраивала ужасные истерики, пинала ее, материлась и часто позорила на публике. А она в ответ обнимала меня, и постепенно мне начало нравиться это чувство безопасности. Но когда у моей приемной мамы появился жених, меня опять вернули в приют.

После этого случая уже никто не мог запудрить мне мозги и заставить полюбить. В то время меня взяла терапевтическая приемная семья, в которой уже воспитывался мой старший брат. Тогда я не знала, что они хотели удочерить меня. Мне нравилось быть рядом с братом, и я хотела остаться в этой семье. Мне казалось, что у меня могло бы получиться. В конце концов, они же не отказались от моего брата Джона, хоть он угрожал даже убить их. Но люди из министерства сказали, что в этой семье и так много детей, и меня опять забрали. Вот так.

Моя следующая замещающая семья жила в соседнем доме. Мужчина часто тряс меня, как тряпку. Его было так легко вывести из себя. Они с женой любили наряжать меня и показывать, как куклу. Я чувствовала себя домашним животным. Ими было легко крутить, и скоро этим родителям стало совсем нелегко. Из-за того, что меня не хотела брать ни одна другая замещающая семья, меня вернули в ту, где воспитывался мой брат. Оказывается, они сами просили об этом, но я была уверена,

⁹⁹ В США эти функции выполняет Департамент социального обслуживания населения (Department of Human Services - DHS) – прим. издателя.

что нужна им только до тех пор, пока они не узнают меня получше. Я подумала - ну ладно, в этот раз я сама буду решать, когда мне уехать. У этой семьи было немногочисленных правил, но они никогда не менялись. Помню, однажды за какой-то проступок я должна была оставаться весь день в своей комнате, и моя приемная мама пришла ко мне со своей тарелкой, чтобы поужинать вместе со мной. Ей было грустно думать, что я ужинаю в одиночестве. Я помню, как кричала, что ненавижу их, а они обнимали меня, а когда приступ гнева заканчивался, мама укачивала меня на руках, пока я не засыпала. Я помню, как нас фотографировали для семейного альбома, и мне так хотелось навсегда остаться в этой семье. Но голос внутри меня сказал: «Нет! Нельзя, чтобы они заставили тебя полюбить их». Я поняла, что настало время уехать.

Я сочинила об этой семье несколько жутких небылиц и пересказала их соседям. Соседи сообщили куда надо, и к нам приехала проверка. Но родители куда меня не отдали. Какие бы гадости я ни делала, они ни разу даже не пригрозили мне приютом. Мы отлично проводили время: каникулы, дни рождения, купание, походы и поездки по магазинам. Ко мне относились точно так же, как к остальным детям. Мой папа придумывал мне смешные прозвища и сочинял песни только для меня и моих сестер. Мало-помалу я сняла оборону, я почувствовала себя в безопасности. Мои родители позволили мне быть самой собой. Они не указывали мне, что я могу или должна чувствовать, - они любили меня такой, какая я есть.

Мои родители верили, что я храбрая и толковая. Когда я особенно собой гордилась, они чувствовали этого и гордились мной не меньше. В нашем доме всегда хвалили не за результат, а за прогресс. Например, за первую «тройку» после сплошных «двоек». Родители никогда не говорили мне, что надо любить свою биологическую мать, чего бы она со мной ни творила. Но они понимали, что я ее люблю. И они никогда не говорили, что она была ужасным человеком, но понимали, когда я ее ненавидела. Мои родители верили в меня, и поэтому я сама начала в себя верить. Нам было часто весело вместе, и я начала понимать, что жизнь - это не только выживание. Мои родители дали мне силы, чтобы сделать свою жизнь такой, как мне хочется. Можно сказать, я нынешняя - это плод их любви в неменьшей степени, чем своерожденный ребенок.

*Кери,
приемная дочь Лайзы.*

НАКОНЕЦ-ТО ДОМА

Через три недели я уезжаю в колледж. Мне восемнадцать лет. Когда мне было два года, моя мать ушла из дома. Меня взяли к себе родители отца, и я жил с ними, пока через год отец не женился. Тогда я вернулся домой к отцу, мачехе и ее четверым детям.

Получалось, у нас в семье было пятеро детей и еще один на подходе. Мой отец всегда прятался от проблем, тем более что работа позволяла ему уезжать по нескольку месяцев.

Я писался в постель, болел гемофилией¹⁰⁰, и меня не любили старшие дети. От меня были сплошные неприятности. Когда отец приходил с работы, мачеха жаловалась на меня, и он тряс меня за это. Однажды из-за этого у меня случилось кровоизлияние в мозг, и я чуть ни умер. Потом мне исполнилось четыре года. Я был такой нервный, что когда пытался проглотить еду, меня рвало. Меня отправили в психиатрическую больницу. Мне исполнилось пять лет. Я сказал, что хочу умереть.

Отец и мачеха решили, что я буду жить со своей матерью. Они посадили меня и моего старшего брата на самолет в Джорджию. У матери постоянно менялись приятели, и она много работала. Мы жили в мотелях. От голода брат научил меня воровать еду. Когда приходил очередной друг, мать запиралась с ним в соседней комнате. Мою гемофилию никто не лечил, и мои колени иногда так ныли, что я плакал от боли. Потом мама сказала, что уезжает со своим другом и не сможет заботиться обо мне. Она отвезла меня в детский приют. Я ждал, что отец приедет и заберет меня.

Люди в приюте не знали, что делать с моей гемофилией, поэтому меня госпитализировали. Я ждал, что отец приедет и заберет меня. Потом меня снова отправили в приют. Я ждал, что отец приедет и заберет меня. Потом органы опеки нашли для меня замещающую семью. А я ждал, что отец приедет и заберет меня.

Эта семья оказалась очень строгой. Чего бы я ни делал – все было плохо. Я никак не мог понять, чего они от меня хотят. Они меня били. За то, что я плохо выполнял работу по дому, меня лишали еды. Я сильно похудел. Я писался в постель, поэтому меня опять били и сажали в холодную ванну. Каждый день я ждал, что мой папа приедет и заберет меня.

Социальный работник сказала, что эта семья хочет усыновить меня и уже подала заявление. Я ответил, что мой папа хочет забрать меня домой. Мне разрешили позвонить отцу, и я попросил его приехать и забрать меня. Он ответил, что у него и так слишком много детей. А приемные родители сказали, что кроме них, меня никто не усыновит, потому что я болею гемофилией и слишком большой. И я навсегда останусь просто воспитанником, который переезжает из одной замещающей семьи в другую. Мне тогда было десять лет.

Мне было очень плохо. Они стали бить меня еще больше. Однажды я показал свои синяки своему другу Джону. Он рассказал об этом своим родителям, а те сообщили моему социальному работнику. Родители Джона попросили отдать меня в их семью, но мой социальный работник сказал, что у них слишком много детей. Правда, он разрешил мне жить с ними, пока для меня не найдется другая замещающая семья. Ее так и не нашли, и я остался навсегда. Мои мама и папа были очень терпеливые, и я всегда точно знал, чего они от меня хотят. Они никогда не кричали на меня и уважали мое мнение и мои чувства. У меня всегда была свобода выбора, включая последствия этого выбора, и родители давали мне право делать этот вы-

¹⁰⁰ **Гемофилия** — наследственное заболевание, связанное с нарушением процесса свертывания крови. У больного возникают кровоизлияния в суставы, мышцы и внутренние органы, как спонтанные, так и в результате травмы или хирургического вмешательства (даже незначительных). – прим. издателя.

бор самостоятельно. Все их правила были разумными и понятными.

И еще они никогда не теряли веру в меня, даже если я совершал глупости или ставил их в неудобное положение. Я чувствовал, что нравлюсь новым родителям. И мы весело проводили время вместе, например, ходили в походы или ездили на рафтинг. Сначала я оставался в этой семье только потому, что меня не хотел забрать мой папа, но постепенно я полюбил их. Теперь это моя семья, и хотя с тех пор я пару раз виделся со своим отцом, я больше не хочу с ним жить. Я уже дома.

Брэд,
приемный сын Лайзы.

Боль от того, что тебя так и не удочерили, нельзя успокоить

Нам нужно, чтобы нас любили в любом возрасте. Даже сейчас, в двадцать восемь лет, мне кажется, что удочерение было бы важнейшим событием моей жизни. Большинство окружающих вряд ли поймет это чувство, они его проявлением обычной неуверенности в себе.

Опека перестала искать для меня постоянных родителей, когда мне исполнилось тринадцать лет, и большую часть жизни я провела во временных замещающих семьях. Но мне кажется, из-за того, что у меня никогда не было *своей* семьи, я упустила что-то важное. В моей жизни появился огромный пробел, и вряд ли я смогу когда-нибудь заполнить его. Хотя и у меня в детстве были свои хорошие моменты, но нормальной домашней жизни я была лишена. Я так и не была удочерена в формальном смысле этого слова, но в душевном плане меня удочерила семейная пара воспитателей, которая возглавляла мой домик в детской деревне¹⁰¹ Шерифс Ют Рэнч (Sheriff's Youth Ranch) во Флориде; их я считаю своей семьей.

Когда я нашла своих биологических родителей, я смогла немного заполнить пустоту, но чувства удовлетворения не испытала. Я до сих пор пытаюсь восполнить свою утрату. Кстати, с обоими биологическими родителями у меня сложились хорошие отношения.

Мы с мужем пока не сумели зачать своего ребенка и поэтому решили усыновить кого-нибудь из приюта, потому что чувствуем, что сможем научить его любви и семейным ценностям.

Поймите меня правильно: я живу полной и счастливой жизнью. Я прекрасная

¹⁰¹ *Детская деревня* — это долгосрочная форма воспитания детей-сирот, максимально приближенная к семейной. Уже в течение полувека Детские деревни успешно работают в 132 странах мира, включая Россию, где открылось, правда, всего несколько таких проектов. Как правило, «детская деревня» объединяет 11-15 домов, в каждом из которых вместе с «мамой» и «тетей» живут 6-8 детей разного возраста. Как и в обычной семье, «мама» заботится и воспитывает детей и учит их всему, что может пригодиться в самостоятельной жизни: от приготовления еды и уборки по дому до планирования бюджета и похода по магазинам. - прим. издателя.

жена, хороший друг и замечательная тетя. У меня отличная семья, но мне всегда будет не хватать моего несостоявшегося удочерения.

Поэтому думая о возрасте ребенка, которого вам хотелось бы усыновить, пожалуйста, вспомните, что семья нужна каждому ребенку.

*СМ.,
молодая женщина,
бывшая воспитанница временных замещающих семей.*

БЛАГОДАРНОСТЬ РЕБЕНКА

Спасибо вам,
что плыли по бурным волнам
перемен – вместе со мной.
Спасибо, что держали меня за руку.
И спасибо, что ждали.
Спасибо,
что верили в меня,
когда я отталкивал вас.
Спасибо, что ждали, пока найду я свой путь.
Спасибо, что были рядом.
Спасибо за каждый день,
который вы отдали мне...
Спасибо, что были со мной
когда это было так нужно.
Спасибо за то, что сбылись все мечты.
В 1996 году мне не к кому было бежать или слово сказать,
А в 1998 году появились вы и сбылись все мечты,
вы стали мне лучшей семьей на свете.
С любовью,
Ваш сын.

*Юноша, 16 лет,
усыновлен в тринадцать лет.*

Глава 12

АВТОРСКИЙ СУНДУЧОК

СТАТЬИ О ПРИЕМНЫХ ДЕТЯХ, ПЕРЕЖИВШИХ ДУШЕВНУЮ ТРАВМУ

За последние несколько лет каждый из нас написал несколько коротких статей или комментариев для бюллетеней различных организаций по усыновлению, и некоторые из них мы решили включить в эту книгу. Эти статьи затрагивают самые разные аспекты воспитания непростых детей-сирот, включая некоторые вопросы, на которых мы уже останавливались в предыдущих главах книги. Порядок расположения статей тоже не следует какой-то особой логике. Пробегите их глазами, если будет желание. Мы надеемся, что эти короткие эссе помогут читателю лучше понять общие принципы и рекомендации из остальных глав этой книги.

ПРИНЦИП ПИНОККИО

Когда Регина (Купеки) читала лекции в Великобритании, один из ее слушателей заявил: «Я не веру в идеи, о которых нет ни одной сказки или мифа. Вот, например, о привязанности сказок нет. Следовательно, эта проблема просто не существует». Хотя Регина не была согласна с таким подходом в принципе, она тут же нашлась с ответом: «А сказка о Пиноккио?» Дома она еще раз просмотрела одноименный фильм Уолта Диснея и убедилась, что в нем, действительно, показано типичное поведение, воспитание и наконец исцеление ребенка с расстройством привязанности. В результате родилась статья под названием «Принцип Пиноккио», которую мы предлагаем вашему вниманию.

«Скверные дети, становясь хорошими детьми, обретают способность делать все вокруг себя новым и прекрасным»¹⁰². Это цитата из сказки о Пиноккио, которую я хочу сделать своим пожеланием в адрес всех семей, где воспитываются дети с нарушением привязанности. Любое важное дело нуждается в символическом персонаже, и после прочтения сказки о Пиноккио и просмотра одноименного фильма Уолта Диснея у меня нет сомнений, что в деле восстановления детской привязанности это должен быть именно Пиноккио. Об этом человечке мы помним главным образом лишь то, что его нос отрастал каждый раз, когда Пиноккио врал. Но только после

¹⁰² Карло Коллоди, *Приключения Пиноккио* (OCR Палек, 1998 г.). На русском языке эту книгу можно прочесть на <http://www.lib.ru/TALES/pinokkio.txt>. Далее пересказ сюжета сказки происходит по сценарию фильма студии Уолта Диснея. - прим. издателя.

пересмотра фильма я заметила потрясающее сходство между этой сказочной историей и реальным воспитанием ребенка с нарушениями привязанности.

Во-первых, в сказке есть мастер Джепетто, добрый и одинокий отец, который очень хочет, чтобы Пиноккио стал «настоящим мальчиком» и наполнил его жизнь радостью. Пиноккио в дом Джепетто приносит фея (социальный работник) со словами, что только от самого мальчика зависит, станет ли он утешением для отца, и что только смелый, правдивый и заботливый мальчик сможет стать настоящим человеком. Конечно, это не совсем то же самое, что «уважительный, ответственный и приятный в общении ребенок», которого пытается отыскать в своих пациентах специалист по нарушению привязанности, но все же определенное сходство налицо.

Послушался ли Пиноккио наказа феи? Конечно, нет. Хотя это и не настоящий мальчик, но он умеет двигаться, и во время первого же танца (в этой сказке «медовый месяц» в приемной семье заканчивается довольно быстро) Пиноккио бьет кота (вот вам жестокость к животным), поджигает дом, подпаливает себе палец (самовредительство) и портит воду в аквариуме с рыбками (порча имущества). Когда все ложатся спать, Пиноккио начинает задавать бесконечные вопросы о снах, о школе, о том и о другом (навязчивые бессмысленные вопросы).

Но Джепетто мужественно надеется на лучшее и продолжает работать и воспитывать Пиноккио. Бедный Джепетто - ему надо побыстрее найти группу поддержки. У Пиноккио нет совести, но добрая фея пытается восполнить этот пробел в лице Говорящего Сверчка. Это отличный наставник, но, к сожалению, Пиноккио не слушает его мудрых советов и продолжает отравлять существование Джепетто школьными прогулами, побегами из дома и драками со сверстниками.

Пиноккио лжет фее, и с каждой новой ложью его нос становится все длиннее. Социальный работник (ой, извините, я хотела сказать – фея) снова выручает Пиноккио, но мальчик совершенно не хочет учиться на старых ошибках. Он по-прежнему водится с плохой компанией, объедается на Острове Удовольствий (вот вам и ненормальные пищевые привычки), а еще дерется и разрушает чужое имущество.

Даже его совесть, Говорящий Сверчок, горестно восклицает в минуту отчаяния: «И это после всего, что я для него сделал!» Но и перед лицом смерти Джепетто винит только себя в проблемах сына, и, сидя в желудке у кита, жалеет лишь бедного Пиноккио, который был «таким хорошим мальчиком».

Как известно, у этой сказки хороший конец. После того, как Пиноккио получает необходимую терапевтическую помощь (удерживание в желудке кита), фея превращает его в настоящего мальчика. И тут наступает конец, счастливый для всех героев сказки.

История о Пиноккио дает родителям отличную возможность обсудить с ребенком проблемы привязанности в легкой, шуточной манере. Горячо рекомендую вам этот фильм: вы получите удовольствие от просмотра и от души посмеетесь всей семьей!

Эта статья была впервые опубликована в бюллетене «Связи» Ассоциации по терапии и просвещению в области детской привязанности (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – ATTACH), выпуск от февраля 1998 года.

ЭТО ТО ЖЕ САМОЕ, ТОЛЬКО ДРУГОЕ

Порой кажется, что у каждого из нас есть принципиальное и в чем-то даже незыблемое мнение о том, что правильно в области усыновления. Как правильно подбирать ребенка и родителей... как правильно организовывать посещение ребенка... в какое время года надо переводить ребенка в новую семью. На самом деле в области усыновления есть ровно столько «правильных» подходов, сколько существует специалистов и агентств по усыновлению. Никто не знает наверняка, как лучше всего «привить» конкретного ребенка к конкретной семье, и никто не может гарантировать, что именно его подход даст наилучший результат. Специалисты должны не спорить, а сотрудничать в достижении общей глобальной цели – найти постоянный дом для ребенка, у которого его нет. Чтобы подчеркнуть этот и другие важные моменты в работе специалистов по усыновлению, Регина (Купеки) и Жаклин Смигел (Jacqueline H. Smigel), лицензированный социальный работник и терапевт из Центра формирования привязанности в штате Огайо, написали статью «Это то же самое, только другое», которую мы предлагаем вашему вниманию.

Когда в конце XIX века по американским городам проезжали Поезда Сирот¹⁰³, семьи, которые давали приют их маленьким пассажирам, не получали практически никакой полезной информации об этих детях. Сегодня, благодаря развитию Интернета, городских библиотек и книжного дела (книги теперь продаются буквально на каждом углу), а также появлению разнообразных групп по интересам с их регулярными семинарами и конференциями, тема усыновления доступна каждому желающему. Более того, объем сведений на эту тему может показаться даже излишним, и многие кандидаты не знают, с чего начать.

Из-за вполне понятного желания облегчить для кандидатов поиск нужной информации, это область знаний стала, к сожалению, настолько специализирована, что порой за деревьями и леса не видно. Например, сегодня реактивному расстройству привязанности посвящено множество сайтов, но при этом каждый из них специализируется лишь на отдельной категории детей – из США, Восточной Европы, России или Китая, - как будто причины, симптомы, поведение и лечение этого расстройства различны в зависимости от страны происхождения ребенка. Но только представьте, какой мощной силой мы могли бы стать, если бы придавали меньше значения собственной уникальности и объединили усилия в по-

¹⁰³ *Поезда Сирот* (the Orphan Train) – социальное движение 1854-1929 годов, в рамках которого детей-сирот из густонаселенных городов на восточном побережье США отправляли в семьи усыновителей в центральных регионах страны. Всего в семьи было устроено около 200,000 детей, лишенных родительского попечения. Детей перевозили по железной дороге большими группами, отсюда и название этого явления. Именно Поезда Сирот открыли в США эру профессиональных замещающих семей. – прим. издателя.

пытках улучшить жизнь наших любимых приемных детей.

Слова «особые потребности» заставляет вздрогнуть будущего усыновителя, потому что, по общему мнению, они подразумевают у ребенка тяжелую умственную или физическую отсталость. На самом деле, с профессиональной точки зрения, «особые потребности» присутствуют у *любого* усыновляемого ребенка старше одного года, и/или имеющего братьев или сестер, и/или биомать которого злоупотребляла алкоголем или наркотиками, и/или который неоднократно менял семьи, и/или подвергался жесткому обращению или заброшенности. По сути дела, практически *все* усыновленные дети - независимо от места своего рождения - попадают в эту категорию. (Но при этом только дети, усыновленные в США, могут претендовать на государственную финансовую помощь для коррекции этих «особых потребностей»).

Помимо прочего, мы часто встречаем следующие заблуждения будущих усыновителей:

- У детей, усыновленных из-за рубежа, особых потребностей нет. (Как раз наоборот – исходя из определения выше.)
- Биородители могут попытаться отменить усыновление. (За наш общий сорокалетний стаж работы в области усыновления биородителям ни разу не удалось забрать ребенка из новой семьи.)
- Тяжелая правда о жизни в биологической семье – например, об алко- или наркозависимости, либо о насилии – вредит ребенку. (Ребенку вредит не *знание* о подобных фактах, а то, что все это имело место в его короткой жизни. Поэтому обсуждение суровой правды только помогает ребенку преодолеть уже нанесенный вред.)
- В США нет белых детей, доступных для усыновления. (На самом деле, примерно 46% всех американских сирот, подлежащих усыновлению, - белые.)

Как вы видите, все эти утверждения не соответствуют действительности, поэтому остерегайтесь принимать жизненно важные решения, руководствуясь не более чем мифами. Напротив, прежде чем выбирать что-то конкретное для собственной семьи, постарайтесь собрать только самую точную и свежую информацию обо всех формах семейного воспитания детей-сирот.

Есть нечто, объединяющее детей-сирот из всех стран мира, - огромная личная утрата. Неважно, почему произошло усыновление: в результате планомерных шагов со стороны биородителей, вмешательства органов опеки, из-за бедности или смерти биородственников, по причине заброшенности или жестокого обращения с ребенком, - чувство утраты навсегда останется неотъемлемой частью личности ребенка... утраты тех родителей, которые произвели его на свет. И это чувство утраты биологических родителей присуще всем усыновляемым детям.

Но биородителями список потерь не ограничивается – туда входят и братья с сестрами (родные, приемные или просто воспитанники того же детского дома),

знакомая еда и напитки, привычные запахи и звуки, игрушки и одежда, родной язык. Много их или мало, но эти утраты могут очень сильно потрясти ребенка. И если приемные родители и усыновители готовы обмениваться опытом друг с другом, у них больше шансов найти те знания и приемы, которые лучше всего помогут их детям пережить и преодолеть столь глубокое чувство горя и утраты.

Ради собственного эмоционального благополучия мы порой отказываемся признать некоторые наиболее болезненные переживания наших детей. Такое отношение мешает ребенку залечить душевные раны и двигаться дальше. Исходя из буквального смысла слова «запущенность», сам факт проживания с самого рождения или с очень раннего возраста в детском доме означает, что ребенок был запущен. И происходит это не потому, что сотрудники приюта или дома ребенка не заботятся или не любят своих воспитанников, а потому, что в условиях коллективного воспитания просто невозможно в достаточной степени удовлетворить индивидуальные потребности каждого ребенка.

В силу практической необходимости все воспитанники государственных учреждений вынуждены жить по неизменному распорядку дня, который совершенно не учитывает уникальный физиологический и психологический ритм отдельного ребенка, например, чувство голода или жажды, неудобства или боли, желания выкупаться или приласкаться. В результате создается впечатление, что детдомовский ребенок очень самостоятелен, но эта самостоятельность так же иллюзорна, как и «самовоспитание» запущенных детей (именно этим термином описывают эту ситуацию некоторые американские специалисты).

Если трехлетний ребенок, которого усыновили из американского приюта, проявляет недетскую самостоятельность, отказывается от любой помощи и никогда ничего не просит у своих приемных родителей, нам сразу же понятно, что у него серьезные проблемы. Но почему-то точно такое же поведение сироты, привезенного из-за рубежа, считается признаком повышенного интеллекта и зрелости. Приемные родители отчасти решат эту проблему, только если будут воспитывать ребенка так, чтобы помочь ему преодолеть последствия заброшенности и научить его доверять взрослым.

Для этого нужно качать ребенка на руках, кормить его из бутылочки, петь детские песенки, играть с ним в младенческие игрушки, поддерживать зрительный контакт и делать легкий массаж. Только так ребенок сможет преодолеть последствия многолетней заброшенности, в какой бы стране она ни случилась. Некоторым усыновителям претят предложения специалиста «откатиться назад» вместе с ребенком и какое-то время поухаживать за подростками приемными детьми, как за малышами. Но поверьте: когда ваш ребенок дорастет до поступления в колледж, никому уже не будет интересно, когда именно он перестал сосать из бутылочки, слушать колыбельную на ночь или спать с плюшевым мишкой. В конце концов, в состоянии стресса даже взрослым хочется, чтобы за ними немного поухаживали и позаботились, а ведь усыновление – это тоже источник стресса как для усыновляемого, так и для усыновителей.

Независимо от обстоятельств усыновления, каждый усыновляемый ребенок сталкивается не только с чувствами утраты, привязанности и заброшенности, о которых мы говорили выше, но и с другими переживаниями, тесно связанными с

усыновлением: самоопределением, контролем, преданностью, отверженностью, страхом потери, чувством непохожести, самооценкой и доверием. Каким-то детям удастся переработать эти переживания относительно легко, другим может потребоваться помощь специалиста.

Оценивая все потребности и проблемы приемного ребенка исключительно с точки зрения страны его происхождения или этнической принадлежности, вы сильно снижаете шансы всей вашей семьи на дальнейший рост и исцеление. Каждый из нас может почерпнуть что-то ценное из опыта других людей. Но если для каждой новой страны, открывающей двери перед американскими усыновителями, «изобретать свой велосипед», мы своими же руками будем фактически «обнулять» многолетний опыт других усыновителей.

Важно, чтобы усыновители не только интересовались опытом других семей, но и передавали свои знания и наработки другим родителям. Например, американские агентства по усыновлению детей с особыми потребностями¹⁰⁴ часто требуют от кандидатов пройти школу приемных родителей до передачи ребенка в семью. Это требование возникло не с целью затянуть семейное устройство детей-сирот, а в ответ на комментарии уже состоявшихся усыновителей о том, что этими знаниями лучше всего овладеть до появления ребенка в семье.

К сожалению, тем, кто усыновляет из-за рубежа, посещать такую школу обычно не обязательно, хотя никто не запрещает кандидатам прийти на ее занятия по собственной инициативе. А ведь эти лекции могли бы кардинально изменить отношение некоторых кандидатов к усыновлению детей с «особыми потребностями». Знание – сила, и время, потраченное на приобретение этого оружия, так необходимого для воспитания ребенка в полноценную личность, невозможно считать потраченным зря. В конце концов, все усыновители сидят в одной лодке, будь их дети из США, Южной Америки, Китая, Румынии, Кореи, России, Гватемалы или любого другого уголка света. Но если так, не пора ли нам всем грести тоже в одном направлении?

Отредактированный вариант этой статьи под названием «Мы все в одной лодке» был впервые опубликован в журнале Сюзан Кауфман «Усыновители»¹⁰⁵ за июль/август 2001 года.

¹⁰⁴ В США усыновить ребенка можно либо с помощью агентства по усыновлению, либо самостоятельно (такое усыновление называют «независимым»). Чтобы участвовать в усыновлении в конкретном штате, агентство должно получить специальную лицензию. Агентства могут быть как частные, так и государственные. Частные агентства обычно специализируются на усыновлении новорожденных и детей до года, а государственные ищут постоянные семьи для детей постарше из временных замещающих семей или приютов. – прим. издателя.

¹⁰⁵ «*Adoptive Families*», a magazine published by Susan Caughman.

«Ты мне не мать!» ... и другие радости усыновления подростков

Когда заходит речь о воспитании детей, подростки часто становятся центральной темой разговора. У некоторых родителей вызывает ужас одна только мысль о надвигающемся подростковом периоде, другие, наоборот, предвкушают его, как интереснейшее время первых вопросов, размышлений и философствований повзрослевшего ребенка. Дело усложняется тем, что подростковый период вовсе не ограничивается тринадцатью и девятнадцатью годами. В наши дни встречаются и одиннадцатилетние дети, которые вполне созрели для перехода в «подростки», и двадцатилетние молодые люди в самом разгаре поиска самого себя. Но, так или иначе, в период подросткового созревания отношения между родителями и ребенком выходят на совершенно иной уровень. Регина (Купеки) рассказывает об этих изменениях в статье «‘Ты мне не мать!’ ... и другие радости усыновления подростков», которую мы предлагаем вашему вниманию.

Пока ребенок мал, родителям удается довольно легко – с учетом развития ребенка – объяснить ему суть усыновления, и обсуждение этой темы крайне редко провоцирует споры. Обрадованные той легкостью, с которой была выполнена непростая задача, родители часто (ошибочно) заключают, что тема усыновления отныне исчерпана.

Дело в том, что сами родители испытывают наиболее острый интерес к теме усыновления сразу после появления ребенка в семье. Но годы идут, ребенок становится все более родным, и тема усыновления постепенно отходит на второй план. В итоге по мере взросления ребенка в семье об усыновлении говорят все меньше и меньше, хотя у самого ребенка вопросы на эту тему возникают все чаще и чаще, и в обстановке общего молчания ему начинает казаться, что обсуждать их с родителями больше нельзя.

Некоторые усыновители с удивлением обнаруживают, что в подростковом возрасте у их приемного ребенка вдруг возникают такие вопросы, которые, казалось бы, они обсудили и разрешили уже давным-давно. Зачастую родители могут даже не догадываться, что ребенка мучают вопросы именно об усыновлении, полагая, что эта тема давно закрыта.

Не надо забывать, что у истоков любого усыновления стоит утрата, и зачастую только к подростковому возрасту ребенок начинает по-настоящему понимать и чувствовать это. Все мы переживаем свои утраты по-разному. Среди потерь, предшествующих усыновлению: утрата национальных истоков, самоидентификации, истории болезни, братьев и сестер (известных и неизвестных) и родного языка (для детей, усыновленных за рубежом). Неизменно в этот список входит и потеря биологических родителей. Нередко в своих переживаниях усыновленный ребенок никак не может преодолеть

стадию гнева¹⁰⁶, особенно если он сам не осознает, что его душевная боль вызвана именно чувством потери.

Подростковые годы усыновленного ребенка – это время, когда многие приемные родители заново переживают и переосмысливают свое отношение к собственным проблемам, например, к бесплодию, потере своерожденного ребенка, к праву называться «настоящим» родителем для усыновленного ребенка и к собственному восприятию его биородителей. На эту тему есть хорошее эссе Эрмы Бомбек «Какая мать отправится искать «настоящую маму» своей дочери?» из книги «Материнство: вторая древнейшая профессия»¹⁰⁷. Вместе с ребенком можно почитать и другие книги на тему усыновления, в которых поднимаются волнующие его вопросы. В конце концов, прошло уже довольно много лет с тех пор, как вы посещали школу приемных родителей будучи кандидатом в усыновители, так что и вам будет неврдно освежить свои знания.

Возможность поднять в разговоре с ребенком некоторые «острые» темы дают и некоторые телепередачи. Например, всего одна фраза приемного родителя, сказанная во время просмотра передачи о воссоединении семей, может помочь ребенку заговорить на эту тему. В некоторых случаях вместо прямого вопроса лучше сделать косвенное замечание типа: «Я слышала, что некоторые усыновленные дети хотели бы увидеть своих биологических родителей. А ты когда-нибудь думал об этом?»

Все подростки сталкиваются с проблемой самоидентификации и в поисках ответа на вопрос: «Кто я на самом деле?» успевают примерить много новых и необычных «масок». У усыновленных детей - из-за недостатка фактической информации о своих корнях - проблема самоидентификации стоит еще острее. Некоторые дети, усыновленные из-за рубежа, не знают даже точной даты своего рождения, не говоря уже о других подробностях. Но даже те дети-сироты, которые получили более или менее полную информацию о своем прошлом, постоянно задаются вопросом: «Почему от меня отказались?»

Когда у ребенка осталось всего несколько кусочков прошлого, ему бывает очень трудно осознать себя как целостную личность. Приемные родители могут помочь, рассказав ребенку все, что им известно. Даже если вы однажды уже все рассказали, у подростка может быть потребность услышать эту историю еще раз. В биографии приемного ребенка не бывает ненужных или малозначительных деталей, которые не заслуживали бы повторного пересказа. Вместо устных повторов вы можете записать эти сведения и сложить в какое-то одно место, предупредив ребенка, где их можно найти. Так ваш ребенок сможет сам решать, когда, где и почему перечитать рассказ о себе. И не думайте, что ребенок готов начать поиски

¹⁰⁶ Психологи выделяют следующие стадии переживания утраты: (1) стадия отрицания, когда человек испытывает шок и чувство нереальности происходящего; (2) стадия острого горя (или стадия гнева), когда человек осознает случившееся и его захлестывает ощущение сильного горя и злости на несправедливость жизни; (3) стадия принятия и смирения, когда человек начинает привыкать к случившемуся; и наконец (4) стадия завершения переживания или восстановления. - прим. издателя.

¹⁰⁷ Erma Bombeck, *Motherhood: The Second Oldest Profession* - "What Kind of a Mother Would Go in Search of Her Daughter's 'Real Mother'?"

биородителей только потому, что ему вот-вот исполнится восемнадцать лет. Это очень личное решение, в котором приемные родители должны следовать желанию ребенка, а не навязывать ему собственное мнение.

Если, напротив, ваш ребенок не хочет знать о своем прошлом вообще ничего, проявите уважение и к этому решению и не настаивайте на своем. Не всем подросткам хочется обсуждать свое усыновление: некоторые хотят чувствовать себя просто обычными детьми. Возможно, в расспросах о своих корнях ребенок чувствует некое предательство по отношению к приемным родителям и поэтому не хочет огорчать их такими разговорами.

Еще у подростка можно спросить, не хочет ли он связаться с агентством по усыновлению, чтобы получить там всю доступную информацию о своей био-семье. Но сначала проверьте, как тайна усыновления регулируется в законах вашего штата и во внутренних правилах агентства по усыновлению – со времени усыновления они могли измениться. Заодно вы сможете опять присоединиться к группе поддержки для усыновителей, в рамках которой часто проходят семинары для усыновленных подростков, а их родителям предлагается моральная поддержка и дополнительное образование. Если в вашем районе или городе действует группа поиска биологических семей, вы можете оставить там координаты для связи. Встречи, которые нередко проводят эти группы, могут быть интересны и вашей семье: на них часто выступают когда-то усыновленные взрослые, и их рассказы о личном опыте помогают другим усыновленным детям осмыслить и принять собственные переживания на ту же тему.

Подростковый возраст имеет еще одну очень важную задачу – отделение ребенка от родителей и осознание собственной индивидуальности. Некоторые подростки пересекают этот рубеж вполне спокойно, другие устраивают в семье настоящее столпотворение. На самом деле постоянное «Вы все равно мне не родители!» в устах усыновленного подростка имеет то же значение, что «Мне не нужна такая мать, как ты!» от подростка своерожденного. В этот период становления очень важно, чтобы родители смогли предоставить ребенку некоторую свободу действий, не отказываясь при этом от принципиальных ограничений и ожиданий. Но в любом случае это не то время, когда родители могут позволить себе эмоционально закрыться от ребенка. Вы нужны вашему подростку даже тогда, когда он отталкивает вас прочь.

Особое значение в подростковые годы приобретает сексуальная сторона отношений. Пока ребенок мал, его вполне устраивает объяснение типа: «Твои биологические родители не могли о тебе заботиться, поэтому мы тебя усыновили». Но история усыновления получает совершенно другой оттенок, когда ребенок начинает понимать, что сначала двое взрослых занимались любовью, потом он был зачат и развивался в утробе своей родной матери, а затем от него отказались. Большинство усыновленных детей в какой-то момент чувствуют, что их именно бросили, и мучаются вопросом: «А что сделал(а) бы я, окажись я на месте моих родителей?».

В том случае, если все эти вопросы так сильно занимают вашего ребенка, что это начинает мешать его нормальному существованию, развитию и наслаждению жиз-

нию, возможно, настало время проконсультироваться у психотерапевта, специализирующегося в области усыновления. Но далеко не каждый психолог достаточно квалифицирован в этой области. Лучше всего попросить рекомендаций у родителей из группы поддержки или в агентстве по усыновлению. Некоторым детям бывает легче рассказать о сокровенном кому-то со стороны, нежели своим родителям.

Если ребенок не хочет ни о чем говорить, может быть, ему просто нужно время. Любой разговор на тему усыновления лучше начинать в спокойной обстановке с фразы типа: «Я подумала, что твоя родная мама сейчас бы очень тобой гордилась» или «Мне так повезло, что я нашла тебя» - и посмотреть на реакцию ребенка. Многим подросткам бывает приятно пересмотреть свой детский альбом или еще раз послушать историю своего усыновления.

У подростков часто бывают «любимчики» среди близких родственников или знакомых: тетя, школьный тренер, сосед или друг семьи. Возможно, с этим человеком ребенок будет откровеннее, поэтому постарайтесь заранее передать ему те сведения, которые могут оказаться важными для ребенка. Но не забывайте при этом об уважении к частной жизни вашего ребенка - если ребенок не хочет, чтобы о факте его усыновления знали другие люди, родители должны подчиниться его воле.

Тема усыновления проходит красной нитью через всю жизнь приемного ребенка, поэтому важно снабдить его всеми инструментами для самостоятельной проработки этой темы в любое удобное для него время. Но вот заставлять говорить об усыновлении так же разрушительно для психики ребенка, как и намеренно замалчивать эту тему. У любого подростка «семь пятниц на неделе», и если в понедельник он заявляет, что у него и мысли нет об усыновлении, то уже во вторник он может рваться на поиски биородителей. Приемным родителям остается лишь уважать изменчивое настроение своего подростка и просто оставаться готовыми к открытому, доброжелательному и компетентному разговору на любую тему о его усыновлении.

Эта статья была впервые опубликована в осеннем выпуске бюллетеня «Новости усыновления» (Adoption News) за 2000 год корпорации «Сообщество усыновителей «Самоцвет среди самоцветов», Инк.» (Jewel Among Jewels Adoption Network, Inc.).

ДЕСЯТЬ ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ ДЛЯ СЕМЕЙ, УСЫНОВЛЯЮЩИХ ИЗ-ЗА РУБЕЖА

Чем чаще мы сталкиваемся с международными усыновлениями, тем больше нас смущает то, что усыновители совершенно не готовы к возникающим проблемам. Поэтому в соавторстве с Арлетой Джеймс (Arleta James) мы подготовили курс лекций для приемных родителей об этапах развития ребенка, последствиях приютского воспитания и возможных проблемах привязанности и усыновления. Предлагаем вашему вниманию одну из лекций этого курса.

Советы перед тем, как вы выехали за ребенком

- Независимо от того, много или мало проблем у приемного ребенка, усыновление навсегда изменит вашу жизнь. Заранее убедитесь, что ваш партнер тоже отдает себе в этом отчет. Подумайте, кто мог бы поддержать вас; сможете ли вы взять отпуск по уходу за ребенком; каковы условия вашей медицинской страховки; есть ли на примете хорошая няня. После появления ребенка времени на себя оставаться будет мало. Поэтому заранее заполните морозилку продуктами, сделайте генеральную уборку, оплатите все счета, начинайте привыкать к ужинам дома, копите деньги и займитесь спортом, чтобы привести себя в хорошую физическую форму. Скоро вам понадобятся сильные руки, чтобы носить на них вашего ребенка.
- Читайте, читайте и читайте. Побродите по Интернету. Сходите на занятия школы приемных родителей как при вашем (частном) агентстве по международному усыновлению, так при других агентствах - государственных и/или по усыновлению детей с особыми потребностями. Вступите в ассоциацию усыновителей. Обзвоните местные детские центры (например, по раннему развитию), а также психотерапевтов и педиатров, квалифицированных в вопросах усыновления или международной медицины. Составьте свой личный справочник с телефонными номерами и всей нужной информацией. Верьте или нет, но сейчас на все это у вас есть гораздо больше времени, чем после возвращения с ребенком домой.
- Почитайте о детском развитии. Как питаются дети этого возраста? Как долго они спят? Умеют ли они уже говорить? Какие игрушки им нравятся? Когда во всем разберетесь, начинайте привыкать к мысли, что ваш ребенок будет отставать в развитии. Трудно развиваться согласно норме, когда живешь в приюте.

Советы, когда вы будете на месте

- Помните, что в будущем именно вы будете главным источником сведений о прошлом ребенка, поэтому обязательно ведите дневник. Сделайте фотографии приюта и его окрестностей; персонала, который там работает; места, откуда ребенок туда попал; здания суда, где будет утверждено ваше усыновление; самого ребенка и его друзей из группы. Вам может не представиться другой возможности собрать всю эту информацию. На тот случай, если воспитатели будут готовы рассказать о ребенке или спеть под запись, захватите магнитофон, фотоаппарат и видеокамеру, а также запас батареек и пленки (если камера не цифровая). Спросите у воспитателей, каковы кулинарные предпочтения вашего ребенка.
- Купите для ребенка какие-нибудь местные сувениры. Например, рамку

для фото или фотоальбом, игрушку, какие-нибудь мелочи «на вырост» или одежду разных размеров, чтобы ребенок мог пользоваться вещами с родины на протяжении некоторого времени.

- Попросите в приюте, чтобы вам отдали (в обмен на новые) постельное белье, бутылочку или смену одежды, которыми пользовался ваш ребенок. Только не стирайте их – запах, который может показаться вам не самым приятным, может быть очень успокаивающим для вашего ребенка.

Советы после возвращения

- Как бы вы ни устали, ни страдали от разницы часовых поясов и ни были потрясены, ваш ребенок устал и потрясен гораздо больше. В первое время постарайтесь принимать минимум гостей, не заваливайте ребенка игрушками, не перегружайте новыми впечатлениями, а главное - внимательно наблюдайте, что нужно самому ребенку. Почаще носите его на руках, обнимайте и касайтесь его кожи. Постарайтесь как можно дольше оставаться с ним дома вместе.
- Будьте терпеливы. Для вашего ребенка все вокруг: ТВ, ковровое покрытие, домашние животные, еда, запахи, ткани, звуки и вы сами – совершенно ново. Когда вы ехали в другую страну, вы знали, что заберете оттуда сына (или дочь) и станете ему (или ей) родителями. Напротив, ваш ребенок понятия не имеет, что такое мама, папа, семья. Порой вам будет казаться, что с вами случилось лучшее, что может быть в жизни. Иногда вы будете думать, что совершили большую ошибку. Оба этих чувства совершенно нормальны.
- Хотя ваша жизнь никогда не будет прежней, она у вас все-таки будет. Не забывайте о том, что у вас есть еще супруг (или супруга) и ваш брак. Выкраивайте время для себя, чтобы заняться тем, что делает вас счастливой(ым).
- Если вы постоянно подавлены, или ваш ребенок не развивается ожидаемыми темпами, или ваш брак находится в кризисе, – вам нужна помощь. При нормальном развитии событий приемный ребенок адаптируется в семье за несколько месяцев. Если этого не происходит и вы чувствуете, что не справляетесь с ситуацией, обратитесь к вашему или любому другому агентству по усыновлению (включая те, что занимаются усыновлениями в США) и попросите рекомендовать специалиста. Воспитывать детей непросто и искать помощь в этом деле совершенно нормально.
- Не забывая о прошлом ребенка, получайте удовольствие от настоящего и поддерживайте своих близких на пути к счастливому будущему. Именно для этого и нужна семья.

Из курса лекций Грегори Кека, Регины Купеки и Арлеты Джеймс «За границу и обратно: воспитание детей, усыновленных из-за рубежа»¹⁰⁸, www.abcofohio.net.

¹⁰⁸ Gregory Keck, Regina Kupecky and Arleta James, *Abroad and Back: Parenting and International Adoption*.

КАК ПОМОЧЬ УСЫНОВЛЕННОМУ РЕБЕНКУ ПРИНЯТЬ СВОЕ ТЯЖЕЛОЕ ПРОШЛОЕ

В последнее время в усыновлении явно прослеживается тенденция к большей открытости и правдивости, а также полному раскрытию информации об усыновлении. Но несмотря на то, что сегодня большинство агентств по усыновлению передает усыновителям практически всю известную информацию о ребенке, до сих пор нет общего понимания, что считать «всей правдой» о усыновленном. Это особенно заметно в тех случаях, когда усыновляют детей, переживших жестокое обращение. Тут же появляются опасения, что правдивый рассказ о физическом или сексуальном насилии, заброшенности, наркозависимости биородителей или других неприятных причинах изъятия ребенка из биосемьи, доставит ему только лишнюю боль. Однако эту боль ребенку уже причинили – и отнюдь не знанием о его тяжелом прошлом, а самим этим прошлым. Большинство детей, которых отдали на усыновление после изъятия от жестоких биородителей, помнят довольно много подробностей о том, что творилось в родной семье. Конечно, эти воспоминания могут быть обрывистыми и путаными, но они существуют. Считая, что только полная откровенность сможет исцелить душевно травмированного ребенка, Грегори (Кек) написал статью «Как помочь усыновленному ребенку принять свое тяжелое прошлое», которую мы предлагаем вашему вниманию.

Порой на долю усыновленного ребенка выпадают столь драматичные испытания, что взрослые, знакомые с обстоятельствами дела, пасуют. Я думаю, именно по этой причине некоторые приемные родители и социальные работники склонны преувеличивать немногие положительные моменты в жизни ребенка с биородителями и тем самым ненамеренно уমাляют в глазах ребенка масштабы его трагедии.

Время от времени я сталкиваюсь с очень нарядными книгами жизни приемного ребенка, где на каждой странице есть красивая фотография тех людей, с кем ребенок провел первые несчастливые годы своей жизни. Если задача такой книги - сделать приятно приемным родителям, то такой вариант вполне подойдет. Однако, горькая правда заключается в том, что если бы родная семья ребенка на самом деле постоянно сидела с улыбками вокруг праздничного стола или весело играла в парке, то ребенка бы оттуда не изъяли. Получается, что, пытаясь сохранить уважение к тем, кто когда-то обижал их ребенка, приемные родители запутывают его еще больше. В итоге мы не только мешаем ребенку принять жестокую реальность, но и по сути становимся сообщниками биородителей, которые, бывает, оправдываются чем-то вроде: «Да я просто не понимала, что делаю... Я затушила сигарету о ребенка по пьяни!»

Дети обычно помнят правду, тем более если они-то испытали ее «на собственной шкуре»! И мы обязаны признать эту правду, задокументировать ее и при любой возможности рассказывать ребенку. Чтобы показать ребенку, как именно выглядело

«неподобающее обращение» в его случае, мы иногда используем в терапии фотографии из полицейского досье или из больничной карты ребенка. И такие снимки гораздо лучше подтверждают реальность, пережитую ребенком, чем постановочные фотографии счастливой биосемьи, сделанные под надзором инспектора из опеки.

Не надо забывать, что разные люди воспринимают одни и те же события по-разному в зависимости от собственных убеждений. И те факты из прошлого ребенка, которые приемным родителям покажутся однозначно ужасными, биологическим родителям могут представляться нормальными или даже положительными.

Травма – это субъективное понятие. Поэтому мы должны представлять ребенку факты максимально нейтрально, чтобы ребенок самостоятельно проанализировал их и организовал в понятном для себя порядке. Ребенок сможет принять себя и свое прошлое только в том случае, если взрослые сообщат ему одни «голые факты», а он мог сам решать, какие из них принять, а какие отвергнуть.

В стремлении защитить эмоциональное благополучие как ребенка, так, возможно, и свое собственное, приемные родители и специалисты часто пытаются «заретушировать» действительность. Но переписать историю невозможно. Не пытайтесь представить плохое хорошим, и наоборот. Такие попытки порождают у ребенка глубокий когнитивный диссонанс¹⁰⁹, который еще больше запутывает и уводит его от осознания истинного положения вещей. Роль усыновителей и социальных работников заключается вовсе не в том, чтобы оградить ребенка от уже случившегося с ним прошлого, – да это было бы просто невозможно. Но они могут и обязаны подготовить ребенка к встрече с существующими и будущими опасностями.

Одна такая опасность заключается в искажении действительности, поэтому полная открытость должна распространяться на все аспекты усыновления. Я уверен, что мы не имеем права скрывать от усыновляемого ребенка даже малую толику сведений о его прошлом. Я также уверен, что нельзя ждать, пока ребенок «дорастет» до того, чтобы понять произошедшее с ним. Конечно, если биородители вытворяют с ребенком какие-то ужасы, то, как правило, это случается в том юном возрасте, когда ребенок еще толком не понимает всего, что с ним происходит. Но это не значит, что в обсуждении случившегося нет смысла. Разговаривать можно и нужно даже с младенцем. Например, мы объясняем нашим детям, что надо извиняться, задолго до того, как их совесть начинает подсказывать это сама. Так что если бы каждый раз, прежде чем сказать или сделать что-то, родители дожидались от ребенка полной зрелости и понимания, ни один ребенок никогда бы ничему не научился.

К сожалению, реальность такова, что каждый ребенок с расстройством привязанности повидал в жизни много такого, что нам совсем не нравится. Но ведь наша задача – помочь своему ребенку исцелиться, а для этого мы должны быть честными, даже

¹⁰⁹ **Когнитивный диссонанс** (от англ. слов: *cognitive* — «познавательный» и *dissonance* — «отсутствие гармонии») как особое психологическое состояние возникает в результате столкновения в сознании человека противоречивых знаний, убеждений или поведенческих установок относительно некоторого объекта или явления. Например, когнитивный диссонанс имеет место, когда из существования одного элемента вытекает отрицание другого, тоже существующего в представлении человека. – прим. издателя.

когда правда совсем нам не нравится. Принять себя и свое прошлое можно, только зная о нем правду, и это знание тоже дает поддержку. Как кусочки мозаики, каждый мелкий факт из прошлого приближает ребенка к пониманию общей сложной картины. Какой бы отталкивающей она ни была, это можно будет увидеть только тогда, когда большинство кусочков окажется на своих местах.

Эта статья была впервые опубликована в весеннем выпуске бюллетеня «Новости усыновления» (Adoption News) за 1999 год корпорации «Сообщество усыновителей «Самоцвет среди самоцветов», Инк.» (Jewel Among Jewels Adoption Network, Inc.).

РЕАКТИВНОЕ НАРУШЕНИЕ ПРИВЯЗАННОСТИ И ЕГО ЛЕЧЕНИЕ

Многие родители интересуются, что такое реактивное нарушение привязанности и как его лечить. Они и много слышали, и много читали на эту тему – как книг, так и в Интернете. После того, как Грегори (Кек) понял, что на эти два вопроса практически невозможно ответить в течение короткого телефонного разговора между приемами, он решил написать статью, которую мы предлагаем вашему вниманию.

Подавляющее большинство проблем, с которыми сталкиваются усыновители в воспитании приемных детей, обусловлены разрывом личных связей ребенка в течение первых трех лет жизни. Такие разрывы снижают, а порой и существенно нарушают, способность ребенка доверять и привязываться к другим людям.

Нарушение привязанности создает наибольшие проблемы при усыновлении ребенка с особыми потребностями. Как бы усыновители ни пытались установить эмоциональную связь с таким ребенком, чья способность к привязанности затруднена еще и общей задержкой в развитии, эта связь оказывается неполной, искаженной или сосредоточенной исключительно на нежелательном поведении ребенка.

Если ребенок подвергался настолько жесткому обращению или заброшенности, что его пришлось изъять под государственную защиту или отдать на усыновление, то скорее всего у него будут присутствовать симптомы реактивного расстройства привязанности. Это расстройство диагностируют у тех детей, кому так и не удалось привязаться к ухаживающему взрослому в более или менее приемлемой форме.

Поскольку многие дети, пережившие заброшенность, жестокое обращение или предательство, так и не смогли выработать внутреннюю систему ценностей, по которой каждый человек судит о себе и о других, они не умеют ни выражать, ни проявлять симпатию, и у них нет интуиции. Такие дети постоянно перекладывают вину на других людей и даже неодушевленные предметы. Своих приемных родителей такой ребенок винит в том, что он сам же на них сердится, игрушки – в том, что он их сломал. Ребенок может обвинять даже такие вещи, которые теоретически не могут быть ни в чем виноваты!

Как правило, обвинять окружающих склонны именно те дети и подростки, у которых еще не сформировалась собственная совесть. Еще эти дети очень хорошо умеют очаровывать (хотя и поверхностно) окружающих, поэтому психотерапевтам, учителям и просто посторонним начинает казаться, что они очень приятны в общении, а те, кто должен знать их лучше всех – их родители, – просто не понимают своего счастья.

Задержки развития

Условием нормального развития ребенка является интенсивное межличностное общение с взрослыми. Отношения внутри биологической семьи ребенка были тоже интенсивны, но основывались на совершенно неверных предпосылках и поэтому привели к задержке в развитии ребенка. Тем не менее между истязаемым ребенком и мучающим его родителем формируется очень крепкая эмоциональная связь, и об этом никогда не следует забывать. Именно поэтому положительные отношения в новой семье должны быть не менее интенсивны в эмоциональном плане, чем отношения с биородителями. Только в этом случае они смогут вытеснить и заменить собой тот опыт искаженных связей в биосемье, который породил и закрепил патологию вашего ребенка.

Аналогичным образом, терапия для детей с нарушениями привязанности должна отличаться повышенной энергичностью и эмоциональной интенсивностью, тесным физическим контактом, частыми прикосновениями, совместным движением, проявлением повышенной заботы и любви, зрительным контактом и динамичным диалогом. Как вы помните, все это элементы нормального цикла формирования привязанности, описанного в Главе 1 «Кто такой душевно травмированный ребенок?». Поэтому можно сказать, что одна из целей терапии – это максимально точно воссоздать ту обстановку, в которой происходит нормальное формирование привязанности, путем повторения цикла формирования привязанности, так болезненно прерванного в раннем детстве ребенка. Но если специалист предпочитает держать физическую дистанцию с ребенком-пациентом, не направляет процесс терапии и занимает в целом пассивную позицию, терапия крайне редко достигает поставленных целей. Такой подход оставляет у ребенка ощущение эмоциональной холодности, равнодушия, отстраненности, скуки и бесполезности.

Удерживание¹¹⁰

Удерживание ребенка – это еще один способ проявить заботу и любовь, и поэтому мы постоянно используем этот метод в терапии. Мы советуем родителям тоже использовать мягкое удерживание в процессе воспитания ребенка. Нормальные родители уже в первых часы после рождения или усыновления иницируют неж-

¹¹⁰ Еще этот метод называют «холдинг-терапия», или просто «холдинг». – прим. издателя.

ное физическое взаимодействие с ребенком. Нас удивляет сам факт споров о том, нужно ли такое взаимодействие, - ведь если родители избегают тесного физического контакта со своим ребенком, мы бы заподозрили или необычную форму заброшенности, или даже полный психологический отказ родителя от ребенка. Если ребенку больше девяти лет, мы применяем удерживание только с его согласия. В противном случае, мы к удерживанию не прибегаем.

Обычно когда мы спрашиваем, почему – по мнению ребенка - мы предлагаем ему положить голову на колени к родителю или к терапевту, он вполне здраво отвечает: «Чтобы я мог смотреть на вас». Один подросток, который в прошлом подвергался сексуальному насилию, ответил так: «Потому что меня никто не обнимал, когда я был маленьким, и теперь мне надо это попробовать». Если даже ребенок понимает, для чего это нужно, у взрослых тем более не должно быть вопросов о пользе удерживания.

Терапевтическое удерживание стимулирует развитие ребенка потому, что его сопровождает настолько тесный физический контакт, что между участниками неминуемо возникает крайне интенсивное межличностное общение, практически недостижимое в рамках остальных известных терапевтических методов. Более того, такое удерживание дает заметный положительный эффект с точки зрения физического состояния ребенка.

Если ребенок привык к повышенной отрицательной стимуляции и разрегулированности своего эмоционального состояния, в первое время ему будет трудно оставаться в расслабленном состоянии, и он попытается каким-то образом «разогреть» свое окружение. В таких случаях специалист должен помочь ребенку успокоиться. Обычно в этом помогают постепенно замедляющиеся физические упражнения, действующие крупную моторику ребенка.

Холдинг-терапия предлагает не столько моментальное решение проблемы, сколько «быстрый запуск двигателей» для начала движения к этому решению. Во время холдинг-терапии ребенок и специалист нередко раскрывают такие переживания ребенка, которые остались бы недоступны при обычной разговорной терапии. В книге доктора Даниела Хьюза «Развивая привязанность» есть много наблюдений на эту тему, интересных как для родителей, так и для специалистов. Доктор Хьюз часто повторяет, что «эмоциональная взаимонастройка между родителем и ребенком имеет фундаментальное значение для успеха терапии»¹¹¹.

Холдинг-терапия способствует подобной настройке, потому что ребенку практически невозможно не испытать тех чувств, которые обуревают человека (родителя или специалиста), его удерживающего. Очень важно, чтобы в процессе терапии ребенок мог чувствовать переживания родителя или терапевта, потому что нередко для него это первый опыт «синхронизации» с другим человеком. Такой опыт помогает ребенку эмоционально сблизиться и привязаться к своим родителям.

Большинство специалистов, выступающих за применение холдинг-терапии, соглашаются в том, что:

¹¹¹ Daniel Hughes, *Facilitating Developmental Attachment*. (Northvale, New Jersey: Jason Aronson, Inc. 1997), p.77.

- Удерживание повышает эмоциональный контакт между ребенком и специалистом.
- Удерживание вызывает эмоциональный отклик такого масштаба, который маловероятен в рамках любого другого вида терапевтического воздействия.
- Корректирующие эмоциональные переживания могут происходить как во время, так и после завершения сеанса удерживания.
- Удерживание повышает способность ребенка к привязанности.
- Удерживание укрепляет привязанность ребенка к специалисту и облегчает перенос этой привязанности на родителей.
- Удерживание дает ощущение физического сдерживания, и это успокаивает ребенка, которого могут пугать собственные чувства.
- Специалисты, использующие холдинг-терапию, быстрее замечают невербальные симптомы переживаний у ребенка-пациента: напряжение или расслабление тела, частоту дыхания и прочее, – чем нежели сидя на расстоянии от ребенка и без какого-либо физического контакта с ним.

Холдинг-терапия особенно эффективна, если развитию ребенка нужен «ускоренный запуск». Такой же резкий толчок получает развитие обычного ребенка в первый год жизни, если окружение обеспечивает ребенку достаточный уход, заботу, чувство безопасности и доверия. Именно на этих четырех «китах» основывается дальнейшее развитие ребенка: сначала у него формируется причинно-следственное мышление - оно помогает ребенку отождествлять себя с родителем - и в результате у ребенка развивается совесть. Если же на одном из этапов развитие ребенка было заблокировано, его необходимо «перезапустить», и любые фундаментальные изменения в поведении ребенка станут заметны только через некоторое время после этого. Поскольку развитие ребенка происходит последовательно, этап за этапом, возобновлять его надо именно на том уровне, где произошла первоначальная блокировка, независимо от текущего биологического возраста ребенка.

Когда ребенок начинает доверять взрослым, он начинает ярче осознавать и лучше справляться с такими сложными переживаниями, как грусть, душевная боль и страх. Дело в том, что в безопасной обстановке ребенку не нужно отвлекаться на то, чтобы следить за источниками потенциальной опасности и изматывать окружающих всякими каверзами.

Как отмечалось выше, большинство специалистов в области терапевтического удерживания согласны в том, что холдинг-терапия способствует оздоровлению эмоциональных переживаний ребенка. Терапия не может изменить прошлое, но она может изменить отношение к нему самого ребенка через переосмысление произошедшего и своей реакции на него; только так ребенок учится управлять самыми глубокими своими страхами и потерями.

Например, нас часто спрашивают – с заметным предубеждением, – уместна ли холдинг-терапия в отношении ребенка или подростка, который подвергался сексуальному насилию. Конечно, ведь только такая терапия дает наилучшую возможность скорректировать подобный опыт ребенка. Дело в том, что холдинг-терапия включает

все элементы, которые присутствовали в ситуации сексуального насилия, а именно: прикосновения, участие ребенка и направляющих его взрослых, за исключением самой сексуальной активности. Тогда чему же учит такая терапия ребенка, подвергавшегося сексуальным домогательствам в ранние годы жизни? Во-первых, ребенок начинает понимать, что прикосновение взрослых может быть нормальным, безопасным и нейтральным с сексуальной точки зрения. Во-вторых, ребенок видит, что если ситуацию контролируют взрослые, которым можно доверять, то и для ребенка она не будет иметь неприятных последствий. Наконец, ребенок понимает, что его родители и терапевт будут всегда рядом на самых трудных этапах психологической работы. Поэтому нередко на вопрос, что они испытывали во время удерживания, дети отвечают: «Это похоже на то, как меня раньше обижали». Такой ответ дает отличную возможность завести разговор о самых болезненных переживаниях ребенка.

У вас может возникнуть вопрос, как мы собираемся получить согласие на участие в холдинг-терапии именно от вашего непростого ребенка? До того, как мы стали практиковать терапевтическое удерживание в своей работе, у нас возникал точно такой же вопрос. Ответ оказался на удивление прост.

Большинство наших маленьких пациентов уважают прямоту, ясность и честность со стороны взрослых – несмотря на то, что сами не очень-то охотно проявляют эти качества! Мы просто говорим ребенку, что терапевтическое удерживание хорошо помогает другим детям с похожими проблемами. Имея многолетний опыт традиционной разговорной или игровой терапии с различными специалистами, такие дети склонны считать холдинг-терапию очередной придумкой психотерапевта. Ребенок думает: а вдруг эта новая терапия окажется занятней, чем перебирание карточек еще пару лет подряд? Вдобавок он еще плохо нас знает и, как следствие, недооценивает (а, как вы помните, дети с нарушением привязанности обожают дурачить малознакомых людей), поэтому склонен рискнуть и согласиться.

Очень редко дети отказываются попробовать холдинг-терапию; если ребенок сомневается, мы спрашиваем его, пока он не даст согласия. Напротив, категорический отказ означает, что в отношении данного ребенка улучшение крайне маловероятно. Без согласия пациента мы никогда не прибегаем к холдинг-терапии.

Большинство подростков старшего возраста (от шестнадцати до восемнадцати лет) первый опыт удерживания буквально потрясает. Обычно они так описывают свои мысли и чувства: «Знаете, это было очень странно. Я думал, что мне совсем не понравится, но было хорошо. Все-таки это так дико – что в моем возрасте меня держат на руках».

Как правило, в ответ мы задаем ребенку простой, но убедительный вопрос: «А тебя держали на руках, когда ты был еще маленьким?» До сих пор ни один наш пациент, – каким бы несносным или упрямым он ни был, – не ответил утвердительно.

Выдержка из книги доктора Грегори Кека и лицензированного социального работника Рeginy Купеки «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» (“Adopting the Hurt Child”). Перепечатано с согласия издательства NavPress (NavPress), г. Колорадо-Спрингс, штат Колорадо, 1998 года. Все права защищены.

Соль, САХАР И СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ ПАНСИОНАТЫ¹¹²

Специализированный пансионат... Какое знакомое слово для измученных приемных родителей, воспитывающих детей с серьезными нарушениями. Все мы понимаем, что семье иногда требуется передышка, но принимать решение следует с учетом всех сопутствующих обстоятельств. Для того, чтобы рассказать обо всех аспектах и преимуществах специализированного пансионата, Грегори (Кек) написал короткую статью, которую мы предлагаем вашему вниманию. В ней он пытается ответить на один фундаментальный вопрос: приносит ли нахождение в специализированном пансионате долгосрочную пользу приемному ребенку, дает ли оно толчок его развитию?

Возможно, вы спрашиваете себя, что общего между солью, сахаром и специализированными пансионатами, и тем более какое отношение все это имеет к привязанности. Дело в том, что чрезмерное потребление какого-то одного из трех может привести к привыканию. Вообще, постоянное потребление любого продукта автоматически увеличивает потребность в нем.

Для некоторых специалистов специализированные пансионаты стали практически «священной коровой», которую считают главным, если не единственным, залогом выживания отдельных приемных семей. В этом утверждении есть зерно правды, но я предлагаю взглянуть на проблему специализированных пансионатов с другой стороны:

- Является ли целью проживания в специализированном пансионате укрепление привязанности ребенка к приемной семье?
- Является ли стратегической целью проживания в специализированном пансионате прекращение пользования его услугами за ненадобностью и\или нежелательностью?
- Что для ребенка может означать отправление в специализированный пансионат с точки зрения способности его приемной семьи любить, заботиться, контролировать и воспитывать его?

¹¹² В США такие пансионаты или специально обученные семьи (последние иногда работают на общественных началах) называются «*respite*» и предназначены для кратковременного (обычно 2-3 дня или выходные) проживания приемных или усыновленных детей с эмоциональными и, соответственно, поведенческими расстройствами. От обычных детских лагерей такие пансионаты отличаются тем, что, во-первых, места проживания детей специально оборудованы с учетом возможных проблем в поведении и, во-вторых, персонал пансионата или принимающая семейная пара проходят специальную подготовку. Цель нахождения в специализированном пансионате – предоставить приемным семьям, где воспитывают особенно трудных детей, возможность взять небольшую передышку и восстановить силы. – прим. издателя.

- Насколько стиль воспитания в специализированном пансионате воспроизводит или соответствует стилю поведения, с помощью которого ребенок избегает установления привязанности с родителями?
- Насколько проживание в специализированном пансионате отличается от проживания ребенка в многочисленных замещающих семьях?

Надеюсь, что родители отправляют ребенка в специализированный пансионат не только для того, чтобы дать себе передышку. Дело в том, что такие передышки способны лишь усугубить нарушение привязанности, которым страдает приемный ребенок. Они могут создать у ребенка впечатление, что «напрягаться» надо только на короткие промежутки времени, а потом всегда можно отъехать в какое-то другое место для небольшого перерыва. Я же, напротив, считаю, что одной из ключевых целей проживания в специализированном пансионате должно быть укрепление способности ребенка к привязанности, а также помощь приемной семье в преодолении возникающих трудностей.

Я исхожу из того, что людям *нравится* проводить время со своими детьми. Я исхожу из того, что родителям хочется играть и наслаждаться жизнью *вместе* со своими детьми. И я надеюсь, что и детям хочется оставаться со своей семьей. В конце концов, детей усыновляют именно ради этого. Поэтому я считаю, что конечной целью проживания в специализированном пансионате должна быть его ненужность или, по крайней мере, меньшая в нем необходимость.

Трудно сказать точно, что именно видит ребенок в каком-то конкретном событии (особенно если этот ребенок страдает психологическими расстройствами), но надо хотя бы попробовать это угадать. Например, одна мысль о том, что приемные родители отправляют его в специализированный пансионат потому, что больше не могут с ним справиться, дает ребенку ощущение всемогущества. Не забывайте, что ребенок, которого сильно обижали в раннем детстве, страшится незащищенности. И если приемные родители будут представляться такому ребенку слабыми и легко уязвимыми, ему будет очень трудно когда-либо привязаться к ним.

Ребенок с нарушением привязанности может принять и привязаться только к тому, кто представляется ему сильной фигурой. С точки зрения такого ребенка, если приемные родители не справляются даже с *его* воспитанием, то с более серьезными опасностями они тем более не совладают. А кто будет доверяться взрослому, не способному защитить (читай: контролировать, управлять, любить, заботиться) своего собственного ребенка?

Думаю, что регулярное проживание ребенка в специализированном пансионате только подкрепляет фрагментарный характер его привязанности. Постоянные плановые отлучки из дома не смягчают, а, напротив, усугубляют эмоциональное расстройство ребенка. Когда при расставании родители думают: «Ну, наконец-то! Его не будет целые выходные», - это говорит лишь о том, что в преддверии передышки они, скорее всего, будут склонны мириться даже с таким поведением ребенка, которое в других обстоятельствах было бы неприемлемо. Но если «потерпеть осталось всего один денек», родителям легче найти в себе силы уйти от прямого столкновения с ребенком. Такое отношение волей-неволей подкрепляет глубокую,

хотя и нездоровую, привычку ребенка воспринимать все происходящее вокруг как сугубо временное явление в своей жизни.

Каждый, кто работает с детьми с нарушением привязанности, хорошо знает, что для них вчера – это далекое прошлое, а завтра просто не существует. К такому образу мыслей приводят частые и резкие перемены в жизни ребенка, а регулярные «ссылки» в специализированный пансионат могут укрепить его еще больше. Постоянство окружающей обстановки учит ребенка постоянству мышления и пониманию причинно-следственных связей и, как следствие, способствует зарождению у ребенка совести.

Не допускайте, что поездки в специализированный пансионат напоминали ребенку его переезды из одной временной семьи в другую, как это было до усыновления. Дети, находившиеся на государственном попечении, привычны к постоянным переездам. В каком-то смысле именно ожиданием переезда можно объяснить особо безответственное и безнаказанное поведение ребенка в новой семье. Ребенок рассуждает примерно так: «Это ничего, что сегодня (в пятницу) я веду себя плохо - вечером я все равно уезжаю в пансионат». А, как всем известно, к понедельнику пятничные события станут давно забытой историей.

В заключении я хотел бы отметить, что целью этой статьи было привлечь ваше внимание к тому особому отношению к специализированным пансионатам, которое становится все более заметным в последнее время. Родители и специалисты часто говорят о великой роли подобных заведений. Согласен: для некоторых семей такие пансионаты – это залог выживания. Однако, как и в случае с солью или сахаром, которые упомянуты в заглавии этой статьи, злоупотребление пансионатами или нерациональное их использование могут привести к привыканию. Слишком частые «передышки» могут только отсрочить то, к чему стремятся и приемные родители, и специалисты, – возникновение у ребенка привязанности к новой семье и способности жить с новыми родителями к обоюдному удовольствию. Временные меры никогда не решают постоянных проблем.

До того, как мои слова будут неверно истолкованы (что случается довольно часто), позвольте сказать следующее:

- Я не считаю, что отъезды ребенка в специализированный пансионат всегда бесполезны.
- Я не могу судить о том, с чем (или с кем) и как долго конкретная приемная семья готова жить под одной крышей. Решать это только самой семье.
- Я считаю, что отъезды ребенка в специализированный пансионат могут войти в привычку.
- Я считаю, что одной из задач нахождения в специализированном пансионате должно быть формирование привязанности ребенка к новой семье.
- Я считаю, что конечной целью отъездов в специализированный пансионат должно быть их прекращение за ненадобностью.

Я надеюсь, что родители и специалисты будут не просто следовать общепринятой практике, а начнут более критично оценивать плюсы и минусы подобных отъездов.

дов ребенка. Не забывайте, что «общепринятая практика» сегодня может оказаться мишенью для критики завтра. Были времена (и не очень далекие), когда замещающим родителям настоятельно рекомендовали не позволять своим воспитанникам привязываться к ним, чтобы те «хранили» эту привязанность для своих будущих усыновителей. А ведь сегодня такой подход кажется нам просто диким.

Эта статья была впервые опубликована в бюллетене «Связи» Ассоциации по терапии и просвещению в области детской привязанности (ATTACH), март 2000 года.

ОТКРЫТОЕ ПИСЬМО ПРОТИВ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АББРЕВИАТУРЫ «РАД»¹¹³

Чем больше широкая общественность узнает о реактивном расстройстве привязанности, тем чаще это нарушение называют аббревиатурой «РАД» и включают в алфавитный список диагнозов в этом урезанном виде. В ответ Грекори (Кек) написал эту статью.

Еще несколько лет назад я предупреждал о потенциальном вреде, кроющемся в использовании аббревиатуры «РАД» или «РАД-ребенок». Ни одно другое нарушение или расстройство не называют подобным упрощенным образом.

Хотя названия многих диагнозов могут быть сокращены до начальных букв составляющих его слов, только реактивное расстройство привязанности превратилось в одно единое короткое слово – а не в цепочку букв, каждая из которых имеет свое обособленное значение. Другими словами, говоря об оппозиционном вызывающем расстройстве¹¹⁴, мы можем называть его как «о-вз-эр», но мы никогда не назовем страдающего таким расстройством ребенка «ОВР-ребенок».

Мне никогда не доводилось слышать, чтобы кто-то сказал: «Я раковая мама, и у меня три раковых ребенка. Конечно, в семье от этих раковых детей одни проблемы. Некоторые из-за раковых детей даже разводятся!» Но именно это я слышу каждый раз, когда выступаю на конференциях, посвященных детям с реактивным расстройством привязанности.

Аббревиатура, которая стоит в заглавии этой статьи (назову ее так, потому что мне не хочется повторять ее):

- ... унижает ребенка;
- ... приуменьшает серьезность расстройства;

¹¹³ От англ. “reactive attachment disorder”, или “RAD” - прим. издателя.

¹¹⁴ **Оппозиционное вызывающее расстройство** (Oppositional Defiant Disorder) характеризуется агрессивностью и склонностью сознательно задирать и раздражать других; устойчиво негативистским, враждебным поведением и неповиновением. Подробнее об этом расстройстве можно почитать на http://adhd-kids.narod.ru/articles/odd_and_adhd.html - прим. издателя.

- ... уничтожает диагноз;
- ... создает впечатление, что ребенок – это и *есть* само расстройство, хотя на самом деле ребенок *страдает* от этого расстройства;
- ... подразумевает, что расстройство является постоянной и неизменной характеристикой, как, например, пол ребенка или его национальность.

Получается, что наше отношение к ребенку определяется не тем, кем он является по своей сути, а тем, чем он болеет. А ведь все три слова в названии этого расстройства имеют принципиальное значение для его понимания и правильного лечения. Слово «реактивное» напоминает нам о том, что расстройство развилось у ребенка как реакция на нанесенную травму. Слово «привязанность» указывает на то, что ребенку так и не удалось сформировать из-за пережитой травмы. Слово «расстройство» подчеркивает, что подобные последствия травмы не свойственны нормальному развитию ребенка и поэтому мы должны помочь ребенку их преодолеть.

Это статья была впервые опубликована в колонке «Сообщение Председателя» в бюллетене «Связи» (Connections) Ассоциации по терапии и просвещению в области детской привязанности (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – ATTACH), май 2000 года.

КРОВНЫЕ УЗЫ: КОГДА ПРИХОДИТСЯ ВЫБИРАТЬ МЕЖДУ ПРАВАМИ РЕБЕНКА НА ОБЩЕНИЕ С БРАТЬЯМИ И СЕСТРАМИ И ЕГО ПРИВЯЗАННОСТЬЮ К НОВЫМ РОДИТЕЛЯМ

Хотя мы оба считаем, что нужно сохранять связи между братьями и сестрами, нам ясно, что не может быть одного решения для всех ситуаций. Утверждение, что «братья и сестры должны всегда воспитываться вместе», так же неверно, как и «братья и сестры не должны воспитываться вместе никогда». Каждый ребенок и каждая ситуация требуют внимательного изучения. Мы предлагаем вашему вниманию статью Регины (Купеки), в которой она комментирует конкретную, но весьма типичную ситуацию из этой области.

Если вы присутствовали на моих выступлениях на многочисленных конференциях и семинарах или читали мои публикации на тему общения братьев и сестер (например, статью «Братья и сестры – это тоже семья», опубликованную агентством «Три Риверз Адопшн» (Three Rivers Adoption) или книгу «Усыновление ребенка, пережившего душевную травму» в соавторстве с Грегори Кеком), то вы знаете, что я давний сторонник прав детей на общение и воспитание вместе с родными братьями и сестрами. В моей работе мне неоднократно удавалось поместить всех братьев и сестер в одну семью, и дети от этого только выигрывали. Более того, их связь помогала им преодолеть негативные последствия прошлых потерь и предательств и

заново осознать самого себя. А ведь чем больше детей мы передаем на воспитание в одну приемную семью, тем меньше нужно приемных семей в целом, чтобы устроить всех детей-сирот.

Но в последнее время я все чаще сталкиваюсь с тревожной тенденцией со стороны агентств по усыновлению давать приоритет совместному проживанию братьев и сестер за счет уже сформировавшейся привязанности между совсем маленькими приемными детьми и их замещающими родителями, в том числе готовящимися усыновить своего воспитанника. При этом между этими кровными братьями или сестрами практически (или совершенно) нет никакой эмоциональной связи. Более того: во многих случаях они даже никогда не встречались друг с другом.

Сотрудники тех агентств, где практикуется подобный подход, приходят просто в ужас, когда я говорю, что в таких обстоятельствах ребенка следует разлучить с биологическими братьями и сестрами и оставить его с 'настоящими' родителями, к которым он уже крепко привязан. В большинстве подобных случаев настоящая причина разлучения братьев и сестер заключается в том, что первоначальное решение передать одного из братьев или сестер в отдельную замещающую семью было принято в свое время без достаточного планирования на будущее. Но мы не имеем права исправлять собственные старые ошибки путем разлучения ребенка-сироты с его *единственными настоящими* родителями. Это просто разобьет его сердце.

Вот если временная замещающая семья не готова усыновить ребенка, тогда, конечно, надо любой ценой искать семью, готовую принять всех братьев и сестер вместе и на постоянной основе. В обратном случае, пусть каждый из детей остается в той семье, к которой успел привязаться.

Ниже я приведу примеры из собственной практики, которые наглядно показывают, что я имею в виду. Во всех этих примерах права братьев и сестер на совместное проживание не заслуживают, на мой взгляд, такого же приоритета, как в случаях, когда между детьми установилась действительно крепкая эмоциональная связь. В моих примерах первостепенное значение имеет как раз привязанность ребенка к своим приемным родителям, которые готовы еще и усыновить своего воспитанника.

Например, одного трехмесячного мальчика отдали на воспитание в профессиональную замещающую семью, где три года его воспитывали со всей любовью. Эти люди стали для мальчика настоящими родителями, он крепко к ним привязался, и теперь приемные родители хотят усыновить этого ребенка. Когда мальчику исполнился один год, его биологическая мать родила девочку, которую отдали на воспитание в другую приемную семью. (Почему в другую, теперь уже никто объяснить не может.) И теперь эта приемная мама тоже хочет удочерить свою воспитанницу.

Сейчас сестре и брату, соответственно, два и три года, и они видели друг друга всего несколько раз, когда навещали биологических родителей. Несмотря на то, что у детей явно нет тесной привязанности друг к другу, социальные службы решили, что самое правильное будет изъять каждого из них из тех семей, где они воспитывались все это время, и отдать на воспитание в некую третью семью. Почему? Ответы социальных работников меня сильно встревожили.

«Ну, - начал самый опытный из них, – это же не настоящие их родители; это всего лишь профессиональные замещающие семьи, пусть даже и готовые усыновить».

А я думала, что мы отказались от деления на 'настоящих' и 'ненастоящих' родителей еще двадцать лет тому назад. Ведь с точки зрения ребенка его нынешние родители и есть самые настоящие: они кормят его настоящей едой, дарят ему настоящую любовь, заключают его в настоящие объятия, дают ему настоящее воспитание. Кто может быть более 'настоящим', чем те, кто занимался ребенком на протяжении почти всей его жизни?

«Понимаете, - подхватил второй социальный работник, понизив голос, - они ведь еще не усыновили ребенка. Так что у нас есть возможность поправить ситуацию». (В ответ я спросила, зачем эту ситуацию испортили два года назад, когда приняли решение не отдавать новорожденную сестру в ту же приемную семью, где воспитывался и брат. Мне не смогли этого объяснить.)

«Но ведь они не усыновили, - возразила я, - только потому, что изначально детей им передавали на ограниченный срок. Но если вы считаете, что все замещающие родители - «ненастоящие», то же самое можно сказать и про усыновителей. Не надо изымать детей из их нынешних семей, где они так хорошо прижились. Давайте разрешим каждой семье усыновить своего ребенка и будем просто надеяться на то, что в будущем дети сами захотят поддерживать связь друг с другом. Можно включить сведения о брате или сестре в книгу жизни каждого из детей, чтобы когда-нибудь они могли сами найти друг друга. Но если вы хотели, чтобы они росли вместе, надо было отдать их в одну замещающую семью с самого начала».

«Понимаете, - подал голос третий специалист, - мы хотим, чтобы они росли вместе, потому что мы можем найти семью сразу для двоих. Для детей постарше это бывает сложно, но эти-то дети еще совсем маленькие. Есть много кандидатов, которые хотят усыновить таких малышей, поэтому профессиональные родители на зарплате, как бы им самим ни хотелось их усыновить, должны отдать детей в другую семью».

«Подождите, - ответила я, - а мы не забыли о том, что должны всегда действовать исключительно в интересах ребенка? Конечно, вы сможете найти семью сразу для двоих. Конечно, некоторые – хотя и не все – маленькие дети могут выдержать такое испытание, как потеря своих родителей. Но зачем делать так, чтобы эти дети пережили самую большую потерю для любого ребенка – потерю своей матери – дважды: первый раз, когда потеряли биомать и второй, когда потеряют приемную?» Надо ли изымать ребенка из семьи по той только причине, что мы можем это сделать? Неужели нам так приятно чувствовать свое всемогущество, что ради этого мы готовы перевернуть вверх тормашками целую жизнь совсем маленького ребенка?

Тут четвертый специалист начала сокрушаться о том, что двухлетняя девочка живет с одинокой приемной матерью: «А мы могли бы устроить ее получше. Мы могли бы найти для нее полную семью».

Но если воспитание одинокой матерью так плохо, зачем ей отдали ребенка еще два года назад? Разве мы отнимаем у одиноких родителей своерожденных детей, если вдруг появляется шанс передать их на воспитание в полную семью? Конечно, нет. Но тогда не надо отнимать у матери – одинокой или замужней – эту девочку, которая глубоко к ней привязана и которую приемная мать хочет удочерить.

Вместо того, чтобы *любой ценой* защищать права братьев и сестер на совместное проживание, социальным работникам следовало бы пересмотреть привычное отно-

шение и практику своего агентства по усыновлению. Во-первых, сотрудникам органов опеки стоит взять за правило, что при поиске приемной семьи (тем более с перспективой усыновления) для ребенка, чьи брат или сестра уже воспитываются у замещающих родителей, первый звонок должен поступать именно этим людям. Во-вторых, социальные службы должны устраивать регулярные встречи таких детей, чтобы те могли по-настоящему привязаться друг к другу. Наконец, о важности общения между родными братьями и сестрами нужно говорить и на занятиях школ приемных родителей. Необходимо изменить ту систему принятия решений, которая и породила проблему! Ребенок не должен жертвовать вновь обретенной семьей только потому, что так социальным службам будет удобнее исправить свою же ошибку.

Я считаю, что в ситуациях типа описанной выше стандартные подходы просто неприменимы. В идеальном мире агентство по усыновлению с самого начала передало бы детей в одну приемную семью, и никаких проблем не возникло бы. Но если детей все-таки разлучили, между ними нет особой привязанности, и каждая из приемных семей готова усыновить 'своего' ребенка, то социальным службам не надо вставать на пути естественного хода событий.

Не отнимайте ребенка у приемного (или приемных) родителя, который готов усыновить его только потому, что речь идет о замещающей, а не родной семье. Конечно, если приемные родители обижают ребенка или не занимаются им, то ему надо искать другой дом. Но если у них все в порядке, оставьте этот цветочек в той земле, где он прижился и расцвел в полную силу.

У нас и так слишком много детей, для которых нашлась только временная замещающая семья и которые все еще ждут постоянных родителей. Не надо тратить свое время и силы на то, чтобы испортить судьбу тех братьев и сестер, каждому из которых посчастливилось найти себе 'настоящих' родителей, но по вине социальных служб это оказались разные семьи.

Привязанность между ребенком и матерью формируется задолго до того, как возникает привязанность между братьями и сестрами. Не заставляйте ребенка жертвовать фундаментальной привязанностью к своему родителю (да, и к замещающим родителям ребенок может испытывать самую настоящую привязанность) ради того, чтобы получить шанс начать с нуля (как вы помните, в приведенном мной примере дети были едва знакомы друг с другом) строить отношения с маленьким незнакомцем, который по случайности был выношен в одном и том же чреве, но только в другое время.

Братьев и сестер надо передавать на воспитание в одну семью, только если это отвечает интересам *каждого* из детей, и при условии добросовестной работы социальных служб. Мы просто не имеем права терзать этих детей ненужными переездами и разорванными связями с их приемными родителями под модным предлогом защиты «священных братских уз».

Отредактированная версия этой статьи была опубликована летом 2002 года в бюллетене Североамериканского совета по детям, подлежащим усыновлению (North American Council on Adoptable Children – NACAC).

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В НАШ МИР, ИЛИ БУДНИ «УСЫНОВИТЕЛЬСКОЙ ТРОИЦЫ»

Прочитав курс лекций о проблемах усыновления для учителей средних школ, Регине (Купеки) стало ясно, что далеко не все наши сограждане хорошо понимают суть усыновления. Чтобы лучше объяснить внешнему миру, что же это такое, она – с помощью участников группы поддержки для приемных родителей – написала статью, которую мы предлагаем вашему вниманию.

Часто во время публичных выступлений, написания статей или преподавания в школе приемных родителей у меня возникает ощущение, что я проповедую перед церковным хором. Если бы мои слушатели и читатели не понимали, что такое усыновление и каковы сопутствующие ему проблемы, они просто не покупали бы моих книг, не приходили бы в школу приемных родителей и не сидели бы на моих выступлениях. В конце концов, доктора, коллекционеры оружия или фанаты «Звездных войн» тоже собираются каждый на свои конференции, но меня эти темы не интересуют, поэтому сама я туда не хожу.

Недавно я выступала с курсом лекций на тему «Усыновление и школа» перед учителями, советниками и директорами школ и вдруг поняла, что те знания, которые для специалистов и «фанатов» усыновления кажутся элементарными, совсем не столь очевидны для остальных людей. Большинство окружающих воспринимают усыновление как нечто совершенно для себя постороннее. Но ведь усыновленные дети, усыновители и биородители (я буду называть их «усыновительская троица») – это неотъемлемая часть нашего общества, и поэтому нам всем будет полезно немного познакомиться с этим явлением.

Усыновление – это один из способов создать семью. Даже если до сих пор вы не встречали никого из «усыновительской троицы», скорее всего, в один прекрасный день это все-таки случится. Ими могут оказаться самые разные люди - укладчик ковров или пианист на концерте, мясник или почтальон, таксист или хиромант, руководитель предприятия или рядовой секретарь. Возможно, вы вспомните некоторых усыновленных «звезд» среди актеров, певцов и спортсменов¹¹⁵; или знаменитых усыновителей вроде баскетболиста Мэджика Джонсона, актрисы Анжелины Джоли и певицы Мадонны¹¹⁶. Среди знаменитостей есть и такие, кто сознательно отдал своих детей на усыновление, например, физик Альберт Эйнштейн и художник Модильяни¹¹⁷. Поскольку, как правило, окружающие (терапевты, педиатры, учителя, тре-

¹¹⁵ Авторы книги приводят примеры таких американских знаменитостей, как Скотт Гамильтон (фигурист), Джеймс Мишнер (писатель), Нат Кинг Коул и Фейв Хилл (певцы), Мелисса Гилберт (актриса). – прим. издателя.

¹¹⁶ Еще в авторском списке знаменитых усыновителей Роберт Фулгум (писатель), Эрма Бомбек (комедийная актриса), Вилли Мейс (спортсмен), Барбара Уолтерс и Розы О’Доннелл (журналистки). – прим. издателя.

¹¹⁷ Авторы добавили в этот список Джони Митчелл (певица) и Розан Барр (актриса). – прим. издателя.

неры и родственники) не понимают особых проблем «усыновительской тройцы», их попытки помочь часто оказываются бесполезны. Поэтому многие из тех, кто так или иначе причастны к усыновлению, оказываются в своеобразной изоляции; и вместо действительно профессиональной помощи вынуждены довольствоваться общением с неосведомленными и малоэффективными специалистами.

Опытные усыновительницы помогли мне составить список самых важных вещей, которые члены «усыновительской триады» хотели бы рассказать о себе миру:

- Семья усыновителей – это такая же семья, как и ваша. Усыновленные дети – это такие же дети, как и ваши. Поэтому нас обижают фразы типа: «А кто из детей ваш?» или «Если бы у вас была настоящая семья, то вы бы меня поняли». Если вам надо что-то узнать о нашей семье (и это действительно необходимость, а не пустое любопытство), то вместо «Кто из них ваш?» (они все наши) или «Кто ваш настоящий ребенок?» (а бывают *ненастоящие*?) спросите так: «Кто ваш своерожденный ребенок?» Если в семье воспитывается несколько усыновленных детей, то все дети воспринимают друг друга как *настоящих* братьев и сестер, и их конфликты и стычки ничем не отличаются от обычных.
- Усыновление всегда подразумевает утрату. Чтобы ребенок мог прийти в новую семью, он и его биородители должны были расстаться друг с другом. Во многих случаях усыновители тоже пережили какую-то потерю, начиная с бесплодия и заканчивая отказом от мечты о своерожденном ребенке. Поэтому многие, казалось бы, невинные события и занятия могут оставить тяжелое впечатление у членов «усыновительской триады»: составление генеалогического древа, история Моисея¹¹⁸, празднование Дня матери, некоторые фильмы и книги (например, «Тарзан», «Гарри Поттер», «Ледниковый период», «Пиноккио»), сортировка детских фотографий или проекты вроде «усынови дерево / домашнее животное / эстакаду». Хотелось бы, чтобы при составлении домашних заданий, написании статей и объявлений, выборе книг для публичного пользования учителя, журналисты и библиотекари помнили, что усыновление – это часть нашей жизни. Даже если в классе нет ни одного представителя «усыновительской триады», усыновление заслуживает того, чтобы стать одной из тем школьной программы. О нем нужно помнить как при составлении программ полового воспитания для подростков, так и при проведении исследований в области здравоохранения и социального обеспечения.
- Мнение, что любовь усыновителей к ребенку не может быть такой же ‘чистой и настоящей’, как любовь биологических родителей, и неверно, и не-

¹¹⁸ Жизни и деятельности Моисея посвящены четыре книги Пятикнижия, составляющие эпопею Исхода евреев из Египта. Согласно легенде, Моисей родился в Египте. Когда фараон приказал утопить в Ниле всех новорожденных еврейских младенцев мужского пола, мать оставила трехмесячного Моисея в зарослях тростника на берегу Нила. Там его нашла дочь фараона, пришедшая на купание. Она сжалилась над плачущим младенцем и согласилась позвать кормилицу-израильянку, которой оказалась собственная мать Моисея. – прим. издателя.

справедливо. В конце концов, хотя вы и не состоите в кровном родстве с вашим супругом (или супругой), но вы же его любите по-настоящему. И друга можно любить так же сильно (а иногда даже сильнее), чем собственного брата или сестру. Любовь всегда остается любовью. Сравнивая силу любви к своему ребенку с силой любви других родителей, вы проявляете крайнее высокомерие.

- Некоторые люди усыновляют по причине бесплодия, и для них это может быть трагедией всей жизни. Может быть, они когда-нибудь захотят поделиться этим с вами, но по собственной инициативе эту тему поднимать не надо - это очень бестактно. По той же причине вас совершенно не касается, сколько раз усыновители обращались со своей проблемой к врачам. Это решение каждый усыновитель принимает в зависимости от множества очень личных факторов, включая финансовые возможности, личные убеждения и шансы на успех.
- Дети, усыновленные из-за рубежа, обычно приезжают в новую страну в столь юном возрасте, что мало что помнят о своей исторической родине. Поэтому, не надо думать, что девочка, удочеренная из Китая в возрасте одиннадцати месяцев, будет что-то знать об этой стране. Может быть, ей будет интересно когда-нибудь познакомиться с Китаем, а может быть и нет.
- Любые расовые или этнические стереотипы – положительные или отрицательные – обижают приемного ребенка. Не все дети из стран Азии хорошо учатся в школе, не все дети из Южной Америки говорят по-испански, не все девочки из Восточной Европы занимаются гимнастикой и не все чернокожие мальчики любят играть в баскетбол.
- Только члены «усыновительской триады» могут решать, говорить или нет о каких-то аспектах усыновления. Вопросы типа: «А что случилось с твоими настоящими родителями?» (то есть усыновители – это не совсем настоящие родители, так получается?), или «Сколько вы заплатили за него?» (а вы бы спросили у биологических родителей, сколько «стоил» их своерожденный ребенок?), или «Как может мать хладнокровно планировать усыновление собственного ребенка?»¹¹⁹ (обычно биоматери делают это с большой любовью и с большим трудом) - неприемлемы даже отчасти. Тем более недопустимо пересказывать чужие секреты без предварительного разрешения тех, кого они касаются: «А вы знаете, что Сюзи удочерили?» или «А вы знаете, что Портерам пришлось усыновить?».
- Родственникам, которые не готовы принять усыновленного ребенка, не надо ожидать, что усыновители предпочтут их, а не ребенка. У отказа принять

¹¹⁹ В США те усыновления, которые планируются биоматерью еще до рождения ребенка (например, если биомать несовершеннолетняя, или безработная, или тяжело больна и т.д.), считаются примером ответственного отношения к судьбе ребенка и всячески одобряются общественным мнением. В таких случаях органы опеки заранее находят кандидатов из очереди на новорожденных детей, знакомят их с биоматерью и поощряют навещать ее в роддоме. Пример такого рода усыновления наглядно показан в фильме «Джуно», США, 2007 год. – прим. издателя.

усыновленного ребенка могут быть самые разные причины: может быть, эти родственники признают только кровное родство; или считают, что у ребенка, рожденного от алкоголиков и наркоманов, обязательно появятся те же проблемы в будущем, потому что «яблоко от яблони недалеко падает»; или им не нравится, что усыновленный ребенок другой расы. Но в любом случае «остаться за бортом» рискуют именно те, кто ставит усыновителей перед выбором: «Или этот ребенок, или мы!»

- Усыновление не делает из родителей святых. Они тоже иногда сердятся на своих детей. Они ведь просто усыновители, а не идеальные родители. Они просто хотели, чтобы у них тоже был ребенок, а усыновление оказалось оптимальным решением.
- Все биородители переживают из-за того, что им пришлось отдать своего ребенка на воспитание другим людям, даже если это было самое правильное для них решение. Поэтому это нормально, когда биородители грустят об усыновлении. У каждого усыновленного ребенка где-то остались биологические родители, и мы уверены, что и в России, и в Китае они переживают о своих детях одинаково сильно. Усыновленный ребенок не обязан «чувствовать себя счастливым и быть за все благодарен». Дети вообще не обязаны чувствовать благодарность. Чувство благодарности может прийти к ним во взрослом возрасте, но тоже не наверняка.
- Большую часть времени факт усыновления никак не отражается на повседневной жизни семьи. Усыновленным может оказаться любой из тех детей, которых вы ежедневно встречаете в кинотеатре, на футбольном матче или на церковной службе. Но подтвердить это могут только усыновители или сам ребенок. Среди усыновленных детей тоже бывают как очень одаренные, так и не самые смысленные дети. Кто-то из них станет кинозвездой, а кто-то окажется за решеткой; с кем-то вы породнитесь через ваших детей, а кто-то будет преподавать в школе у ваших внуков.
- Жизнь биологических родителей ребенка с усыновлением не кончается. Они вступают в браки, рожают новых детей, устраиваются на работу – но они никогда не забывают о прошлом. Если вы знакомы с такими биородителями, посочувствуйте им, как если бы они потеряли ребенка из-за выкидыша или несчастного случая.
- Усыновители – это такие же родители, как и все остальные. Иногда у них все получается, иногда – нет. Бывают моменты, когда им кажется, что лучше бы они никогда не усыновляли точно так же, как обычные родители жалеют иногда, что завели ребенка.
- Бывает так, что члены «усыновительской триады» просят вас о помощи. Но не спешите с советом, пока не выясните всех фактов. Обещание, что усыновленный ребенок сможет отыскать своих кровных родителей в восемнадцать лет, не всегда выполнимо, потому что во многих штатах личность родителей, отдавших ребенка на усыновление, держится в секрете. А говорить биологической матери: «Ну вы же сами отдали дочь на удочерение, чего теперь переживать о ее потере?» - просто жестоко. Никому не помогут и комментарии

типа: «А чего вы ждали, когда брали в семью чужого ребенка?» или «Отдайте его обратно». Ведь вам никто не советовал избавиться от своерожденного ребенка, когда он вас не слушался или поставил вмятину на вашу машину. Лучше предложите помощь. Или просто выслушайте. Или посоветуйте какие-нибудь полезные книги. Или угостите пирогом. Или устройте вечеринку типа тех, что устраивают в честь новорожденных, чтобы отпраздновать 'прибытие' усыновляемого ребенка, пусть даже ему уже девять лет. Или (сколько бы лет ни было усыновленному ими ребенку) поздравьте с годовщиной утверждения усыновления открыткой, цветами или по телефону. Усыновление – это очень значимое событие для семьи и самого ребенка.

- Каждое усыновление уникально, и у семейного счастья нет единого шаблона. Некоторые усыновления открыты, и дети поддерживают контакты с биологической семьей. Случается, что уже после его усыновления биородители приходят посидеть с ребенком. Некоторых детей усыновляют через несколько часов после рождения, у других будущие усыновители присутствуют на родах, а третьих усыновят только в семнадцать лет. Некоторые дети подвергались очень жесткому обращению, других чаша сия миновала. Некоторые дети воспитывались в приюте, а другие сменили дюжину временных семей. Третьих вообще подкинули. Некоторые дети пережили сексуальные домогательства. Другими просто совсем не занимались. Кто-то жил в только одной замещающей семье и был ею же и усыновлен. Кого-то усыновила одинокая мама, другого – одинокий папа, а третьего – полная семья. Некоторые усыновители постарше, другие – совсем молодые. Каких-то детей усыновляют родители другой расы, хотя это случается не так часто. Некоторые усыновленные дети страдают от серьезного расстройства привязанности и чувства утраты. А у других этих проблем практически нет.
- Если вы доктор, священник, учитель, друг, терапевт или родственник, то постарайтесь заблаговременно пополнить свои знания об усыновлении. Не стоит вмешиваться в проблемы «усыновительской триады» без минимального самообразования на эту тему.
- Читайте книги. Побродите по Интернету. Не думайте, что посмотрев один фильм про усыновление, вы уже все знаете по этому вопросу. Не делайте поспешных выводов. Слушайте. Не спорьте, не обвиняйте. Предложите помощь. Если вы не знаете, чем помочь, так и скажите. И спасибо вам за то, что вы прочитали эту статью и хотя бы на несколько минут стали частью нашего мира - мира усыновителей.

Спасибо усыновителям, которые помогли написать эту статью. В оригинальной версии статья была опубликована в бюллетене организации «Самоцвет среди самоцветов» (Jewel Among Jewels), июнь-августа 2002 года, www.sherriealdrige.com.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

ВЫДЕРЖКА

из книги Г.Кек и Р.Купеки

«Усыновление ребенка, пережившего душевную травму»

Глава 11 «Терапия для ребенка с нарушением привязанности;
Как сделать так, чтобы она принесла результат», стр. 171-179

...

Терапевтическое удерживание, или «холдинг-терапия»

Мы считаем, что холдинг-терапия¹²⁰, впервые разработанная доктором Мартой Уэлш для лечения аутичных детей, - это наиболее эффективный способ, которым родители и специалисты могут дать толчок развитию отстающего ребенка.

Терапевтическое удерживание выполняется таким образом: ребенка кладут на колени двух терапевтов и/или родителей. Правую руку ребенок кладет на спину ведущего терапевта, который находится ближе всех к голове ребенка. Левая рука остается свободной, но ее тоже можно как-то зафиксировать, если ребенок может попытаться ударить специалиста или начать самостимуляцию, например, царапая или щипая себя. Подобная самостимуляция, или самовозбуждение, может усугубляться именно во время холдинг-терапии, потому что ребенок-пациент пытается таким образом избежать личного контакта с терапевтом и сохранить привычное самосознание, искусственно отвлекаясь от происходящего вокруг. Именно поэтому самостимуляцию необходимо пресекать, ведь задача холдинг-терапии – это как раз укрепить эмоциональную связь ребенка с другими людьми.

Ведущий терапевт задает направление всей сессии. Тут очень важен зрительный контакт с ребенком, и его необходимо поддерживать практически постоянно. Ребенок обязательно смотрит в глаза тому, с кем говорит. Если этого не происходит, терапевт восстанавливает этот контакт через устные или тактильные «подсказки» - например, мягко поворачивает лицо ребенка в свою сторону.

Терапевтическое удерживание стимулирует развитие ребенка потому, что его сопровождает настолько тесный физический контакт, что между участниками неминуемо возникает крайне интенсивное межличностное общение, практически недостижимое в рамках остальных известных терапевтических методов. Более того, такое удерживание дает заметный положительный эффект с точки зрения физического состояния ребенка. Исследования доктора Темпла Грандина (Temple Grandin) в области лечения аутизма показывают, как крепкое физическое давление успокаивает нервную систему. Результаты этих исследований помогают понять, как и почему многие дети заметно успокаиваются во время сеансов удерживания.

¹²⁰ В дальнейшем термины «холдинг-терапия» и «терапевтическое удерживание» используются как тождественные. – прим. издателя.

К примеру, когда на прием приехал десятилетний Рэнди, он казался слишком возбужденным. После короткого периода удерживания, терапевт решил немного увеличить силу объятия. Одновременно с этим он прикрыл глаза Рэнди рукой и начал осторожно укачивать мальчика. Практически в ту же секунду тело мальчика расслабилось, а настроение резко изменилось – он совершенно успокоился. При этом Рэнди отлично осознавал происходящее и с готовностью (и удивлением) рассказал о том, что испытывал. До сих пор ему было не знакомо состояние столь глубокого покоя.

Четырехлетний Томми всегда старался забраться в какой-нибудь тесный угол или узкую щель. Засыпал он только под толстым слоем одеял и иногда даже втискивался между матрасом и панцирной сеткой своей кровати. Томми явно нравились чувства давления и тесноты, а также тот покой, который они ему приносили.

Эти два примера показывают, как важна та часть холдинг-терапии, которая представляет собой *физическое удерживание* ребенка. Именно удерживание создает тот физиологический и психологический комфорт, в котором так нуждается ребенок-пациент – хотя может показаться, что такие дети всегда пытаются избежать прикосновений. На самом деле, им, скорее всего, не нравятся именно легкие касания, наиболее распространенные в ежедневном общении внутри семьи или с друзьями.

Холдинг-терапия предлагает не столько моментальное решение проблемы, сколько «быстрый запуск двигателей» для начала движения к этому решению. Во время такой терапии ребенок и специалист нередко открывают такие переживания ребенка, которые остались бы недоступны при обычной разговорной терапии. В книге доктора Даниела Хьюза «Развивая привязанность» есть много наблюдений на эту тему, интересных как для родителей, так и для специалистов. Доктор Хьюз часто повторяет, что «*эмоциональная взаимонастройка между родителем и ребенком имеет фундаментальное значение для успеха терапии*»¹²¹. Холдинг-терапия способствует подобной настройке, потому что ребенку практически невозможно не испытать тех чувств, которые обуревают человека (родителя или специалиста), его удерживающего. Очень важно, чтобы в процессе терапии ребенок мог чувствовать переживания родителя или терапевта, потому что нередко это первый его опыт «синхронизации» с другим человеком. Такой опыт помогает ребенку эмоционально сблизиться и привязаться к своим родителям.

В своей книге «Время удерживания» доктор Марта Уэлш¹²² подробно объясняет, как холдинг-терапия может помочь родителям восстановить нарушенную привязанность у ребенка. Доктор медицины Фостер Клайн тоже много писал о значении терапевтического удерживания. Среди его книг на эту тему – «Надежда для детей из группы особого риска, страдающих приступами ярости»¹²³ и «Как понять и исцелить ребенка

¹²¹ Daniel Hughes, *Facilitating Developmental Attachment*. (Northvale, New Jersey: Jason Aronson, Inc. 1997), p.77.

¹²² Dr. Martha Welch, *Holding Time* (New York: Simon & Schuster, 1998).

¹²³ Foster Cline, M.D., *Hope for High Risk and Rage-filled Children*

с серьезными эмоциональными расстройствами»¹²⁴. Внимание публики справедливо заслужили книги и других авторов, включая книгу Кена Магид и Кэрол МакКелви «Группа особого риска: дети без совести»¹²⁵. В сборнике «Будни специализированного лечебного центра в рассказах психотерапевтов», изданном под редакцией доктора медицины Веры Фальберг¹²⁶ с участием персонала клиники Форест Хайтс Лодж (Forest Heights Lodge) в городе Эвергрин, штат Колорадо, о достоинствах холдинг-терапии рассказано в контексте долгосрочного стационарного лечения.

Большинство специалистов, выступающих за применение холдинг-терапии, соглашаются в том, что:

- Повышается эмоциональный контакт между ребенком и специалистом.
- Удерживание вызывает эмоциональный отклик такого масштаба, который маловероятен в рамках любого другого вида терапевтического воздействия.
- Корректирующие эмоциональные переживания могут происходить как во время, так и после завершения сеанса удерживания.
- Удерживание повышает способность ребенка к привязанности.
- Удерживание укрепляет привязанность ребенка к специалисту и облегчает перенос этой привязанности на родителей.
- Удерживание дает ощущение физического сдерживания, и это успокаивает ребенка, которого могут пугать собственные чувства.
- Специалисты, использующие холдинг-терапию, быстрее замечают невербальные симптомы переживаний у ребенка-пациента, – напряжение или ослабление тела, частоту дыхания и прочее, – чем нежелли, сидя на расстоянии от ребенка, и без какого-либо физического контакта с ним.

Холдинг-терапия особенно эффективна, если развитию ребенка нужен «ускоренный запуск». Такой же резкий толчок получает развитие обычного ребенка в первый год жизни, если окружение обеспечивает ребенку достаточный уход, заботу, чувство безопасности и доверия. Именно на этих четырех «китах» основывается дальнейшее развитие ребенка: сначала у него формируется причинно-следственное мышление, - оно помогает ребенку отождествлять себя с родителем, - и в результате у ребенка развивается совесть. Если же на одном из этапов развитие ребенка было заблокировано, его необходимо «перезапустить», и любые фундаментальные изменения в поведении ребенка станут заметны только через некоторое время после этого. Поскольку развитие ребенка происходит последовательно, этап за этапом, возобновлять его надо именно на том уровне, где произошла первоначальная блокировка, независимо от текущего биологического возраста ребенка.

Некоторые называют холдинг-терапию терапией по «покорению гнева». Действительно, удерживание детей и подростков, страдающих от постоянного чувства гне-

¹²⁴ Foster Cline, M.D., *Understanding and Treating the Severely Disturbed Child*

¹²⁵ Ken Magid, Carole McKelvey, *High Risk: Children Without a Conscience*

¹²⁶ *Residential Treatment – A Tapestry of Many Therapists*, edited by Vera Fahlberg, M.D.

ва, высвобождает очень сильные эмоции. Конечно, не все дети с нарушением привязанности находятся в состоянии хронического гнева, но тем из них, кто относится именно к этой категории, подобное высвобождение позволяет освободить место для других эмоций, которые до этого момента были заблокированы гневом - грусть, боль и страх. Ребенок получает возможность осознать и проанализировать эти новые для себя чувства в безопасной обстановке и среди людей, которым он может доверять.

У Бада было несчастливое детство. Его мать Сильвия была умственно отсталой и утверждала, что встречалась с отцом Бада только один раз и не знала о нем ничего, кроме имени. У Сильвии было много детей от разных отцов, и никто из них не участвовал в воспитании хотя бы своего ребенка. В какой-то момент Сильвия «устала» быть матерью в том смысле, как она сама понимала эту роль. Вообще-то, и до этого момента, с точки зрения нормального человека, она не справлялась с большинством, если не сказать, вообще ни с одной обязанностью родителя. Можно сказать, что ее пять детей существовали на грани выживания. Но Сильвию с самого начала мало интересовала их судьба, а со временем этот интерес становился все меньше. Сильвия находила утешение в многочисленных связях со случайными мужчинами. Те, в свою очередь, видели в ней лишь объект мимолетного физического влечения, и относились соответственно.

После многочисленных попыток вмешательства со стороны социальных служб, Сильвия решила, что она больше не хочет быть матерью. Одного за другим она передала всех своих детей на попечение государства. Однажды на Хэллоуин¹²⁷ Сильвия решила устроить вечеринку. Заодно она вызвала социального работника, чтобы в конце вечеринки он забрал Бада. Как и планировалось, вся семья собралась на праздник, а сразу после сладкого торта в дом явился социальный работник и увел Бада с собой. Мальчик так и не понял, почему именно он должен был тогда уйти. Вспоминая тот день, Бад решил, что вся вечеринка была прощальной. Но почему все-таки увели только его – второпях и без объяснений? Через четыре года Бада, наконец, усыновили. Полный гнева и совершенно растерянный, он стал настоящей проблемой для своих новых родителей. Бад вел себя так, как будто именно они были виноваты в его тяжелом прошлом. Особенно много раздражения вызывала у него приемная мать. Бад пытался обидеть ее любым доступным способом. Когда обидных слов ему стало недостаточно, Бад перешел к физическим угрозам и даже попытался убить эту женщину. В течение всего этого времени приемная семья Бада получала обширную профессиональную помощь, но ничего не помогало.

Наконец, родители Бада начали программу интенсивной холдинг-те-

¹²⁷ *Хэллоуин*, или канун Дня всех святых, празднуется в ночь с 31 октября на 1 ноября. Это один из самых популярных праздников, когда дети в маскарадных костюмах и страшных масках ходят по домам и просят сладости или другие подарки. – прим. издателя.

рапии, задачей которой было восстановление у Бада привязанности и смягчение его гнева. Во время терапии мальчик смог выразить значительную часть своего гнева и направить его на терапевта, а не на приемных родителей. Постепенно Бад становился более открытым для общения, как во время сеансов, так и между ними. Спектр его эмоций расширился, заметно улучшилась способность мальчика проявлять и принимать симпатию. В конце концов, Бад развил достаточную способность к привязанности, из-за чего его отношения с приемными родителями стали более разносторонними.

Помимо нарушений привязанности, Бад страдал и от хронической депрессии, которая время от времени тоже заявляла о себе. В такие моменты Бад был очень возбужден и крушил все вокруг – обычно мебель и вещи в своей комнате. Но по мере того, как мальчик все больше привязывался к приемным родителям и терапевту, его отношения с окружающими людьми стабильно улучшались, даже после этих диких вспышек. В случае с Бадом терапевт уделял особое внимание чувствам потери, горя, депрессии и отверженности. Проблема гнева решалась проще остальных, но прогресс в этой области был прерывист и непредсказуем; случались и откаты. В целом результаты терапии были удовлетворительны, с некоторыми исключениями. Дело в том, что по мере взросления человека его личность становится все более многомерной, сложной. И эта многомерность не только добавляет человеческой психике новые измерения, но и увеличивает количество потенциально проблемных зон. В результате терапии Бад развил способность получать и отдавать любовь, уровень его постоянного гнева снизился, а умение анализировать свои чувства и поступки возросло; но остается много работы в других областях. Несмотря на это, мы считаем, что развитие мальчика было успешно «перезапущено», и в долгосрочной перспективе его ждут только изменения к лучшему.

Хотя снизить гнев, который испытывает ребенок с нарушением привязанности, крайне желательно и даже необходимо, нам кажется, что термин «покорение гнева» отражает лишь один из многих эффектов холдинг-терапии. Как отмечалось выше, большинство специалистов в области терапевтического удерживания согласны в том, что холдинг-терапия способствует оздоровлению эмоциональных переживаний ребенка. Терапия не может изменить прошлое, но она может изменить отношение к нему самого ребенка путем переосмысления произошедшего и своей реакции на него; только так ребенок учится управлять самыми глубокими своими страхами и потерями.

Например, нас часто спрашивают – с заметным предубеждением, – уместна ли холдинг-терапия в отношении ребенка или подростка, который подвергался сексуальному насилию? Конечно, ведь только такая терапия дает наилучшую возможность скорректировать подобный опыт ребенка. Дело в том, что холдинг-терапия включает все элементы, которые присутствовали в ситуации сексуального насилия, а именно: прикосновения, участие ребенка и направляющих его взрослых, - за исключением самой сексуальной активности. Тогда, чему же учит такая терапия ребенка, подвер-

гавшегося сексуальным домогательствам в ранние годы жизни? Во-первых, ребенок начинает понимать, что прикосновение взрослых может быть нормальным, безопасным и нейтральным с сексуальной точки зрения. Во-вторых, ребенок видит, что если ситуацию контролируют взрослые, которым можно доверять, то и для ребенка она не будет иметь неприятных последствий. Наконец, ребенок понимает, что его родители и терапевт будут всегда рядом на самых трудных этапах психологической работы. Поэтому, нередко на вопрос, что они испытывали во время удерживания, дети отвечают: «Это похоже на то, как меня раньше обижали». Такой ответ дает отличную возможность завести разговор о самых болезненных переживаниях ребенка. У вас может возникнуть вопрос, как мы собираемся получить согласие на участие в холдинг-терапии именно от вашего непростого ребенка? До того, как мы стали практиковать терапевтическое удерживание в своей работе, у нас возникал точно такой же вопрос. Ответ оказался на удивление прост.

Большинство наших маленьких пациентов уважают прямоту, ясность и честность со стороны взрослых – несмотря на то, что сами не очень-то охотно проявляют эти качества! Мы просто говорим ребенку, что терапевтическое удерживание хорошо помогает другим детям с похожими проблемами. Имея многолетний опыт традиционной разговорной или игровой терапии с различными специалистами, такие дети склонны считать холдинг-терапию очередной придумкой психотерапевта. Ребенок думает: а вдруг эта новая терапия окажется занятней, чем перебирание карточек еще пару лет подряд? Вдобавок, он еще плохо нас знает и, как следствие, недооценивает (а, как вы помните, дети с нарушением привязанности обожают дурачить малознакомых людей), поэтому склонен рискнуть и согласиться.

Очень редко дети отказываются попробовать холдинг-терапию; если ребенок сомневается, мы спрашиваем его, пока он не даст согласия. Напротив, категорический отказ означает, что в отношении данного ребенка улучшение крайне маловероятно, а без согласия пациента мы никогда не прибегаем к холдинг-терапии.

Большинство подростков старшего возраста (от шестнадцати до восемнадцати лет) первый опыт удерживания буквально потрясает. Обычно они так описывают свои мысли и чувства: «Знаете, это было очень странно. Я думал, что мне совсем не понравится, но было хорошо. Но это так дико – что в моем возрасте меня держат на руках».

Как правило, в ответ мы задаем ребенку простой, но убедительный вопрос: «А тебя держали на руках, когда ты был еще маленьким?» До сих пор ни один наш пациент, – каким бы несносным или упрямым он ни был, – не ответил утвердительно. Тогда мы спрашиваем, почему, по его мнению, мы держим его теперь, и на этот раз ребенок дает довольно точный ответ типа: «Чтобы я не разнес ваш кабинет?». Мы всегда отвечаем на это: «Верно! А еще зачем?» На этом этапе ребенку приходится подумать над ответом, и поздно или рано он говорит что-то вроде: «Потому что когда я был маленьким, меня на руках не держали?». И мы отвечаем: «Ты снова угадал!» Наша цель – максимально поддерживать и одобрять самостоятельное мышление ребенка, одновременно отлавливая все его мыслительные ошибки, которые у такого ребенка лежат в корне большинства неверных решений.

Во время холдинг-терапии специалист следует обращать особое внимание на процессы перенесения и обратного перенесения, которые можно считать почти нераз-

рывными спутниками зарождающихся психотерапевтических отношений. Если говорить упрощенно, *перенесение* имеет место в тех случаях, когда пациент переносит на психотерапевта чувства, которые испытывает к другому человеку. Например, если пациент не доволен своим чрезмерно властным родителем, он может перенести это отношение на психотерапевта, наделив последнего качествами, приписываемыми его собственному родителю. При таком развитии событий чувство гнева будут сопровождать все дальнейшее общение пациента с психотерапевтом. Тем не менее, в стратегическом смысле, перенесение способствует успеху психотерапевтических отношений, потому что помогает вскрывать и эффективно разрешать проблемы и переживания пациента.

В свою очередь, *обратное перенесение*, описывает эмоциональную реакцию самого психотерапевта на пациента. Эта реакция обусловлена личными проблемами и переживаниями психотерапевта и может помешать успеху терапии, если специалист несвоевременно не осознает и не проработает собственные проблемы и переживания.

В условиях холдинг-терапии процессы перенесения и обратного перенесения протекают гораздо ярче, чем при обычной терапии. Например, процессы перенесения включаются почти немедленно, и именно они запускают в ребенке перемены. Через перенесение ребенок может проработать со специалистом свои самые сильные и парализующие переживания – и та физическая близость и связь, которые так быстро запускают процесс перенесения, только ускоряют эту работу.

Аналогичным образом, в условиях холдинг-терапии и процессы обратного перенесения проявляются и быстрее, и ярче, чем обычно. Переживания специалиста становятся неотъемлемой частью психотерапевтического процесса во многом потому, что холдинг-терапия предполагает искренний эмоциональный обмен с ребенком, что заметно отличает ее от более традиционной терапии, где специалист соблюдает определенную физическую и эмоциональную дистанцию. Важно, чтобы специалист заранее определился с собственным отношением к теме любви, заботы и постоянного физического контакта, ведь холдинг-терапия затрагивает все эти темы одновременно.

Во время холдинг-терапии неизбежны темы потери, разлуки, предательства, любви и заботы. Как бы ни был тяжел разговор с ребенком, испытывавшим издевательства или заброшенность, о его прошлом, крайне важно уделить внимание каждой детали, каждому обстоятельству этого горького опыта. Нередко психотерапевт начинает испытывать ярость по отношению к тем, кто причинил ребенку столько боли, но эти чувства нужно держать под контролем. Как бы ребенок ни ненавидел свою биологическую мать за то, что та не защищала его, но если подобное отношение проявит сам психотерапевт, у ребенка может сработать защитная реакция в отношении женщины, которую он все равно продолжает любить. А пока ребенок занимает оборонительную позицию, ему не удастся осознать воображаемый характер своей связи с биоматерью.

Как бы хорошо конкретный психотерапевт ни отслеживал механизм обратного перенесения, ему надо всегда помнить, что холдинг-терапия может спровоцировать его на гораздо более бурный эмоциональный отклик (в зависимости от личных особенностей специалиста), чем остальные виды терапии.

Именно поэтому психотерапевтам, заинтересованным в применении холдинг-терапии, следует предварительно пройти специальную подготовку, а после начала работы периодически приглашать других экспертов для наблюдения и консультаций. В некоторых случаях специалистам следует подумать о применении терапевтического удерживания в промежуточных/ограниченных формах.

Например, наш опыт показывает, что даже простое сокращение физического пространства между ребенком и терапевтом не только создает у ребенка чувство более глубокого эмоционального контакта, но и ускоряет терапевтический процесс в целом. Проще говоря, чем физически ближе психотерапевт к ребенку, тем выше вероятность эффективного и динамичного терапевтического процесса. Если два человека сидят лицом к лицу, упершись коленями друг в друга, то каждый будет понимать другого особенно хорошо. Точно так же, зрительный контакт проще поддерживать тогда, когда терапевт находится в личном пространстве ребенка-пациента. Большинство детей с нарушением привязанности сверхбдительны, и физическая близость другого человека не только привлекает внимание такого ребенка, но и помогает ускорить его развитие.

Другая вариация терапевтического удерживания – это предложить ребенку лечь на кушетку или на пол, а специалисту устроиться у изголовья. В такой позиции легче поддерживать постоянный зрительный контакт с ребенком, нежели когда терапевт сидит в другом углу комнаты или за столом; высока вероятность и эмоционального контакта. Сама позиция выше уровня ребенка позволяет специалисту лучше управлять терапевтическим процессом и общением с пациентом.

От традиционного убеждения, что личное пространство ребенка надо всегда уважать, приходится отказываться в работе с теми детьми и подростками, которые плохо чувствуют его границы. Как правило, в результате нарушения этих границ между ребенком и психотерапевтом возникает та эмоциональная связь, которую в дальнейшем ребенок сможет перенести и на приемных родителей.

Независимо от вида терапии, применяемой в отношении ребенка с нарушением привязанности, крайне важно при ее выборе учитывать индивидуальные особенности конкретного пациента. Как правило, детям с нарушением привязанности обычно не подходит терапия, эффективная для детей без задержек развития. Например, специалист, практикующий комплексную семейную терапию, порою склонен применять ее ко всем своим пациентам. А специалист в области вытесненных воспоминаний может считать, что корень всех проблем ребенка заключается в неких реальных, но неизвестных специалисту событиях его прошлого. В свою очередь, с точки зрения психотерапевта, увлеченного теорией формирования привязанности, все поступающие на прием дети нуждаются прежде всего в терапии привязанности.

Теоретические интересы и предубеждения специалиста не должны быть единственными факторами, определяющими направление его работы с конкретным пациентом. Психотерапевт не имеет права на «свое привычное дело» со всеми пациентами без разбора, точно так же, как хирург не имеет права каждый раз выполнять одну и ту же «любимую» операцию, как бы хорошо она у него ни получалась. Каждый пациент – это прежде всего уникальная история конкретного человека, и только так к нему и следует относиться.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2

Игра «Сумасшедшая восьмерка»

Играют одна или две (если участников много) колоды в 52 карты. Каждый игрок берет по 5 карт (по 7, если играют только двое). Остальная колода остается на столе «рубашками» вверх, а верхняя карта снимается и кладется рядом «лицом» вверх.

Ходы делаются по часовой стрелке. Каждый игрок по очереди должен либо «бить» ту карту, которая лежит рядом с колодой, либо взять из колоды. «Бить» карту можно по следующим правилам: если карта, лежащая «лицом» вверх, не восьмерка, то ее можно «бить» любой картой того же достоинства или масти (например, если лежит король червей, то его можно «побить» или королем любой масти, или любой картой масти червей); восьмеркой можно «бить» любую карту и игрок, положивший восьмерку, должен объявить масть для следующей карты; если последней картой была восьмерка, то ее можно «бить» либо восьмеркой, либо картой той масти, которую назвал предыдущий игрок.

Если в колоде карты кончились, то возможны два варианта. Первый: игра продолжается, а игрок, который не может или не хочет «бить», просто пропускает ход. Если ход пропустили все игроки, то игра останавливается, подсчитываются штрафные очки и определяется победитель. Второй: из «битых» карт, кроме последней, смешивается новая колода, и игра продолжается по обычным правилам.

Выигрывает тот, у кого первого закончатся карты, а остальным присуждаются штрафные очки в зависимости от карт, оставшихся на руках: 50 за каждую восьмерку, 10 за каждую фигурную карту, и соответствующие очки за остальные карты (одно очко за туз, два за двойку и прочее).

Игра «Пльви, рыбка!»

Лучше всего играть от 3 до 6 человек, но можно и двум. Играет одна колода в 52 карты. Каждый игрок берет по 5 карт (по 7, если играют только двое). Остальная колода остается на столе «рубашками» вверх.

Ходы делаются по часовой стрелке. Ход заключается в том, чтобы у *любого* другого игрока попросить карту определенного достоинства. Например, если ваш ход, вы можете попросить у другого игрока: «*Маша, дай мне валета*». Игрок, который просит карту, должен держать хотя бы одну карту того же достоинства, т.е. если вы просите у Маши валета, то у вас уже должен быть один. Если у Маши есть валет или валеты, то она должна отдать вам их **все**. В свой ход Маша может попросить любого другого игрока карту того достоинства, которая у нее уже есть.

Если у Маши нет карты запрошенного достоинства, то она говорит: «Пльви, рыбка!». В этом случае вы берете карту из колоды. Если карта, которую вы взяли, нужного достоинства, то вы показываете ее остальным игрокам и взять еще одну. Если взята карта другого достоинства, то ваш ход переходит к Маше. Как только игрок наберет 4 карты одного достоинства, он должен показать их другим игрокам и отложить в сторону «рубашкой» вверх.

Игра продолжается до тех пор, пока у одного из игроков не кончатся карты или не кончится колода. Победитель тот, кто собрал больше полных комплектов одной масти.

Игра «Мост в Лондоне упадет»

В эту игру дети могут играть, начиная с 2-3 лет. Играют минимум 5-6 детей. Двое из них встают лицом друг к другу, поднимают руки и соединяют их так, чтобы получился «мостик». Остальные дети выстраиваются в линию и начинают петь: *«Мост в Лондоне упадет, упадет, упадет, мост в Лондоне упадет, милая вы леди!»*. Под эту песню дети проходят под «мостом», замыкаясь в кольцо, которое непрерывно движется под «мостом». На последних словах песни «мост» должен попытаться поймать ближайшего ребенка, опустив вокруг него соединенные руки. Пойманный выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не будет пойман последний участник.

Игра «Мама, можно?»

Мама встает перед детьми, выстроенными в линейку. Она обращается к одному из них и дает следующее указание: *«Вася, ты можешь сделать ... больших\средних\маленьких (или любых других согласно вашей фантазии) шагов вперед\назад»*. Ребенок говорит: *«Мама, можно?»* (или *«Мама, можно я сделаю ... шагов?»*) Мама может ответить «да» или «нет», и ребенок либо идет указанное количество шагов в заданном направлении, либо остается на месте. Если ребенок забывает сказать: *«Мама, можно?»*, он должен вернуться на исходную позицию. Выигрывает тот, кто первый подошел к маме вплотную.

Игра «Саймон говорит»

Эта игра для трех и более участников (чем больше, тем лучше). Один из игроков выбирается ведущим, который дает команды остальным игрокам. Команды следует выполнять, только если они начинаются со слов *«Саймон говорит»*. Например, если ведущий говорит: *«Саймон говорит - поднять левую ногу»*, все игроки поднимают левую ногу. Но если ведущий говорит так: *«Поднимите левую ногу»*, то ошибается как раз тот, кто выполняет эту команду. Ведущий может сам показывать действия, причем как правильные, так и неверные, чтобы сбить и запутать участников. Тот, кто ошибся в выполнении команды, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто останется в кругу последним.

Вместо «*Саймон говорит*» можно использовать любые другие вводные слова, обращения, персонажи — и тогда игра легко превращается в «индейскую», «капитанскую», «лесную» и т.п.

Рецепт желе из желатина

Желе из ягод: Из ягод малины, клубники или смородины выжать 725 г фруктового сока, добавить 100 г сахарного песка, 100 г белого вина и сок 1/4 лимона. Желатин (8 г) замочить в большом количестве холодной воды примерно на час, затем лишнюю воду слить и ввести желатин в кипящий сироп при непрерывном помешивании. Желатин хорошо перемешать и, когда он полностью растворится, разлить в формы и поставить в холодное место для охлаждения. Перед подачей формочку с желе на 2/3 погрузить в горячую воду, встряхнуть и выложить на блюдо или в креманку.

Ягодное желе: 2 ст. л. желатина замочить на полтора часа в холодной воде из расчета 1 ст. л. желатина на 0,5 стакана воды. Один стакан ягод клюквы, малины или смородины промыть, отжать сок. Мезгу залить 3 стаканами горячей воды и кипятить 5-6 минут. Отвар процедить, добавить 0,5 стакана сахара, 1 гр. лимонной кислоты, довести до кипения, снять пену, ввести подготовленный набухший желатин, размешать, чтобы он растворился. Снова довести до кипения, влить ягодный сок, размешать, разлить в формочки и охладить. Перед подачей формочку с желе на 2/3 погрузить в горячую воду, встряхнуть и выложить на блюдо или в креманку.

Пижамная вечеринка

Обычно подобные вечеринки устраивают девочки среднего школьного возраста. Гости приходят вечером, сразу после ужина, и немедленно переодеваются в пижамы. Приветствуются веселые, прикольные и ультрамодные брючные пижамы. На вечеринку принято приносить любимые мягкие игрушки (плюшевый мишка, котик и пр.) и небольшие подарки другим гостям и хозяйке (заколки, лак для ногтей, значок, блокнотик и пр.). Еще можно принести любимый фильм, лак для ногтей, журналы, настольные игры.

Вечеринка проходит или в комнате хозяйки, или в гостиной. На пижамных вечеринках девочки обычно смотрят фильмы, лежа на полу и угощаясь попкорном, а еще устраивают какие-нибудь конкурсы, игры; делают друг другу прически, красят ногти, смотрят журналы и сплетничают о школе, магазинах, мальчиках; дерутся подушками и прыгают на кровати. Можно сделать много веселых фотографий! Гостей угощают мороженым (обычно общий большой бочонок, из которого можно черпать ложками), газированными напитками и попкорном.

На пижамной вечеринке все спят на полу и ложатся спать не позже часа ночи. Первая проснувшаяся будит остальных подруг, все завтракают и дружно идут гулять. На этом пижамная вечеринка считается официально завершенной!

ИСТОЧНИКИ

Объем информации в Интернете просто ошеломляет. Здесь можно найти дискуссионные форумы и сайты практически обо всех формах и проблемах семейного воспитания детей-сирот (некоторые упомянуты в Главе 8 «Спасительный круг»). Если дома у вас нет доступа в Интернет, можно зайти в ближайший компьютерный клуб или почтовое отделение, где доступ предоставляют за умеренную почасовую плату.

В этом разделе мы перечислим те группы поддержки, ассоциации и информацию по усыновлению и проблемам привязанности, которые действуют в США. Если адреса, номера телефонов и названия со временем изменятся, пожалуйста, уточните их в других справочниках.

И не забывайте: что бы ни писали в Интернете, или в книге, или говорили на конференции, но каждая семья по-прежнему уникальна, и поэтому единого решения на все случаи жизни и простых ответов не бывает.

Мы не анализировали работу всех перечисленных организаций, поэтому факт нахождения в этом списке не следует воспринимать как рекомендацию. И наоборот – факт отсутствия в этом списке какой-то организации или группы означает лишь то, что нам о ней не было известно. Мы предлагаем вам этот список, чтобы дать идею, откуда вы могли бы начать собственное расследование. Но с какого пункта ни начать, любой из них откроет дверь в страну новых интересных открытий.

Attachment and Bonding Center of Ohio (Центр формирования привязанности штата Огайо), 12608 State Road, Suite 1, Cleveland, OH 44133; тел. +1 440 230 1960; факс: +1 440 230 1965; www.abcofohio.net.

Консультации для кандидатов и «состоявшихся» усыновителей. Интенсивная терапия нарушения привязанности. По телефонам Центра вы можете связаться непосредственно с авторами этой книги.

Adoption E-mail Lists Directory, www.comeunity.com/adoption/listservs.html.

Аннотированный справочник по консультированию до и после усыновления. Приемные семьи могут включить адрес своей электронной почты в лист рассылки. Информация по терапии при нарушении привязанности.

Adoption Health Clinics. В США есть много клиник, специализирующихся на проблемах со здоровьем, связанным с усыновлением. Ближайшую к вам можно найти тут: www.med.umn.edu/peds/iac/otherprofessionals/home.html;
www.aap.org/sections/adoption/default.cfm.

Adoption Learning Partners, тел.: +1 800 566 3995;
www.adoptionlearningpartners.org.

Интерактивные он-лайн курсы для усыновителей.

Adoption Network, 4614 Prospect Avenue, Suite 550, Cleveland, OH 44103;
тел.: +1 216 325 1000; факс: +1 216 881 7510; www.adoptionnetwork.org.

Группа поддержки для усыновителей, усыновленных детей и биологических семей, отдавших ребенка на усыновление. Оказывают помощь в поиске биологических родителей.

Adoption Today magazine, 541 East Garden Drive, Unit N, Windsor, CO 80550;
тел.: +1 970 686 7412; бесплатный номер для звонков из США: +1 888 924 6736;
факс: +1 970 686 7412; www.adoptinfo.net.

Adoptive Families magazine («Семья и усыновление»), 39 West 37th Street, 15th floor, New York, NY 10018, тел.: +1 646 366 0830; факс: +1 646 366 0842; www.adoptivefamilies.com.

AdoptNet, www.adoptnet.org.

Группы поддержки для приемных семей и усыновителей.

American Academy of Adoption Attorneys, PO Box 33053, Washington, DC 20033;
тел.: +1 202 842 2222; www.adoptionattorneys.org.

American Adoption Congress, 1000 Connecticut Avenue, NW, Suite 9, Washington, DC 20036; тел.: +1 202 483 3300; www.americanadoptioncongress.org.

Помощь по всем вопросам усыновления.

American Speech-Language-Hearing Association, 2200 Research Boulevard, Rockville, MD 20850; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 638 8255;
факс: +1 301 296 8580; www.asha.org.

Annie E. Casey Foundation, 701 St. Paul Street, Baltimore, MD 21202; тел.: +1 410 547 6600;
факс: +1 410 547 3610; www.aecf.org.

Вопросы государственной политики и реформ в системе временных замещающих семей, поддержка социально незащищенных семей и детей-сирот.

Anxiety Disorders Association of America, 8730 Georgia Avenue, Suite 600, Silver Spring, MD 20910; тел.: +1 240 485 1001; факс: +1 240 485-1035; www.adaa.org.

ARCH National Respite Network, 800 Eastowne Drive, Suite 105, Chapel Hill, NC 27514;
тел.: +1 919 490 5577; факс: +1 919 490 4905; chtop.org/ARCH.html.

Обучение и техническая помощь для семей, обеспечивающих временное проживание приемных детей вне приемной семьи («respite providers»).

Association of Educational Therapists, 11300 West Olympic Boulevard, Suite 600, Los Angeles, CA 90064; тел.: +1 310 909 1490; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 286 4267; факс: +1 310 437 0585; www.aetonline.org.

Association on Higher Education and Disability (AHEAD), 107 Commerce Center Drive, Suite 204, Huntersville, NC 28078; тел.: +1 704 947 7779; факс: +1 704 948 7779; www.ahead.org.

ATTACH (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – Ассоциация по терапии и просвещению в области детской привязанности), PO Box 533, Lake Villa, IL 60046; тел.: +1 866 453 8224; факс +1 847 356 1584; www.attach.org.

Международная ассоциация специалистов и родителей для оказания взаимопомощи по выявлению, коррекции и лечению нарушения привязанности у приемных детей.

ATTACH – China, www.attach-china.org.

Сайт, посвященный реактивному расстройству привязанности у детей, усыновленных из Китая.

Attachment Disorder Site, www.attachmentdisorder.net.

Информация и группы поддержки в отношении реактивного нарушения привязанности.

Attachment Disorder Support Group (ADSG), Route 1, Box 268A, Mountain View, OK 73062; www.syix.com/adsg.

Autism Network International (ANI), PO Box 35448, Syracuse, NY 13235-5448; ani.autistics.org.

Child Welfare League of America, 2345 Crystal Drive, Suite 250, Arlington, VA 22202; тел.: +1 703 412 2400; факс: +1 703 412 2401; www.cwla.org.

Законодательство и обучение по вопросу государственной защиты детства.

Child Welfare Information Gateway, 1250 Maryland Avenue, SW, Eighth floor, Washington, DC 20024; тел.: +1 703 385 7565; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 394 3366; www.childwelfare.gov.

Children's Defense Fund, 25 East Street, NW, Washington, DC 20001; тел.: +1 202 628 8787; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 233 1200; www.childrensdefense.org.

Council for Exceptional Children, 1110 North Glebe Road, Suite 300, Arlington, VA 22201; бесплатный номер для звонков из США: +1 888 232 7733; факс: +1 703 264 9494; www.cec.sped.org.

Council for Learning Disabilities, 11184 Antioch Road, Box 405, Overland Park, KS 66210; тел. +1 913 491 1011; факс: +1 913 491 1012; www.cldinternational.org.

Dave Thomas Foundation, 4150 Tuller Road, Suite 204, Dublin, OH 43017; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 275 3832; факс +1 614 766 3871; www.davethomasfoundation.org.

Пропаганда усыновления, есть видеоматериалы и рекламные листовки.

Discovery School/Discovery Education, One Discovery Place, Silver Spring, MD 20910; or 1560 Sherman Avenue, Suite 100, Evanston, IL 60210; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 323 9084; факс: +1 847 328 6706; school.discoveryeducation.com.

Distance Learning, Box 130789 Carlsbad, CA 92013; тел.: +1 760 804 5703; факс: +1 760 804 5704; www.educating.net.

Eastern European Adoption Coalition, Inc., 1075 Easton Ave., PMB 163, Somerset, NJ 08873; тел.: +1 732 791 4606; факс: +1 732 791 4606; www.eeadopt.org.

Ассоциация по поддержке приемных семей и усыновителей.

Evan B. Donaldson Adoption Institute, 120 East 38th Street, New York, NY 10016; тел.: +1 212 925 4089; факс: +1 775 796 6592; www.adoptioninstitute.org.

Evan B. Donaldson Adoption Institute: Voice for Adoption, PO Box 77496, Washington, DC 20013; тел.: +1 703 430 7600; www.adoptioninstitute.org/policy/polvfa.html.

Организация, лоббирующая законопроекты в области усыновления.

Families for Russian and Ukrainian Adoption, PO Box 2944, Merrifield, VA 22116; тел.: +1 703 560 6184; факс: +1 413 480 8257; www.frua.org.

Federation of Families for Children's Mental Health, 9605 Medical Center Drive, Suite 280, Rockville, MD 20850; тел.: +1 240 403 1901; факс: +1 240 403 1909; www.ffcmh.org.

Правовая помощь через филиалы в каждом штате.

Holt International Children's Services, PO Box 2880, 1195 City View, Eugene, OR 97402; тел.: +1 541 687 2202; факс: +1 541 683 6175; www.holtintl.org.

Homes for Kids, www.homes4kids.org.

Обзоры, информация и ссылки на полезные сайты, правовая помощь; статьи о том, как начать или прервать процесс усыновления, на какие пособия можно рассчитывать.

Institute for Attachment and Child Development, PO Box 730, Kittredge, CO 80457; тел.: +1 303 674 1910; факс: +1 303 670 3983; www.instituteforattachment.org.

International Adoption Medicine Program, University of Minnesota, Attn: Dana Johnson, 717 Delaware Street SE, Third Floor, Minneapolis, MN 55414; тел.: +1 612 624 1164; факс: +1 612 625 2920; www.med.umn.edu/peds/iac.

International Dyslexia Association, 40 York Road, Fourth Floor, Baltimore, MD 21204; тел.: +1 410 296 0232; факс: +1 410 321 5069; www.inetr dys.org.

Joint Council on International Children's Services, 117 South Saint Asaph Street, Alexandria, VA 22314; тел.: +1 703 535 8045; факс: +1 703 535 8049; www.jcics.org.

Learning Disabilities Association of America (LDA), 4156 Library Road, Pittsburgh, PA 15234; тел.: +1 412 341 1515; факс: +1 412 344 0224; www.ldanatl.org.

National Adoption Center, 1500 Walnut Street, Suite 701, Philadelphia, PA 19102; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 862 3678; www.adopt.org.

Рекомендации и информация по усыновлению детей с особыми потребностями.

National Dissemination Center for Children with Disabilities (NICHCY), PO Box 1492, Washington, DC 20013; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 695 0285; факс: +1 202 884 8441; www.nichcy.org.

National Child Welfare Resource Center for Adoption, 16250 Northland drive, Suite 120, Southfield, MI 48075; тел.: +1 248 443 0306; факс: +1 248 443 7099; www.nrcadoption.org.

Видеофильмы, книги, программы, статистические данные, информационный бюллетень, архив статей по государственной политике в области защиты детства.

National Resource Center on AD/HD: A Program of CHADD, 8181 Professional Place, Suite 150, Landover, MD 20785; бесплатный номер для звонков из США: +1 800 233 4050; www.help4adhd.org.

North American Council on Adoptable Children (NACAC), 970 Raymond Avenue, Suite 106, St. Paul, MN 55114; тел.: +1 651 644 3036; факс: +1 651 644 9848; www.nacac.org.

Известная адвокатская группа, специализирующаяся на усыновлении, чьи ежегодные конференции посещают многие родители и представители социальных служб. Отличная библиотека. Годовой членский взнос включает подписку на информационный бюллетень.

Pact: An Adoption Alliance, 4179 Piedmont Avenue, Suite 101, Oakland, CA 94611; тел.: +1 510 243 9460; факс: +1 510 243 9970; www.patadopt.org.

Информация по усыновлению детей другой расы.

Parents' Educational Resource Center, 1600 South Amphlett Boulevard, Suite 200, San Mateo, CA 94402-2508; тел.: +1 415 655 2410.

Rainbow Babies & Children's Hospital, Global Child Health, Attn: Karen Olness, MD, 11100 Euclid Avenue, Cleveland, OH 44106; тел.: +1 216 844 3224; www.rainbowbabies.org.

Resolve: The National Infertility Association, 8405 Greensboro Drive, Suite 800, McLean, VA 22102-5120; тел.: +1 703 556 7172; факс: +1 703 506 3266; www.resolve.org.

Информация и поддержка усыновления по причине бесплодия.

About.com: Parenting Special Needs, www.specialchildren.about.com.

Сайт со ссылками на более чем семьсот других сайтов с информацией для родителей, воспитывающих детей с особыми потребностями.

Tapestry Books («Книжка в гобеленовой обложке»), PO Box 651, Ringoes, NJ 08551; тел.: +1 877 266 5406; факс: +1 609 737 5951; www.tapestrybooks.com.

Огромная коллекция обычных и аудиокниг на тему усыновления для детей, родителей и специалистов.

The Theraplay Institute, 3330 Old Glenview Road, Suite 8, Wilmette, IL 60091, тел.: +1 847 256 7334; факс: +1 847 256 7370; www.theraplay.org.

Three Rivers Adoption Council, 307 Fourth Avenue, Suite 310, Pittsburgh, PA 15222; тел.: +1 412 471 8722; факс: +1 412 471 4861; www.3riversadopt.org.

Недорогие справочники (по цене не более пяти долларов за штуку) по самым разным аспектам усыновления детей с особыми потребностями.

ПОЛЕЗНОЕ ЧТЕНИЕ¹²⁸

Книги, опубликованные в России или готовящиеся к публикации в ближайшее время:

Джон Боулби. *Привязанность*. Издательство “Гардарики”, 2003¹²⁹.
(Bowlby, John. *Attachment*. New York: Basic Books, 1969.)

Фостер Клайн, Джим Фэй, *Воспитание с любовью и логикой*, Издательство “Рука Допомоги”, 2007¹³⁰.
(Cline, Foster W., MD, and Jim Fay. *Parenting with Love and Logic*. Colorado Springs, CO: NavPress, 1990, 2006.)

Даниэл Хьюз, *Воспитание, основанное на привязанности: как разбудить способность любить в ребенке с особенно тяжелым прошлым*¹³¹.
(Hughes, Daniel A. *Building the Bonds of Attachment: Awakening Love in Deeply Troubled Children*. Northvale, NJ: Jason Aronson, Inc., 1998.)

Книги на английском языке:

Ainsworth, Mary D., Mary Salter Blehar, Everett Waters, and Sally Wall. *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum Association,

Ainsworth, M. “Object Relations, Dependency and Attachment: A Theoretical Review of the Infant-Mother Relationship”. *Child Development* (1969): 969-1025.

Askin, Jayne. *Search: A Handbook for Adoptees and Birth Parents*. Phoenix, AZ: Oryx, 1992.

¹²⁸ В оригинальном тексте книги были перечислены в алфавитном порядке. В российском издании сначала приведены книги, уже изданные в России или готовящиеся к изданию, а затем – список книг согласно оригинальному изданию. – прим. издателя.

¹²⁹ Купить эту книгу можно на www.ozon.ru. К сожалению, на данный момент тираж распродан и следует оставлять заявку о поступлении в продажу, которая не гарантирует быстрого появления книги. – прим. издателя.

¹³⁰ Купить эту книгу можно в издательстве “Колумб” на <http://www.christophor.ru/catalog/books/?id=1590>. Высылается почтой наложенным платежом. – прим. издателя.

¹³¹ Книга планируется к публикации на русском языке в 2012 году. – прим. издателя.

Aeyrs, A.J. *Sensory Integration and the Child*. Los Angeles: Western Psychological Services, 1979.

Bailey, Julie Jarrell, and Lynn N. Giddens, MA. *The Adoption Reunion Survival Guide: Preparing Yourself for the Search, Reunion, and Beyond*. Oakland, CA: New Harbinger Publication Inc., 2001.

Barnard, K.E., and T.B. Brazelton. *Touch: The Foundation of Experience*. Madison, CT: International University Press, 1990.

Barth, Richard P., and Marianne Berry. *Adoption and Disruption: Rates, Risks, Responses*. Hawthorne, NY: Aldine de Gruyter, 1988.

Belesky, Jay, and Teresa Nezworski. *Clinical Implications of Attachment*, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1987.

Bettelheim, Bruno. *A Good Enough Parent*. New York: Vintage Books, 1988.

Blum, Deborah. *Love at Goon Park: Harry Harlow and the Science of Affection*. Cambridge, MA: Perseus Publishers, 2002.

Boneh, Carol. *Disruptions in Adoptive Placements: A Research Study*. Boston, MA: Massachusetts Department of Public Welfare, 1979.

Bostrom, J. "Fostering Attachment in Post-Institutionalized Adopted Children Using Group Therapy." *The Theraplay Institute Newsletter*, Fall 1995, 7-8.

Bowlby, John. *Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books, 1980.

--. *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London: Tavistock Publications, 1979.

--. *Separation: Anxiety and Anger*. New York: Basic Books, 1973.

Boyles, Nancy S., and Darlene Contadino, MSW. *Parenting a Child with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder*. Los Angeles: Lowell House, 1999.

Brazelton, T.B., MD. *Infants and Mothers: Individual Differences in Development*. New York: Delacorte Press, 1969.

--. *Touchpoints: Your Child's Emotional and Behavioral Development*. Reading, MA: Addison-Wesley, 1992.

--. *What Every Baby Knows*. Reading, MA: Addison-Wesley, 1987.

Brodzinsky, David M., and Marshall D. Schechter, ed. *The Psychology of Adoption*. New York: Oxford University Press, 1990.

Brooks, Barbara, PhD, and Paula M. Siegel. *The Scared Child*. New York: John Wiley and Sons, 1996.

Clarke, Jean Illsely, and Connie Dawson. *Growing up Again*. San Francisco: Harper & Row, 1989.

Cline, Foster W., MD. *Hope for High Risk and Rage Filled Children*. Evergreen, CO: Foster W. Cline, MD, 1992.

Cline, Foster W., MD, and Cathy Holding. *Can This Child Be Saved? Solutions for Adoptive and Foster Families*. Ashland, WI: World Enterprises, 1999.

Cline, Foster W., MD, and Jim Fay. *Parenting Teens with Love and Logic*. Colorado Springs, CO: NavPress, 1992, 2006.

Cooper, Scott. *Sticks and Stones*. New York: Random House, 2000.

Cox, Susan. "Search and Reunion in International Search". 1998.

Crumbley, Joseph. *Transracial Adoption and Foster Care: Practice Issues for Professionals*. Washington, DC: CWLA Press, 1999.

Davis, Ronald D. *The Gift of Dyslexia*. New York: The Berkeley Publishing Group, 1997.

DeGangi, G.A. "Assessment of Sensory, Emotional, and Attentional Problems in Regulatory Disordered Infants: Part 1". *Infants and Young Children*. (1991).

Delaney, Richard, PhD, and Frank R. Kunstal. *Troubled Transplants*. Portland, ME: University of Southern Maine, 1993.

Dorow, Sara. *When You Were Born in China: A Memory Book for Children Adopted from China*. Saint Paul, MN: Yeong & Yeong Book Co., 1997.

Eldridge, Sherrie. *Twenty Life-Transforming Choices Adoptees Need to Make*. Colorado Springs, CO: Pinon Press, 2003.

--. *Twenty Things Adopted Kids Wish Their Adoptive Parents Knew*. New York: Dell Publishing, 1999.

Ellison, Sheila, and Barbara Ann Barnett, PhD. *365 Ways to Help Your Children Grow*. Naperville, IL: Sourcebooks, 1996.

Elkind, David. *All Grown Up and No Place to Go. Teenagers in Crisis*. Reading, MA: Addison-Wesley, 1998.

--. *The Hurried Child: Growing Up Too Fast Too Soon*. Reading, MA: Addison-Wesley, 1981.

- Eyre, Linda and Richard. *Teaching Your Child Values*. New York: Simon and Schuster, 1993.
- Fahlberg, Vera, MD. *Attachment and Separation*. Chelsea, MI: Spaulding for Children, 1979.
- . *The Child in Placement*. Chelsea, MI: Spaulding for Children, 1981.
- . *A Child's Journey Through Placement*. Indianapolis, IN: Perspective Press, 1991.
- . *Helping Children When They Must Move*. Chelsea, MI: Spaulding for Children, 1979.
- , ed. *Residential Treatment, A Tapestry of Many Therapies*. Indianapolis, IN: Perspective Press, 1990.
- Fay, Jim. *Helicopters, Drill Sergeants and Consultants*. Golden, CO: Cline/Fay Institute, 1988.
- . *Tickets to Success*. Golden, CO: Cline/Fay Institute, 1988.
- Fay, Jim, and Foster W. Cline, MD. *Grandparenting with Love and Logic: Practical Solutions to Today's Grandparenting Challenges*. Golden, CO: Love and Logic Press, 1995.
- Fisher, Antwone Quenton. *Funding Fish*. New York: William Morrow, 2001.
- Foli, Karen J., and John R. Thompson. *Post Adoption Blues: Overcoming the Unforeseen Challenges of Adoption*. Emmaus, PA: Rodale Books, 2004.
- Glenn, Stephen H., and Jane Nelson, EdD. *Raising Self-Reliant Children in a Self-Indulgent World*. Rocklin, CA: Prima Publishing and Communications, 1989.
- Goldstein, Joseph, et al. *Beyond the Best Interests of the Child*. New York: Free Press, 1984.
- Grandin, Temple. *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*. Vol. 2. Mary Ann Liebert, Inc., Publishers, November 1, 1992.
- . *Thinking in Pictures and Other Reports from My Life with Autism*. Larchmont, NY: Vintage Books, 1995.
- Grandin, Temple, and M. Scariano. *Emergence: Labeled Autistic*. Navato, CA: Arena Press, 1986.
- Gray, Deborah. *Attaching in Adoption: Practical Tools for Today's Parents*. Indianapolis, IN: Perspective Press, Inc., 2002.
- . *Nurturing Adoptions: Creating Resilience after Neglect and Trauma*. Indianapolis, IN: Perspectives Press, 2007.

- Green, Gordon W. Jr., PhD. *Helping Your Child Learn*. New York: Citadel Press, 1994.
- Greene, Ross W., PhD. *The Explosive Child*. New York: HarperCollins, 1998.
- Gritter, James. *The Spirit of Open Adoption*. Washington, DC: CWLA Press, 1997.
- Hallowell, Edward M., MD, and John J. Ratey. *Driven to Distraction*. New York: Simon & Schuster, 1994.
- Healy, Jane M., PhD. *Endangered Minds: Why Children Don't Think – and What We Can Do About It*. New York: Simon & Schuster, 1990.
- Hochman, Gloria, Ellen Feathers-Acuna, and Anna Huston. *The Sibling Bond: Its Importance in Foster Care and Adoptive Placement*. Rockville, MD: Adoption Information Clearinghouse, n.d.
- Hoksbergen, R.A.C. *Adopting a Child: A Guidebook for Adoptive Parents and Their Advisors*. The Netherlands: University Utrecht, 1994.
- Homes, A.M. *The Mistress's Daughter*. New York: Viking, 2007.
- Hopkins-Best, Mary. *Toddler Adoption: The Weaver's Craft*. Indianapolis, IN: Perspectives Press, 1997.
- Hughes, Daniel A. *Facilitating Developmental Attachment*. Northvale, NJ: Jason Aronson, Inc., 1997.
- Hurford, Daphne M. *To Read or Not to Read*. New York: Simon & Schuster, 1999.
- Jackson, Janet Alston. *A Cry for Light: A Journey into Love*. Self Awareness Trainings, 2005.
- Jernberg, Ann M., and Phyllis B. Booth. *Theraplay: Helping Parents and Children Build Better Relationships Through Attachment-Based Play*. San Francisco: Jossey-Bass, 1999.
- Jewett Claudia L. *Adopting the Older Child*. Boston: Harvard Common Press, 1978.
- . *Helping Children Cope with Separation and Loss*. Boston: Harvard Common Press, 1982.
- Johnston, Patricia. *Adopting After Infertility*. Wayne, IN: Perspective Press, 1993.
- . *Perspectives on a Grafted Tree*. Wayne, IN: Perspective Press. 1983.
- Jordan, Barbara. *Preparing Foster Parents' Own Children for the Fostering Experience*. King George, VA: American Foster Care Resources, 1989.

- Kadushin, Alfred. *Adopting Older Children*. New York: Columbia University Press, 1970.
- Kamin, Ben. *Raising a Thoughtful Teenager*. New York: Penguin Books, 1996.
- Karen, Robert. *Becoming Attached: Unfolding the Mysteries of the Infant Mother Bond and Its Impact on Later Life*. New York: Warner Books, 1994.
- . "Become Attached". *Atlantic Monthly*. February 1990, 35-70.
- Karr-Morse, Robin, and Meredith Wiley. *Ghosts from the Nursery*. New York: Atlantic Monthly Press, 1997.
- Keck, Gregory C., PhD, and Regina M. Kupecky, LSW. *Adopting the Hurt Child: Hope for Families with Special Needs Kids*. Colorado Springs, CO: NavPress, 2009.
- Keefer, Betsy, and Jayne E. Schooler. *Telling the Truth to Your Adopted or Foster Child: Making Sense of the Past*. Westport, CT: Bergin & Garvey, 2000.
- Klaus, Marshall H., MD. "Amazing Talents of the Newborn". Videotape, Johnson & Johnson, 1998.
- Klaus, Marshall H., MD, Phyllis H. Klaus, and John H. Kennell, MD. *Bonding: Building the Foundations of Secure Attachment and Independence*. Reading, MA: Addison-Wesley Publishing, 1995.
- Klaus, Marshall H., MD, and John H. Kennell, MD. *Maternal Infant Bonding*. Saint Louis, MO: Mosby, 1976.
- Klarovec, Etta, and Jon Buell. *The End of Homework*. Boston: Beacon Press, 2000.
- Kranowitz, Carol Stock. *The Out-Of-Sync Child: Recognizing and Coping with Sensory Integration Dysfunction*. New York: Perigee Book, 1998.
- Krementz, Jill. *How It Feels to be Adopted*. New York: Knopf, 1982.
- Kupecky, Regina M. *Siblings Are Family, Too*. Pittsburgh, PA: Three Rivers Adoption Council, 1993.
- Magid, Ken, PhD, and Carole A. McKelvey. *High Risk: Children Without a Conscience*. New York: Bantam Books, 1998.
- Mansfield, Lynda G. *Don't Touch My Heart: Healing the Pain of an Unattached Child*. Glenwood Springs, CO: Families by Design, 2006.
- Marindin, Hope, ed. *Handbook for Single Adoptive Parents*. Chevy Chase, MD: Committee of Single Adoptive Parents, 1992.

Maskew, Trish. *Our Own: Adopting and Parenting the Older Child*. Morton Grove, IL: Snowcap Press, 1999.

McLain, Paula. *Like Family: Growing up in Other People's Houses*. New York: Little, Brown & Co, 2003.

McReight, Brenda. PhD. *Parenting Your Adopted Older Child*. Oakland, CA: New Harbinger Press, 2002.

McNamara, Joan. *Adoption and the Sexually Abused Child*. Ossining, NY: Family Resources Adoption Program, 1990.

Meese, Ruth Lyn. *Children of Intercountry Adoptions in School: A Primer for Parents and Professionals*. Westport, CT: Bergin & Garvey, 2002.

Melina, Louis Ruskai. *Making Sense of Adoption: A Parent's Guide*. San Francisco: Harper & Row, 1989.

--. *Raising Adopted Children: A Manual for Adoptive Parents*. San Francisco: Harper & Row, 1986.

Meyer, Donald J., ed. *Uncommon Fathers*. Bethesda, MD: Woodbine House, 1995.

Miller, Alice. *For Your Own Good*. New York: The Noonday Press, 1990.

Miller, Margi, MA, and Nancy Ward, MA. *With Eyes Wide Open: A Workbook for Parents Adopting International Children Over Age One*. Minneapolis, MN: Children's Home Society of Minnesota, LN Press Incorporated, 1996.

O'Hanlon, Tim, PhD. *Accessing Federal Adoption Subsidies After Legalization*. Washington, DC: Child Welfare League of America, 1995.

O'Malley, Beth. *Life Books: Creating a Treasure for the Adopted Child*. Winthrop, MA: Adoption Works, 2000.

Papolos, Demitri F., MD, and Janice Papolos. *Bipolar Child*. New York: Broadway Books, 1999.

Pertman, Adam. *Adoption Nation: How the Adoption Revolution Is Transforming America*. New York: Basic Books, 2000.

Reitz, Miriam, and Ken Watson. *Adoption and the Family System: Strategies for Treatment*. New York: Guilford Press, 1991.

Roberts, Monty. *Horse Sense for People*. New York: Penguin Press, 2001.

Rosenberg, Elinor B. *Adoption Life Cycle: The Children and Their Families Through the Years*. New York: Free Press, 1992.

Rule-Hoffman, Richard. *The Attachment Potential Art Therapy Assessment*. Cleveland, OH: Inner Image Publications, 1992.

Samenow, Stanton E., PhD. *Before It's Too Late*. New York: Times Books, 1991.

Sandmaier, Marian. *When Love Is Not Enough: How Mental Health Professionals Can Help Special Needs Adoptive Families*. Washington, DC: Child Welfare League of America, 1988.

Schafer, Carol. *Other Mother: A Woman's Love for the Child She Gave Up for Adoption*. New York: Soho Press, 1991.

Schooler, Jayne E. *The Whole Life Adoption Book: Realistic Advice for Building a Healthy Adoptive Family*. Colorado Springs, CO: Pinon Press, 1993.

Seligman, Martin E. P., PhD. *The Optimistic Child*. New York: Houghton Mifflin, 1995.

Shapiro, Francine. *Eye Movement Desensitization and Reprocessing - Basic Principles, Protocols, and Procedures*. New York: The Guilford Press, 1995.

Siegel, Daniel J., MD. *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*. New York: Guilford Press, 2001.

Siegel, Daniel J., MD, and Mary Hartzell. *Parenting from the Inside Out*. New York: Jeremy Tarcher, 2004.

Smith, Sally L. *No Easy Answers*. New York: Bantam Books, 1995.

--. *Succeeding Against the Odds*. New York: Penguin Putnam, 1991.

Staub, Debbie, PhD. *Delicate Threads*. Bethesda, MD: Woodbine House, 1998.

Stevens, Suzanne H. *The LD Child and the ADHD Child*. Winston-Salem, NC: John E. Blair, Publisher, 1997.

Toth, Jennifer. *What Happened to Johnnie Jordan?* New York: Free Press, 2002.

Trott, with C., Marci K. Laurel, and Susan L. Windeck. *SenseAbilities – Understanding Sensory Integration*. San Antonio, TX: Therapy Skill Builders, 1993.

Vail, Priscilla L. *Smart Kids with School Problems*. New York: Penguin Books, 1989.

Van der Kolk, Bessel A., Alexander C. McFarlane, and Lars Weisaeth, eds. *Traumatic Stress: The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body, and Society*. New York: The Guilford Press, 1996.

Van Gulden, Holly, and Lisa Bartels Rabb. *Real Parents, Real Children: Parenting the Adopted Child*. New York: Crossroads Publishing Company, 1993.

Verny, Thomas, MD. *Nurturing The Unborn Child*. New York: Delacorte Press, 1991.

--. *Parenting Your Unborn Child*. Toronto: Doubleday-Canada, 1988.

--. *The Secret Life of the Unborn Child*. New York: Summit Books, 1981.

Verrier, Nancy Newton. *The Primal Wound*. Baltimore, MD: Gateway Press, 1993.

Watkins, Mary, and Susan Fischer. *Talking with Young Children About Adoption*. New Haven, CT: Yale University Press, 1993.

Watson, Kenneth. *Substitute Care Providers Helping Abused and Neglected Children*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 1994.

Wood, Lansing, and Nancy Sheehan Ng. *Adoption and the Schools: Resources for Parents and Teachers*. Palo Alto, CA: Families Adopting In Response, 2001.

ОБ АВТОРАХ

ГРЕГОРИ К. КЕК, доктор философских наук и основатель Центра формирования привязанности штата Огайо, который специализируется в лечении детей и подростков с задержками развития. Помимо этого, доктор Кек и его сотрудники консультируют отдельных пациентов и семьи в целом по проблемам усыновления, привязанности, наркотической и алкогольной зависимости, последствий физического или сексуального насилия, а также по проблемам подросткового периода.

Доктор Кек – дипломированный психотерапевт, член Американского совета медиков-психотерапевтов (American Board of Medical Psychotherapy). Он читает лекции на выпускном курсе Школы социальной работы (School of Social Work) при Акронском университете в штате Огайо и участвует в подготовке специалистов для многих агентств по усыновлению, медицинских учреждений и других организаций, работающих в области усыновления как в США, так и за рубежом.

Доктор Кек – член Кливлендской ассоциации психологов (Cleveland Psychological Association), Ассоциации психологов штата Огайо (Ohio Psychological Association), Американской психологической ассоциации (American Psychological Association) и Национальной ассоциации социальных работников (National Association of Social Workers). С 1991 по 2000 годы он состоял в Совете директоров Ассоциации по терапии и просвещению в области детской привязанности (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – ATTACH), из которых два года возглавлял его в качестве Председателя. В 2001 году Ассоциация присудила доктору Кеку ежегодную награду за выдающийся вклад в ее деятельность.

В 1993 году доктор Кек стал лауреатом Премии Усыновительской Триады (Adoption Triad Advocate Award), присуждаемой Ассоциацией «Адопшн Нетворк» города Кливленда, штат Огайо (Adoption Network of Cleveland, Ohio)¹³².

Доктор Кек имеет личный опыт усыновления. Он нередкий гость на теле- и радиопередачах, где обсуждается широкий спектр проблем, связанных с усыновлением.

РЕГИНА М. КУПЕКИ, лицензированный социальный работник с более чем 30-летним опытом работы в области семейного устройства детей-сирот и терапии детей-сирот. Ее работа в области защиты детства получила высокую оценку Департамента социальных услуг штата Огайо, который в 1990 году выбрал Регину Купеки «Сотрудником года в сфере усыновления».

В настоящее время Регина Купеки вместе с доктором Кеком работает в Центре формирования привязанности штата Огайо, где консультирует детей с нарушением привязанности. Кроме того, в США и за рубежом она проводит выездные семинары, как на общие темы усыновления, так и о сохранении связей между родными

¹³² Ассоциация «Адопшн Нетворк» - это группа поддержки для усыновителей, усыновленных детей и биологических семей, отдавших ребенка на усыновление. Ассоциация помогает и в поиске биологических родителей. – прим. издателя.

братьями и сестрами, и о нарушении привязанности.

Регина Купеки – автор сборника «Братья и сестры – это тоже семья», который был опубликован агентством «Три Риверз Адопшн», г. Питсбург, штат Пенсильвания¹³³. В соавторстве с Грегори Кеком и Арлетой Джеймс она написала курс лекций «За границу и обратно: воспитание детей, усыновленных из-за рубежа»¹³⁴. Регина Купеки является автором образовательной программы под названием «Мой брат, моя сестра: отношения между родными братьями и сестрами в приемных семьях и при усыновлении»¹³⁵.

Регина Купеки – соавтор одной из глав книги «Клинические и практические проблемы усыновления – пересмотренные и дополненные: преодолевая разрыв между детьми, устроенными в семью в разном возрасте»¹³⁶, а также автор целого ряда статей, опубликованных в информационных бюллетенях таких организаций, как «Самоцвет среди самоцветов» (Jewel Among Jewels), Ассоциация по терапии и просвещению в области детской привязанности (Association for Treatment and Training in the Attachment of Children – ATTACH) и Североамериканский совет по детям, подлежащим усыновлению (North American Council on Adoptable Children – NACAC).

Регина Купеки получила степень Магистра гуманитарных наук в области преподавания (MAT) Университета Джона Кэрролла, штат Огайо.

133 Regina Kupecky, *Siblings are Family, Too*. Three Rivers Adoption.

134 Gregory Keck, Regina Kupecky and Arleta James, *Abroad and Back: Parenting and International Adoption*.

135 Regina Kupecky, *My Brother, My Sister: Siblings Relations in Adoption and Foster Care*.

136 *Clinical and Practice Issues in Adoption – Revised and Updated: Bridging the Gap between Adoptees Placed as Infants and as Older Children*.

Parenting the Hurt Child

Revised and Updated
Helping Adoptive Families Heal and Grow

Gregory C. Keck, PhD
Regina M. Kupecky, LSW
Edited by L. G. Mansfield