

## Консультация для замещающих родителей.

### Приемные подростки: как им живется?

Большинство родителей испытывают тревогу за своего ребенка, когда он или она достигает подросткового возраста. Родители приемных детей, ставших подростками, беспокоятся еще сильнее, их одолевают сотни вопросов:

- Возникнут ли у ребенка проблемы с идентичностью?
- Пересилит ли чувство отверженности ощущение безопасности и комфорта?
- Является ли поведение ребенка отражением внутреннего смутения, связанного с его прошлым?

Каждый из этих вопросов ведет к более широкой постановке проблемы: **влияет ли усыновление на прохождение ребенком подросткового периода?**

На эти вопросы не существует простых ответов. Некоторые из исследователей пришли к выводу, что усыновление не накладывает видимого отпечатка на поведение подростка. Другие же полагают, что приемные тинэйджеры чаще своих ровесников испытывают различного рода проблемы. Ученые расходятся во мнениях относительно того, в какой степени родители, "климат" в семье и природный темперамент подростка влияют на возникновение у него тех или иных трудностей. Однако есть два положения, с которыми согласны все специалисты.

- **Усыновление - неотделимая часть истории ребенка и этот факт нельзя игнорировать.**
- **Приемные подростки могут успешно противостоять трудностям своего развития и преодолевать их.**

В процессе развития дети, с одной стороны, чувствуют на себе направляющую руку взрослых, а с другой стороны, стремятся быть независимыми.

С шести лет дети стремительно поглощают информацию, непрерывно задавая вопросы. Они уже в состоянии думать о том, что родители отказались от них, бросили, что они их больше не любят. Детям часто причиняет боль разница между реальностью и их фантазиями. В то же время, если они посещают дошкольные учреждения, они переживают чувство отчужденности от детей, живущих с биологическими родителями, тем самым ограничивая свой круг интересов и число друзей.

Внутренняя жизнь детей обретает форму где-то между шестью и одиннадцатью годами. Постепенно ребята начинают расширять свои горизонты и принимать участие в различных мероприятиях вне дома. Это может оказаться трудным временем. Детям нужно укреплять чувство причастности к своей семье, одновременно приобретая новые навыки и знания, необходимые для независимого существования. Неудивительно, что к началу подросткового периода стремление сформировать идентичность порой заставляет их чувствовать себя подавленными, и приводит к труднообъяснимому и иногда критическому поведению.

### **Типичное поведение подростка**

Подростковый возраст - тяжелый период и для ребенка, и для его семьи. Физические аспекты подросткового возраста - скачок роста, развитие груди у девушек, ломающийся голос у юношей - очевидны и проявляются быстро, в то время как умственное и эмоциональное развитие может растянуться на годы.

Самая главная и самая трудная задача для подростка - сформировать свою собственную идентичность, и сделать это совсем не так просто, как кажется на первый взгляд. Это значит, что тинэйджеры должны:

1. определить свои жизненные ценности, верования, половую идентификацию;
2. выбрать карьеру;
3. постараться правильно оценить свой внутренний потенциал.

При формировании идентичности большинство подростков примеряют на себя множество различных судеб. Они пробуют, оценивают и затем отказываются от десятков ролевых моделей. Они критически изучают свои семьи - некоторых родственников идеализируют, других не принимают во внимание. Они относятся с недоверием или, наоборот, цепко держатся за семейные ценности, традиции, идеалы и религиозные верования. Иногда подростки обладают огромным самомнением; иногда они не чувствуют опоры под ногами и им кажется, что они абсолютно никчемные люди. Сегодня они думают так, а завтра их мнение меняется на сто восемьдесят градусов. В конечном счете, они сталкиваются с необходимостью ответить на главные вопросы: **Кто я? Что я собой представляю?**

Подростки остро ощущают, что они переросли рамки своих семей. Они ищут способы продемонстрировать свою независимость и часто принимают ценности, верования и поведение своих сверстников или знаменитостей, которыми они восхищаются. Даже если они пытаются провести черту между собой и своей семьей, за этим зачастую стоит простое желание выглядеть, одеваться и вести себя так же, как их друзья.

Однако тинэйджеры все еще зависят от своих родителей и порой они мечутся, то пытаясь наладить отношения с семьей, то замыкаясь в себе. "Родители должны понимать, что подросток, прежде всего, ребенок, взрослым его можно назвать только с точки зрения физиологии. Эмоционально он так же зависим от родителей, как и раньше".

Возникновение разногласий между родителями и детьми никого не удивляет. Подростки жаждут независимости, хотя они не знают, с каким количеством свободы они смогут справиться. Родители хотят, чтобы их дети продвигались к самостоятельности, но зачастую неохотно перестают контролировать их. Тинэйджеров пугает будущее, а взрослые беспокоятся о том, кем станет их сын или дочь.

Подростки ломают голову над проблемами сексуальности, их привлекают романтические отношения. Родители волнуются о том, чтобы их дети не ошибались в выборе партнеров и друзей. Зачастую они не знают, какой дать совет, или в какую форму его облечь.

Такого рода напряжение обычно характеризует отношения родителей с подростками. Тинэйджеры, попавшие в семью через усыновление, сталкиваются с рядом дополнительных проблем.

### **Приемная семья и подростковый период**

Прием в семью усложняет воспитание подростка. Приемным тинэйджерам требуется экстремальная поддержка в разрешении проблем, которые имеют для них большое значение:

- формирование идентичности;
- страх быть отвергнутыми;
- вопросы контроля и независимости;
- чувство отчужденности;
- повышенный интерес к прошлому.

### **Идентичность**

Формирование идентичности, вероятно, представляет для приемных подростков большую трудность - ведь у них две пары родителей. Отсутствие информации о биологических родителях может заставить их задаваться вопросом о том, кто же они на самом деле. Им бывает очень трудно выяснить черты сходства и различия между ними, биологическими родителями и усыновителями.

Приемных подростков интересует, кто передал им их характерные черты. Порой они хотят получить сведения, которые их приемные родители не в состоянии дать: Откуда у меня талант художника? Был ли кто-нибудь в моей

биологической семье маленького роста? Каковы мои этнические корни? Есть ли у меня братья и сестры?

Некоторые подростки начинают злиться на приемных родителей, чего никогда не бывало прежде. Они ставят им в вину даже то, что усыновители помогли им привыкнуть к статусу приемного ребенка. Дети замыкаются в себе, иногда чувствуют, что им нужно находиться как можно дальше от дома, чтобы найти свою собственную индивидуальность.

### **Проблемы контроля**

Напряженные отношения между родителями, которые не хотят отказаться от контроля за ребенком, и подростком, жаждущим независимости, - отличительный признак подросткового периода. Это напряжение может быть особенно сильным в приемных семьях, где подростки чрезвычайно остро чувствуют, что все решения в их жизни принимал за них кто-то другой: родная мать решила отдать их на усыновление; приемные родители решили принять их в свою семью. Родители часто мотивируют свои действия беспокойством, что их дети предрасположены к асоциальному поведению - особенно если биологические родители подростка употребляли наркотики или страдали алкоголизмом.

Родителей тревожит также просыпающаяся сексуальность детей. Что если их ребенок будет проявлять сексуальную активность, дочь забеременеет или сын станет отцом ребенка, а вдруг они заболеют венерическим заболеванием? Приемные девочки часто испытывают особенное беспокойство относительно сексуальности и материнства. С одной стороны, у них есть усыновительница, в большинстве случаев, не способная иметь собственных детей, а с другой стороны, есть биологическая мать, которая родила ребенка, но решила не воспитывать его самостоятельно. Как приемные родители могут помочь дочери разобраться с этой ситуацией?

Из-за одолевающих их страхов многие приемные родители натягивают вожжи именно тогда, когда их детям хочется большей свободы. "В глазах подростков это выглядит так: «Вы не доверяете мне». Это сильно влияет на уровень доверия между родителями и детьми.

Приемным родителям и детям следует объединиться и вместе обсудить такие важные сферы жизни, как школа, помощь по дому, выбор друзей, способы проведения свободного времени, время прихода домой. Усыновителям и подростку нужно попытаться прийти к соглашению по каждому вопросу. Можно заранее установить систему поощрений за аккуратное следование установленным правилам и систему наказаний, к которым вправе будут прибегнуть родители, если ребенок нарушит договор. Безусловно, право голоса имеют обе стороны.

## **Чувство непричастности к семье**

Подростки, выросшие с биологическими родителями, легко обнаруживают в себе черты сходства с другими членами семьи. Они могут сказать: "Свою музыкальность я унаследовала от бабушки...", или "Мой папа тоже рыжий...", или "У нас в семье все носят очки". Приемные дети не имеют таких маркеров, и, фактически, им часто напоминают, что они отличаются от своих друзей, живущих в биологических семьях.

Это чувство "непричастности" часто начинается с внешности. Все дети, как правило, напоминают одного из родителей или кого-то из родственников. Приемные же подростки не имеют сходства ни с кем из членов своей семьи. Друзья, замечаящие: "Ты так похожа на свою сестру!", часто заставляют приемного ребенка острее осознавать свой "особый" статус, даже если он или она действительно имеет внешнее сходство с сестрой. Иногда приемные тинэйджеры и не поправляют друзей, говорящих о внешнем сходстве. Это легче, чем потом отвечать на десятки вопросов: А кто твои настоящие родители? А как они выглядят? А почему они отдали тебя?

Люди, отмечающие семейное сходство, на самом деле хотят сказать, что ребенок перенял манеры и повадки родителей. В некоторых семьях это становится общей шуткой. В других - сильно влияет на психическое состояние ребенка".

Чтобы увеличить чувство общности с семьей у приемного подростка, внешне сильно отличающегося от ее членов, взрослым необходимо найти черты, объединяющие всех членов семьи.

## **Связь с прошлым необходима**

По мере взросления приемные подростки больше думают о том, какой была бы их жизни, если бы они не были усыновлены или если бы они оказались в другой семье. Они часто интересуются, кем бы они стали в иных обстоятельствах. Потребность примерять на себя различные варианты судьбы у них очень сильна. В дополнение ко всем возможностям, которые предоставляет им жизнь, приемные подростки думают о тех шансах, которые они уже потеряли.

Практически все подростки, испытывающие чувство потери, хотели бы обладать большей информацией о своей биологической семье. Иногда они стараются найти дополнительные сведения о своей медицинской истории. Одни тинэйджеры хотят найти своих родителей. Другие говорят, что они были бы признательны, если бы просто могли получить доступ к медицинской информации.

## **Если ребенок был усыновлен в старшем возрасте**

Проблемы, встающие перед подростками, принятыми в семью не в младенческом возрасте, еще более сложны. Часто такие дети подвергались насилию или были брошены, жили в нескольких семьях или переезжали от одних родственников к другим, прежде чем нашли постоянную семью. Они испытывают более интенсивное чувство потери, часто страдают от сильно заниженной самооценки. Кроме того, такие подростки, как правило, имеют серьезные эмоциональные и поведенческие трудности, как результат раннего прерывания процесса привязанности к взрослым. Неудивительно, что эти дети с трудом могут доверять усыновителям - ведь взрослые, с которыми им пришлось столкнуться в первые годы жизни, по разным причинам не откликнулись на их эмоциональные потребности.

Подростки, усыновленные в старшем возрасте, приносят с собой воспоминания о своей прежней жизни. Для них важно, чтобы им позволили сохранить эти воспоминания и делиться ими. Родители таких детей должны быть готовы к тому, что им и детям может потребоваться профессиональная помощь для построения и поддержания здоровых семейных взаимоотношений.

### **Когда родителям пора беспокоиться... Что они могут сделать?**

Приемные подростки переживают чрезвычайно сильные эмоции, многие из которых связаны с их приходом в приемную семью. Практически на каждого ребенка статус приемного накладывает определенный отпечаток. Чувство отверженности, формирование идентичности, потребность в контроле вовсе не являются следствием плохого воспитания со стороны приемных родителей.

Если подросток решил найти своих биологических родителей, нет необходимости считать это проблемой. Эти поиски говорят о том, что ваш ребенок просто испытывает острую потребность в информации о своих биологических корнях. "Одно из заблуждений усыновителей, - говорит Маршалл Шехтер, доктор медицины, почетный профессор университета Пенсильвании, занимавшаяся детской и подростковой психиатрией, - заключается в том, что они думают, будто это они своими действиями натолкнули своих детей на мысль о поисках биологических родителей. А это, как правило, не так. Каждый человек хочет знать, что он является частью какой-то семьи. С развитием генетики ученые обнаруживают, что многие таланты или черты характера имеют генетическую основу. Поэтому усыновителей не должно удивлять, что подростки, сосредоточенные на формировании идентичности начинают задумываться о своих корнях".

Им легче, когда родители с пониманием относятся к их интересу к своим генетическим корням и позволяют им выражать свои чувства: печаль, ярость и страх.

Следующие образцы поведения, скорее всего, являются показателями того, что подросток борется с проблемами, связанными с приходом в приемную семью:

- обвинения в несправедливом сравнении с биологическим ребенком;
- новые проблемы в школе, такие, например, как неспособность сосредоточить внимание на предмете;
- внезапное предубеждение по отношению к неизвестному;
- проблемы со сверстниками;
- эмоциональная закрытость, отказ делиться переживаниями.

Если стиль вашей семьи - открытость в общении, вполне вероятно, что вы справитесь с этими трудностями без профессиональной помощи. Читайте книги, посещайте семинары, проводимые в службах по работе с приемными семьями. Запишитесь в клуб приемных родителей, где можно почерпнуть полезные сведения.

Если же вы в прошлом испытывали дискомфорт, затрагивая в разговорах с ребенком тему его приема в семью, начать сейчас все заново будет довольно трудно. Начинать беседовать с ребенком на эти темы нужно, когда ребенок еще достаточно мал. В противном случае, ваши дети поймут, что вам неудобно говорить об этом. Это как разговоры о сексе. Поговорить об этом один раз, когда ребенку исполнилось 12 лет, недостаточно. Но, тем не менее, даже если беседы об усыновлении или приеме в семью не имели места ранее, родителям можно попробовать проявить инициативу сейчас, когда ребенок достиг подросткового возраста.

Многим помогает обращение к специалистам, специализирующимся на работе с приемными семьями. В любом случае, вы должны обратиться к специалисту, если заметили следующие явления:

- употребление наркотиков или алкоголя;
- резкое снижение оценок или участившиеся пропуски школьных занятий;
- отдаление от семьи и друзей;
- стремление к риску;
- попытки самоубийства.

Если приемный ребенок - часть проблемы, открытое обсуждение трудностей, с ним связанных, увеличит шансы на эффективное лечение. Взрослым, понимающим, что их дети имеют две пары родителей, и не уязвленным этим фактом, скорее всего, удастся создать благоприятную

обстановку для подростков, которая заставит их делиться своими чувствами. Дети очень рано начинают понимать, о каких вещах их родителям говорить неприятно, и каких тем они избегают. Сохранение секретов требует много энергетических затрат. Когда проблемы усыновления или приема в семью обсуждаются свободно, в семье гораздо меньше барьеров.

"Есть видимая разница в том, как подростки воспринимают себя, когда у них есть информация о биологических семьях - этническое происхождение, способности, образование или просто даже когда они знают, как выглядели их родители. Знание о том, почему их отдали на усыновление или в приемную семью, помогает им выработать правильную самооценку.

### **Заключение**

Подростковый возраст - сложное время. Приемные подростки могут столкнуться с особыми трудностями, связанными с формированием идентичности, чувством отверженности, контролем и потребностью быть связанными с их корнями. Родители должны постараться понять и поддержать своих детей. Сложности, возникающие у ребенка, не являются отражением стиля воспитания усыновителей. Если подросток хочет знать о биологической семье, это не значит, что он отвергает приемную.

Если в вашей семье тема приема обсуждается честно и открыто, шансы, что вы сможете помочь ребенку преодолеть подростковый период, достаточно велики. Если открытость нельзя назвать отличительной чертой вашей семьи или если поведение ребенка настораживает вас, например, он употребляет наркотики или отказывается от развлечений, ему, скорее всего, потребуется профессиональная помощь.

Специалисты считают, что приемные подростки могут преодолевать и разрешать возникающие проблемы так же успешно, как и их сверстники, растущие с биологическими родителями. Поддерживаемые усыновителями, приемные тинэйджеры могут построить даже еще более тесные семейные узы, которые сохранятся и в будущем.