

Ребенок узнал, что не родной: как сохранить доверие и близость?



Страх раскрытия тайны усыновления иногда становится реальностью. Большинство родителей теряются — не знают, как вести себя и что делать, боясь потерять доверие и близость, которые так долго и кропотливо выстраивали. Каждая семья — уникальна: в ней царит неповторимая атмосфера и действуют определенные правила, поэтому в ситуации, когда ребенок узнал, что он — приемный, нужно действовать по индивидуальному сценарию.

Психологи Детского телефона доверия подготовили общие рекомендации:

- Нужно быть готовыми к любой реакции ребенка. Это могут быть обида, возмущение, отрицание, негативизм. Представьте, что вдруг узнали о том, что всю свою жизнь прожили в обмане: ваша реакция тоже будет непредсказуемой. Продолжайте транслировать свою любовь к ребенку, даже если он злится.
- Будьте готовы к любым вопросам. Дети могут спрашивать про рождение, про биологических родителей — нужно ответить максимально подробно и честно. Ребенок имеет право знать правду, особенно когда уже многое знает.
- Ребенок может изъявить желание найти биологических родителей. Если у вас доверительные отношения, то поиск родных никак на них не повлияет. Естественно, хочется докопаться до правды — почему его бросили родители — и узнать свои корни. Нельзя запрещать или как-то препятствовать поиску, наоборот, чтобы максимально сблизиться, нужно помочь.

- Не меняйте привычный распорядок дня и требования к ребенку. Он должен видеть, что ничего не изменилось: вы так же сильно его любите, позволяете и требуете все то же самое. Ведь, по сути, для вас ничего не изменилось: вы-то всегда знали, что он приемный ребенок, и теперь ваша задача – продемонстрировать это чаду.
- Примеры счастливых приемных семей – отличный вариант немного сместить фокус с личных переживаний и посмотреть на ситуацию со стороны. Вы знали, что Стив Джобс был усыновлен в младенчестве? Несмотря на этот факт, он обожал своих приемных родителей, стал успешным человеком, а с биологической матерью познакомился в 31 год.

Доверие = понимание

Как известно, потребность в безопасности является базовой для ребенка.

Узнав, что неродной, он теряет уверенность в этом. И тут важно поддержать: рассказать и показать, что он для вас — родной, хоть и рожден не вами.

Доверие подразумевает обсуждение самых разных вопросов, а близость — искренность и честность. Расскажите друг другу о том, что чувствуете. Будьте откровенны, и покажите ребенку, что готовы принять даже самые его сложные чувства.

Если ребенок хочет найти настоящих родителей, то предложите ему проиграть встречу, чтобы привести в порядок мысли:

- что бы ты хотел узнать у мамы? А у папы?
- что будешь делать, если родители окажутся не такими, как ты себе их представляешь?
- как будешь вести себя, если поведение биологических родителей не понравится?
- что планируешь делать после этой встречи?

Вы здесь — взрослый, а потому покажите, что из любой ситуации есть выход. Всегда. То, что произошло — не смертельно, и может быть, даже к лучшему. Жизнь продолжается.

Тема очень болезненная, и от того, как вы вместе переживете эту ситуацию, будет зависеть будущее доверие между вами. Если вы не знаете, как лучше поступить, боитесь ошибиться и травмировать ребенка, то лучше обратиться к психологу в индивидуальном порядке. Звоните на **Детский телефон доверия 8 800 2000 122** — звонок анонимный и конфиденциальный.