**Как говорить ребенку о его биородителях**

**Вопрос 1 Нужно ли рассказывать ребенку о его биологических родителях?**

В обществе принято не говорить о плохом, не вспоминать «жестокое прошлое». Тем самым большинство людей создают вокруг себя тайну, да­же не представляя, какие последствия она несет для судьбы целого поко­ления. Если из информации о родителях ребенка сделать тайну, то у него появляются проблемы в жизни, он неосознанно копирует ошибки своих предков и повторяет поведение родителей. Ведь ребенок и его родители связаны на клеточном уровне. В свою очередь, родители связаны со свои­ми родителями. Все, кто жил раньше, и те, кто живет ныне, представляют собой единое целое, которое немецкий психотерапевт Берт Хеллингер на­зывает «семейным полем» или «семейной душой». Ребенок с самого ран­него возраста испытывает потребность быть частью своей семьи, «принад­лежать системе» (терминология Хеллингера). Если в семье все благопо­лучно, отношения с родителями крепки и стабильны, ребенок может нор­мально развиваться и выбирать жизненный путь, находясь в относитель­ной свободе. При нестабильных, угрожающих разрывом отношениях ребе­нок будет максимум энергии вкладывать в их укрепление, поддержание связей. И, наконец, в ситуации разрыва, отказа от воспитания, лишения ро­дительских прав ребенок будет искать символические способы выражения лояльности своей семье. Например, тянуться к алкоголю, если биологиче­ские родители спились.

Повторение жизненного сценария биологических родителей - ночной кошмар многих приемных родителей. Действительно, приемные дети, не­смотря на смену социального окружения и образа жизни, иногда как будто стремятся к тем же опасностям, которые когда-то так навредили их кров­ной семье. Наследственность? И да, и нет. Нет — потому что никому не из­вестен механизм наследования образа жизни родителей, с которыми ребенок не проживал, либо расстался совсем рано. Да - потому что в нас сильно бессознательное желание принадлежать тем, кто дал нам жизнь.

В новой семье у приемного ребенка появляется новая система, новые связи и новое жизненное место. Но это не значит, что он полностью избав­лен от кровных связей. Напротив, чем активнее приемные родители пытаются эти связи искоренить с помощью тайны усыновления или негативным отношением к «биородителям», — тем сильнее ребенок будет стре­миться их поддержать. По Хеллингеру, если в семью принят ребенок, то его кровные родители должны стать частью новой системы. Речь не идет о том, чтобы встречаться с ними, устанавливать реальные отношения, любить их. Достаточно признавать их роль в жизни ребенка - не за то, что они сделали или делают, а просто как людей, давших ребенку жизнь.

Если же приемные родители принимают историю ребенка, признают и уважают его кровных родителей, дают им место в своей системе, разрешают ребенку думать, фантазировать, выражать свои чувства по отноше­нию к ним, то ребенок получает такую степень свободы, при которой ему незачем искать символические способы воссоединения с биологической семьей. «Кто смог принять своих родителей таких, какие они есть, - тот в ладу с собой, ощущает себя целым и обладает полнотой силы обоих ро­дителей», — говорит Хеллингер

.

Вопрос 2 **Как и когда говорить с ребенком о его усыновлении**

Многие специалисты считают, что крайне неправильно по отношению к ребенку скрывать от него столь важную информацию. К тому же сокрытие

этой информации ведет за собой постоянную дополнительную ложь, любя­щие родители будут просто вынуждены обманывать детей (например, отве­чая на вопрос трехлетнего ребенка: «Мама, а я была у тебя в животике?»).

Также родственники или друзья, знающие о факте усыновления, могут случайно или нарочно рассказать об этом ребенку. Или же ребенок может сам случайно узнать (обнаружить документы и т.п.). Конечно, скорее все­го, ребенок очень расстроится и, что еще хуже, он может усомниться и в других вещах - «где же еще неправда?»

Как начать разговор?

Разговор о принятии ребенка в семью или об усыновлении подобен раз­говорам на другие непростые темы, например, о сексе, религии. Специали­сты рекомендуют подавать информацию понемногу, соответственно воз­расту. По мере взросления ребенка можно давать ему уже более подроб­ную информацию.

Пока ребенок мал, отвечать на его вопросы достаточно легко. Если он спросит, откуда он, можно ответить: «Из Тюмени», - а не «из живота дру­гой (прежней) мамы». Важно понимать, что интересно ребенку именно сейчас. Когда ему будет нужна еще какая-то уточняющая информация, он спросит. Некоторые родители ошибочно вываливают на ребенка море ин­формации, когда он к этому еще не готов.

**Вопрос 3 Как часто можно об этом говорить?**

Это разговор не на один раз. Разговор с ребенком о его сиротском про­шлом недостаточно провести однажды. Детям иногда необходимо несколь­ко раз услышать информацию, прежде чем они ее полностью усвоят. Неко­торые эксперты считают, что это связано с тем, что у ребенка идет постоян­ное развитие способности думать и рассуждать. Поэтому родителям не стоит раздражаться или недоумевать, если их дети не смогут с первого раза полностью понять объяснение. Ничего удивительного, если вы расскажете своему четырехлетнему ребенку о его появлении в вашей семье, а потом будете вынуждены повторить все полностью в 7 или 8 лет. Это вовсе не значит, что ваши объяснения были недостаточными или неправильными, просто ребенок был еще не готов воспринять такую информацию.

Нельзя ожидать, что одного разговора с трехлетним ребенком будет достаточно, в то же время не следует поднимать эту тему чересчур часто - еженедельно или даже ежемесячно.

**Вопрос 4 Что делать, если ребенок расстроился?**

Важно понимать, что вы не сможете уберечь своих детей от всякой возможной боли. И неважно, насколько сильно вы бы этого хотели . Как не в наших силах уберечь детей от сбитых коленок, так же невозможно оградить их от разных неприятных чувств. Чувство боли, ощущение потерянности и замешательства от осознания факта своего сиротства - естественная реакция.

Если родители преподносят данную информацию позитивно, с внима­нием и пониманием относясь к возможным чувствам детей, это позволяет минимизировать у них ощущение внутренней боли. Покажите своему ре­бенку, что вы открыты для разговора, что будете рады ответить на любые его вопросы, а если не будете знать ответов, то легко в этом признаетесь. Вы поможете ребенку уже тем, что просто дадите понять: тему некровного родства с вами можно запросто обсудить.

Исследования показали, что чем более открыты родители для обсуждения вопросов, связанных с приемом в семью, тем легче их приемному ребенку.

**Вопрос 5.Что, если я скажу что-либо неверно?**

Многие родители чувствуют скованность и неловкость, разговаривая со своими детьми о том, что он неродной. Они боятся сказать что-нибудь не­правильно, беспокоятся, что не смогут подобрать верного ответа на вопро­сы. Приемные родители очень дорожат своими детьми, потому что сильно их хотели, долго ждали и серьезно готовились к их появлению в семье. И, как следствие, они считают, что просто обязаны быть лучшими родите­лями. К тому же некоторые приемные родители ощущают чувство вины, будто они украли дитя у биологической мамы, лишили кровную семью ре­бенка. Все это приводит к тому, что они чувствуют необходимость быть суперидеальными родителями.

Если вы взяли под опеку или усыновили ребенка согласно закону, то нет абсолютно никаких причин ощущать вину. Стремление к совершенству - обременительное чувство, обреченное на провал. Постарайтесь при­нять свою неидеальность, и тогда вы не будете обременять себя (и, воз­можно, ребенка) своими нереалистичными ожиданиями. Никто из родите­лей не совершенен. Лучшее, что вы можете сделать, - просто стараться.

То же самое относится и к тому, как разговаривать с ребенком о его си­ротском прошлом. Никто не знает всех правильных ответов, никто не может всегда верно и продуманно реагировать.

**Вопрос 6. Как научить ребенка отвечать на вопросы о его происхождении**

Еще один аспект разговора с ребенком о его появлении в новой семье - это подготовка к тому, чтобы он мог сам говорить об этом, отвечать на вопросы о своем происхождении. Для того чтобы ребенок смог справиться с этой непростой для него задачей, он должен увидеть, что и вы готовы отвечать на вопросы о его прошлом, не испытывая чувства вины, стыда или неловкости. Ребенок должен знать, что в том, что он был принят в семью, нет ничего постыдного, что такое бывает и что есть еще дети (хорошо, ли вы сможете пообщаться с ними), которые появились в семьях так же.

Если же кто-то задал ему вопрос, на который он не смог ответить, если он не удовлетворен своим собственным ответом, поговорите с ребенком, , попробуйте вместе найти подходящие слова, правильное объяснение - это поможет не только решить текущую ситуацию, но и послужит тренингом на будущее.

**Вопрос 7. Что если ребенок задаст «неудобные» вопросы?**

Некоторые из детских вопросов могут вас озадачить или смутить. Это нормальная и закономерная реакция. Помните: даже если вам кажется, что при обсуждении темы опекунства или усыновления вы сказали или ответили что-то не так, это не страшно, вы еще сможете все исправить. Некоторые специалисты рекомендуют говорить так: «У тебя есть мама и папа, подарили тебе жизнь, самый драгоценный подарок, а есть еще мама и папа, которые тебя очень любят и заботятся о тебе. Так сложились обстоятельства, что сейчас мама и папа, которые подарили тебе жизнь, не могут заботиться о тебе, они болеют. Зато у тебя есть еще мама и папа».