

Управление образования и науки Тамбовской области  
Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение  
«Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и  
детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего»

**Рекомендации замещающим родителям  
«Как рассказать ребенку, что он приемный»**

Тамбов 2021 г.

**Рецензенты:**

*Л.В.Варкова, начальник отдела охраны прав детства управления образования и науки области;*

*Е.М. Барсукова, директор ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего»*

Рекомендации замещающим родителям «Как рассказать ребенку, что он приемный» / авт.-сост. Л.А. Мареева, Е.В.Сорокина, ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего». – Тамбов, 2021. – 14 с.

Это пособие адресовано замещающим родителям. Тема, предложенная к обсуждению, касается особенностей жизни принимающей семьи и ребенка. Особенностью пособия является то, что материал написан простым и доступным языком. Представленные материалы будут полезными не только замещающим родителям, но и специалистам, занимающимся семейным устройством детей-сирот.

© ТОГБУ «Центр по развитию семейных форм устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Ради будущего», 2021 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
<u>Раздел 1.</u> Тайна или правда?	5
<u>Раздел 2.</u> Когда и как рассказать ребенку, что он приемный?	7
<u>Раздел 3.</u> Рекомендации родителям	11
Список использованных источников	13

Когда в семье растут дети, то наступает такой период, когда они начинают задавать вопросы. У родителей часто возникают затруднения, связанные с необходимостью отвечать на задаваемые ребенком вопросы, особенно если ребенок приемный. Замещающие родители затрудняются в том, как рассказать ребенку о его появлении на свет.

Многие замещающие родители считают, что детям сложнее влиться в новую семью, если они знают, что где-то есть «настоящие» родители. В профессиональном сообществе есть мнение, что незнание ребенком истории появления приводит к проблемам во взрослой жизни. По отзывам взрослых, воспитанных в приемных семьях с сохранением тайны, они испытали чувство гнева и стыда, недоверие к миру, отношения с близкими людьми расценивали, как предательство и возникало ощущение, что в их семье было что-то неправильное, неестественное. Сегодня многие из приемных детей владеют той или иной информацией о своих кровных родителях или родственниках, а в некоторых случаях даже поддерживают с ними контакты.

Открытость в данном вопросе позволяет поддерживать связь детей и приемных родителей на прочном фундаменте честности, откровенности и взаимного доверия.

## Раздел 1

## Тайна или правда?

В каком бы возрасте ребенок не был принят в семью, у него за плечами есть история жизни. Она разной продолжительности, разной насыщенности фактами: у кого-то случалось больше сложностей и неприятных моментов, у кого-то меньше. Но, как правило, это травматическая история. Даже если это младенец, который, вроде бы, недолго провел в стенах «дома малютки» — все равно это человек, лишившийся самого необходимого для его жизни — контакта с матерью, причем в самые первые дни, когда больше всего нуждался в ней.

История есть у каждого ребенка и кровного, и приемного, но кровного окружают люди, которые знают его с рождения, а с приемным ребенком все по-другому. Сообщая ребенку какую-либо информацию, мы формируем его представления о мире и о себе в этом мире. Чем больше неправды слышит малыш, тем более шаткие жизненные опоры выстраиваются в его сознании. Важно подготовиться и почувствовать подходящий момент, чтобы рассказать ребенку историю появления в семье, о том, что у него не одна мама, как у остальных детей.

Давайте попробуем разобраться, нужно ли говорить ребенку о том, что он приемный. В каждой истории появления ребенка в замещающей семье и решении родителей есть весомые аргументы «за» и «против».

### Аргументы «За»



**Во-первых**, есть различные способы пополнения семьи: женщина рождает детей и растит их вместе с биологическим папой; кто-то растит детей в одиночку; кто-то создает новую пару, и появляются сводные братья и сестры; кто-то принимает ребенка в семью и это классный способ, как все остальные. Детям

важно об этом знать, потому что появляется возможность формировать дальше историю жизни.

**Во-вторых,** снимаются риски того, что кто-то другой расскажет об этом Вашему ребенку не очень гуманным образом. В настоящее время сложно скрыть правду, потому что появилось огромное количество способов узнать о своем происхождении — не в детстве, так во взрослом возрасте. Генетические тесты, изучение групп крови в школе, море информации в интернете по наследованию разных внешних признаков, медицинские истории болезни, старые документы, найденные в шкафу у родителей... Не всегда путь, которым ребенок или взрослый узнает свою историю, бывает удачным. Часто остается глубокий шрам от обиды на приемных родителей за ложь и за травму, нанесенную при вскрытии правды.

**В-третьих,** в некоторых случаях у ребенка есть живые биологические родственники — братья и сестры, дяди и тети, бабушки и дедушки. Он может их помнить и захотеть восстановить отношения, если они когда-то были. Это идея не всегда хороша, особенно если ребенок был изъят из сложной кризисной семьи. Но известны и другие истории воссоединения братьев и сестер, которые не могли начать искать друг друга из-за отсутствия информации; общения выросших детей со своими биологическими родителями, которые со временем немного «пришли в себя» и перестали быть опасными для своих детей.

Человек имеет право знать про свою биологическую семью и сам со временем решит, общаться с ними или нет.

### **Аргументы «Против»**

Давайте поговорим и о возможных минусах.

**Во-первых,** приемные родители естественным образом хотят защитить себя и ребенка от негатива. Наше общество несовершенно и порой ведет себя весьма агрессивно, считая единственно верным биологическое рождение ребенка. Мать и отец могут чувствовать себя неполноценными, а приемный

ребенок может подвергаться нападкам сверстников. Разумеется, родителям хочется от этого защититься, и один из способов защиты — выдавать ребенка за биологического.

**Во-вторых**, есть риски со стороны биологической семьи. Это не только наследственные болезни и особенности поведения, но и вполне реальная опасность от общения с семьей. Особенно это актуально, если биологическая семья маргинальная (алкоголики, наркоманы, судимые). Биологическая семья при начале общения может получить доступ к ребенку и его новой семье (манипуляции, шантаж).

**В-третьих**, есть собственные страхи, предрассудки и сомнения приемных родителей, и обычное желание сделать свою жизнь удобнее, исключить психологическую конкуренцию с биологическими родителями. Приемные родители не готовы к тому, что ребенок будет сравнивать две семьи. Такой страх может быть при неуверенности в своей родительской компетенции и неуверенности в отношении к ребенку.

## Раздел 2

### **Когда и как рассказать ребенку, что он приемный?**

Если вы все-таки решили не скрывать от ребенка, что он приемный, давайте разберемся, когда и как сказать об этом.

Как ни парадоксально, надо организовать все так, чтобы не было специального разговора. Это не так сложно, как кажется: по факту это значит, что разговор должен быть разбит на большое количество маленьких разговорчиков, рассеянных по всему детству ребенка. Его необходимо готовить к разговору с момента появления в семье. Важно понять, что у ребенка в памяти остаются ощущения прошлого (запах матери, картинки дома, звуки, возможно ощущение голода, страх и боль) и если про них не говорить, то они остаются грузом в памяти. Если от ребенка скрывать правду, то отрывки ощущений приносят больше страданий и проявляются психосоматическими симптомами. Лучше этот разговор не оттягивать до момента,

когда ребенок придет и сообщит: «Мне сказали...», лучше подвести ребенка к пониманию «Я всегда это знал! И что тут такого?».

Удобно начать разговор с совместного просмотра фильма или мультфильма. Вспомним о нашей классике: «Мама для мамонтенка» — самый пронзительный мультфильм о потерянном малыше и новой маме. Таких фильмов множество: «Дети Дон Кихота», «Полианна», «Пришелец Ванюша», «Кунг Фу Панда», «Книга Джунглей», «Лунтик», «Волк и теленок», «Моя семья и другие звери», «Щенок», «Пеликан», «Гадкий Я» и т.д. В процессе просмотра и обсуждения фильма, ребенок может узнать слова, связанные с этой темой: «остался без мамы», «детский дом», «усыновление», «приемные родители».

### **Малыши (от рождения до 3 лет)**

В этот период для ребенка совершенно не имеет значения, как он появился в этой семье. Для него гораздо важнее ощущать, что родители его любят, принимают.

### **Дошкольники (от 3 до 7 лет)**

Дети дошкольного возраста задают очень много вопросов, и это поможет вам в значительной степени облегчить рассказ о прошлом. На вопросы детей этого возраста следует отвечать конкретно и в том объеме, который доступен пониманию. Важно оценить, насколько адекватно ребенок воспринимает рассказанную ему историю, поскольку для детей этого возраста свойственно переплетение их собственных фантазий с реальностью. Понять это можно, послушав, как ребенок рассказывает историю сам или посмотрев, как он играет в нее с игрушками. Не стоит обольщаться, что эту историю придется рассказать только однажды. В этом возрасте детям очень важно послушать одно и то же несколько раз. Возможно даже, что история появления ребенка в семье какое-то время будет его любимой сказкой на ночь. Очень важно не представлять его биологических родителей только в негативном свете, чтобы



ребенок не ощущал себя плохим. Однако не стоит представлять биологических родителей и в слишком радужном свете, тогда ребенку сложно понять, почему его «отдали».

Не следует говорить ребенку, что вы его приняли потому, что он самый лучший. Ребенок будет чувствовать себя обязанным оставаться таким же идеальным. Переживания по этому поводу могут привести к появлению у ребенка страхов, связанных с возможностью потерять новую семью.

### **Младший подростковый возраст (от 7 до 12 лет)**

В этом возрасте ребенок уже способен осознать свою историю. На этой стадии развития он начинает понимать, что от него отказались биологические родители, что он потерял их. С другой стороны, для детей этого возраста очень важны правила, чувство справедливости, поэтому им бывает необходимо совместить чувства, которые они испытывают к биологическим родителям и к приемным.

Надо учитывать, что даже если ребенок этого возраста и не говорит о своей биологической семье, не задает вопросов, то это отнюдь не означает, что эта тема его не интересует. Конечно же, не следует заставлять ребенка говорить на эту тему, однако важно дать ему понять, что он может говорить об этом, и вы готовы обсуждать с ним эту тему. Необходимо создать предпосылки для правильной идентификации ребенка еще до того, как все сказанное взрослыми начнет восприниматься в штыки. На этом же этапе стоит еще раз, уже на более сложном уровне, рассказать ребенку о его биологической семье, о его истории.

### **Подростки**

Подростковый возраст – это тот этап взросления, который труден и для приемных, и для кровных детей и зачастую пугает приемных родителей. Особенно травматичной, как правило, оказывается ситуация, когда ребенок в подростковом возрасте узнает о своем происхождении. Этот период жизни сложен прежде всего для самого подростка. Именно сейчас он должен

обрести и независимость, и идентичность. Обе эти задачи непросты и для обычного подростка, не имеющего опыта потери семьи, и тем более сложны для приемного. Приемный ребенок одновременно хочет независимости и боится ее, он хочет найти свои корни, свою биологическую семью, и страшится этого. Ему сложно еще и от осознания того, что он никак не мог контролировать то, что с ним происходило. Для такого подростка очень важно иметь возможность контролировать свою жизнь. Позвольте ему самому решать безвредные для всех вопросы, например, определять свой стиль, внешний вид (прическу, одежду), выбирать друзей.

Двойственное отношение ребенка к своим биологическим родителям может вызвать у него злость по отношению к родителям приемным. Иногда это проявляется в достаточно резкой форме: не стоит принимать такое поведение ребенка однозначно на свой счет и отвечать агрессией на агрессию. Ребенок, узнавший о том, что он не родной, в подростковом возрасте оказывается в сложной ситуации: он не может построить свою идентичность ни на истории своей жизни, которую он помнит, ни на истории принявшей его семьи. Это происходит из-за того, что подростковый максимализм не дает ребенку одновременно признать и факт своего происхождения, и историю своей жизни в приемной семье.

Ребенок в этом возрасте может начать искать биологическую семью. Это связано, прежде всего с тем, что повзрослевший подросток должен быть морально готов к тому, что его поиски могут привести к неприятным последствиям: его биологические родители могут не захотеть принять неожиданно появившегося сына или дочь, еще раз отказаться.

Подростка может пугать и предстоящий отъезд из дома. И хотя внешне он зачастую кажется более стремящимся к независимости, чем дети, воспитывающиеся в кровной семье, тем не менее, именно приемному ребенку особенно важно знать, что

он может оставаться в воспитавшей его семье столько, сколько сочтет нужным сам.

### Раздел 3

#### **Рекомендации родителям**

##### **1. Начинайте разговор по своей инициативе**

Можно начать разговор в значимую дату (день рождения ребенка, День матери, годовщина приятия ребенка в семью).

##### **2. Важно во время разговора использовать только простые слова и поддержать ребенка, сохраняя его самооценку**

- «У тебя настоящий талант к рисованию (музыке, футболу, математике)! Интересно, были ли в твоей биологической семье такие же талантливые люди, как ты?».

- «У тебя такие красивые длинные ресницы. Интересно, у кого-нибудь в твоей биологической семье есть такие ресницы? Ты никогда об этом не задумывалась?».

- Наконец, приемные родители могут похвалить ребёнка за его достижения и отметить, что «биологические родители могли бы испытывать чувство гордости, так же, как и мы!».

##### **3. Бережно относитесь к прошлому ребенка и не лгите ему**

Тайное всегда становится явным!!! Ребёнок знает больше, чем вы думаете, а ложь может убить доверие и близость в отношениях.

##### **4. Дайте ребенку возможность выразить свой гнев по отношению к членам биологической семьи, не показывая ему при этом, что разделяете его чувства**

- «Я рад, что мы можем заботиться и защищать тебя»;

- «Я понимаю, почему ты так злишься»;
- «Тебе так сейчас тяжело, могу ли я сейчас чем-нибудь тебе помочь?».

### **5. Запрещено говорить ребенку**

- «Ты ведешь себя, как твоя родная мать».
- «Я не понимаю, как мать могла оставлять тебя одного и т.д. Это ужасно».
- «Твоих родителей надо запереть на замок и выбросить ключ».

**6. Если в истории ребенка есть тяжелые негативные факторы о которых не знаете, как говорить с ребенком, обратитесь к психологу**

### **7. Ребенок может рассказать свою историю за пределами семьи**

Объясните ребенку, что при знакомстве с детьми и взрослыми в саду, школе он может сказать о том, как его зовут, откуда он родом, и когда он стал частью своей новой семьи. Важно, чтобы ребенок знал, что он не обязан рассказывать о себе посторонним людям.

### **8. Помните**

Если вы не сможете найти возможность поговорить с ребенком, он узнает искаженную информацию «из десятых рук» и лишается вашей поддержки при «переваривании» такой сложной информации.

### **Список использованных источников:**

1. «Дети со знаком «плюс»: Книга для настоящих и будущих родителей (информационное пособие для родителей и опекунов детей, затронутых эпидемией ВИЧ-инфекции)» / А.И. Загайнова, Л.Ю. Афонина, Е.Е. Воронин, Т.А. Епоян; Под ред. А.И. Загайновой. — М., 2010 г.
2. Бетси Кифер и Джейн И. Скулер. Как рассказать правду усыновленному или приемному ребенку [Электронный ресурс] / Бетси Кифер и Джейн И. Скулер. – Режим доступа: [http://soscentrpk.ru/userfiles/ckfinder/1/files/kniga\\_kak\\_skazat\\_pro\\_u\\_synovlenie.pdf](http://soscentrpk.ru/userfiles/ckfinder/1/files/kniga_kak_skazat_pro_u_synovlenie.pdf) (Дата обращения: 30.11. 2021).
3. Жуйкова Е.Б. «Новая семья. Рисуем, чтобы понять», — М.: НК «Кидсейв», 2010 г.
4. Капилина (Пичугина) М.В., Панюшева Т.Д. «Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка.-2-е изд.- М.: Никая, 2015 г.
5. Николаева Е.И., Япарова О.Г. Навстречу ребенку. Пособие для принимающих родителей. – М.; ООО «Издательство «Проспект», 2010 г.
6. Печникова Л.С., Жуйкова Е.Б. «Приемные семьи в пространстве детско- родительских отношений» [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. N 2(2). URL: <http://psystudy.ru>
7. Пичугина (Капилина) М.В., Панюшева Т. Д. «Приемный ребенок: жизненный путь, помощь и поддержка» - М.; Русская Православная Церковь, 2014 г.
8. Пичугина (Капилина) М.В., Панюшева Т. Д. «Реабилитационная работа в системе семейного устройства», Москва, 2013. Раздел «Статьи для специалистов и приемных родителей»: переведенные на русский язык англоязычные статьи, связанные с тематикой работы с прошлым приемного ребенка, стр. 220–298.
9. Разговор с подростком. [Электронный ресурс] / АНО Центр комплексного сопровождения семьи "ПРО-МАМА"

Режим доступа: <https://pro-mama.ru/article/razgovor-s-podrostkom-o-tom-cto-on-priemny-j/>

10. Сигитова Е. Как бы тебе объяснить... Находим нужные слова для разговора с детьми / Е. Сигитова. – М. : ООО «Альпина Паблишер», 2020 г.