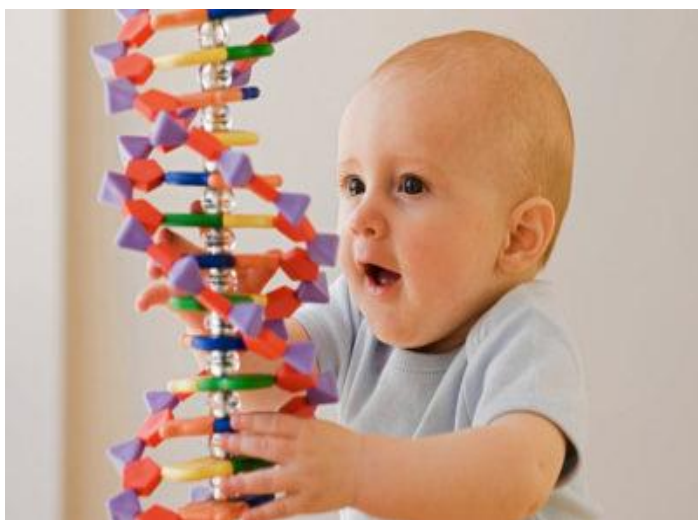


МЕТОДИЧЕСКАЯ РАССЫЛКА № 2/2024

НАСЛЕДСТВЕННОСТЬ: развеем мифы

Что нужно знать о наследственности, чтобы быть хорошими родителями? Ничего, равным счётом ничего. Лучше забыть даже то, что уже известно, потому что:

- Во-первых, невозможно сделать что-либо полезное, надеясь изменить наследственность;
- Во-вторых, очень легко, напротив, принести какой-либо вред;
- В третьих, личность и поведение ребенка не имеют никакой связи с наследственностью.



Наследственность — это чисто биологический процесс, в результате которого от родителей к детям передаются их физические черты посредством повторения. И мужчина, и женщина дарят своему будущему ребенку поистине

микроскопическую частицу самих себя — одну единственную клетку или одну, так сказать, единицу живой материи. Когда эти частицы объединяются, понятно, что результат их сочетания оказывается похожим на тех, кто дарил эти клетки.

Так вот, всем известно, что процесс воспроизведения клеток происходит лишь при наличии специфических клеток. Еще никто и никогда не зарождал жизнь путем простого переливания крови. Хотя при этом тоже происходит соединения разнородных клеток. Жизнь зарождается только в особых клетках при слиянии мужских сперматозоидов и женских яйцеклеток, которые периодически воспроизводятся в генетических органах человека.

И те, и другие содержат специальные активные элементы, которые определяют цвет кожи, глаз, волос зарождающегося человека и многие другие его физические характеристики.

В этом процессе к наследственности имеют отношение только три момента.

1. Активные элементы зародышевых клеток, которые периодически воспроизводит наш организм, не идентичны, поэтому у одних и тех же родителей рождаются то мальчики, то девочки. Точно так же, как пока еще не можем узнать заранее, кто именно родится, невозможно определить, какие наследственные факторы присутствовали во время зачатия. Одним словом, мы не в силах предугадать, какая у ребенка будет наследственность. Есть, правда одно небольшое исключение — некоторые наследственные элементы, содержащиеся в зародышевых клетках, столь сильны, что



постоянно доминируют, и тогда черные волосы или карие глаза матери точно повторены в ее дочери, даже если отец голубоглазый блондин.

2. Многообразие наследственных признаков, заключается в наших зародышевых клетках, не имеет никакой связи с теми чертами характера. Что приобретаются человеком по мере его развития. Как бы мы ни были благодарны, нашим детям понадобятся годы, чтобы стать такими же воспитанными, как и мы. Мужчина может путем многолетних упражнений приобрести такую же мускулатуру, как у знаменитого культуриста, но его сыну придется выполнить все те же упражнения, чтобы походить в этом на отца.

3. Разнообразное сочетание зародышевых клеток складывается чисто случайно и восходит по семейной линии. Вот так это совершается. В каждой клетке имеется сорок шесть активных элементов, которые называются хромосомами, когда клетки созревают для оплодотворения, число хромосом сокращается до двадцати трех, так что при слиянии сперматозоида с женской яйцеклеткой хромосом обеих полов опять становится сорок шесть. Определить, как двадцать три принадлежат женщине, а какие — мужчине, невозможно. Зачатый

ребенок любого пола получает одну половину хромосом от отца, другую – от матери, и так происходит из поколения в поколение.

«Плохая наследственность» — самое распространенное и самое опасное объяснение при возникновении любых трудностей в процессе воспитания усыновленного (удочеренного) ребенка. «Наследственность» — это то, что изменить нельзя. Это не дает шанса ни ребенку, ни родителям. В сознании современного человека «генетика» — это непреодолимое препятствие, которое делает бессмысленными любые усилия усыновителей, приемных родителей. Между тем, точно известно, что генов «воровства» и «проституции» не существует. Ссылаясь на плохую наследственность, родители,



по сути, отталкивают ребенка от себя, отказывая ему в возможности изменения и развития в лучшую сторону.

Строго говоря, «наследственность» — это потенциал. Согласно научным данным, соотношение

факторов среды и наследственности в среднем «50 на 50». В каких-то областях оно сдвинуто в сторону «заданности»: например, цвет волос, цвет глаз, рост и пр. В основном это касается физических характеристик. Но то, что составляет основу жизни человека — вера, способность любить и заботиться, желание и умение работать, ценности, — зависит не от «наследственности». Это то, что формируется в ходе всей жизни человека и связано с его личным выбором и душевными усилиями, и на что в значительной степени влияют социальная среда и отношения с близкими людьми.

Проблемы в развитии детей-сирот связаны в гораздо большей степени с травмой отрыва от семьи и родительской депривацией, чем с наследственностью. Именно отсутствие достаточной заботы и эмоционального контакта с близким взрослым в раннем детстве, а в некоторых случаях и жестокое обращение, являются основной

причиной диспропорционального развития таких детей, а не пресловутая «генетика». Замечательное «сортовое» растение в пустыне зачахнет — это естественный природный процесс. Ребенок с самыми распрекрасными генами в плохих обстоятельствах будет развиваться плохо. У покинутого, лишенного родителей ребенка с самого раннего возраста подорвана жизнеспособность. Близкий контакт с матерью (или с другим постоянным взрослым) в раннем детстве обеспечивает не только эмоциональный комфорт, но и психофизиологическую стимуляцию, необходимую для благополучного формирования центральной нервной системы и головного мозга. У ребенка, который в течение первого года жизни растет не «на руках», затормаживается и нарушается нормальный ход развития. Последствия этого достаточно серьезны, но обратимы тем легче, чем раньше изменится ситуация (та самая «среда»).

Дети, попадающие в любящую семью, неузнаваемо меняются и «расцветают», хотя все гены остаются прежними. И обратная ситуация: иногда дети, которые с рождения росли в собственных семьях в достатке и внимании, выбирают не самый лучший жизненный путь. О том же говорят близнецовые и сиблинговые исследования: иногда не просто дети из одной семьи, но дети с близким генетическим набором очень по-разному реализуют свой потенциал в жизни. На характер и жизненный путь влияют не только воспитание или наследственность, но и личные, индивидуальные особенности, и собственный выбор человека.



Бояться генов, с одной стороны, естественно — ведь они не в нашей власти, с другой стороны, бессмысленно — по той же самой причине. Отрицать их тоже нет смысла, стремление игнорировать отличия ребенка ничем хорошим не кончается. Что можно сделать? Признавать особенности своего приемного ребенка, уважать и развивать то хорошее, что есть в нем, и помогать ребенку правильно обходиться со своими слабыми сторонами.

Что могут предпринять родители?

- ✚ Отдавать себе отчет в своих мотивах: «Чего я хочу? Помочь ребенку, которому трудно и плохо?
- ✚ Испытать радость родительства, заботы и любви? Или получить «идеального» ребенка?»
- ✚ По особо пугающим вопросам, например, о генетически передающихся болезнях, собрать достоверную информацию.
- ✚ Обратить особое внимание на положительные черты, которые изначально нравились в ребенке, — это тоже наследственность. Сам факт ее наличия не означает преобладание плохого и его решающей роли.
- ✚ Подумать о своем супруге, о самых близких друзьях. У них совсем «чужие» гены, но это не мешает ни любви, ни близости, ни взаимопониманию.

Образовательные трудности

Так сложилось, что у многих людей стоит как бы знак равенства между понятиями «высшее образование» и «хороший человек». Желание помочь детям, обеспечить их будущее — естественное желание каждого родителя. Времена и ценности



общества меняются, но важность образования для многих родителей актуальна по-прежнему. Логика примерно такова: «Образование обеспечивает интеллектуальное и душевное развитие, а также среду общения для ребенка, и тем самым служит фундаментом его будущего». Звучит разумно, но лишь отчасти. Душевное и моральное развитие связано не столько с интеллектом, сколько с воспитанием чувств, с отношениями, в том числе и внутрисемейными, в которых растет ребенок. На формирование личности ребенка влияет то, во что верят родители; во что верит и кого любит сам ребенок. От этого

действительно зависит, каким человеком он вырастет. И большинство родителей (и вообще взрослых людей) понимают это вполне отчетливо.

В чем же тогда дело? Что заставляет здравомыслящих родителей тянуть усыновленного (удочеренного) ребенка «за уши» в институт, нередко вопреки не только желанию, но и объективным его способностям? Наверное, подобное происходит в тех случаях, когда уровень образования ребенка рассматривается как признак «достойного родительства». В самом деле, ведь образование — это то, что можно реально предъявить окружающим. И уж тем более если ребенок — из детского дома...

Образование нужно и важно. Но так же важно не перейти хрупкую грань, по одну сторону которой — то, что психологи называют «зона ближайшего развития» (потенциал человека, который требуется развивать, прикладывая усилия), а по другую — усталость от чрезмерного напряжения, взаимное раздражение и отчуждение. Никакое образование не стоит того, чтобы отношения родителей с ребенком были разрушены. Такое может, к сожалению, произойти, если для родителей образовательные успехи ребенка являются условием принятия и любви.



Простые шаги для решения возникающих трудностей

Обратиться к специалистам, которые проведут грамотную диагностику уровня развития ребенка и степени его отставания; разработают систему развивающих и коррекционных занятий, подходящую конкретному ребенку; дадут рекомендации, как с ним заниматься дома.

Создавать дома «развивающую среду», много общаться с ребенком, поддерживать его начинания, разрешать пробовать новое;

самим относиться к занятиям как делу увлекательному, а не как к «обязаловке».

Помнить, что отставание в развитии детей-сирот связано прежде всего с недостатком любви и вызванной этим тревогой, которая блокирует природную любознательность ребенка («аффект тормозит интеллект»). Когда ребенок в семье почувствует себя любимым и защищенным, его развитие ускорится.

Не сравнивать с другими детьми. Любое сравнение подкрепляет неуверенность ребенка в своих силах и боязнь потерпеть неудачу. Каждый ребенок уникален, кроме недостатков есть еще и особенности. Сравнить ребенка можно только с ним самим прежним: «Раньше не умел, а теперь получилось».



Терпеливо ждать. Получить все и сразу невозможно. Ускорить процесс раскрытия цветка, расковыряв бутон, — неудачное решение. Ни одному нормальному садовнику оно в голову не придет. Все раскрывается в свое время в благоприятных условиях. Хорошие взаимоотношения с родителями, разумная помощь и поддержка и есть самые хорошие условия для раскрытия естественного потенциала ребенка.

Разумно определять нагрузки. Они должны быть посильны и для нервной системы, и для интеллектуального потенциала ребенка. Приготовление уроков «до ночи» не бывает продуктивным.

Всегда искать позитив. Никому не хочется делать то, что не получается. Важно научиться самим и научить ребенка замечать пусть небольшие, но улучшения, двигаться от одного маленького успеха к другому. Успех — лучший мотив в обучении.

Хвалить за усилия, а не за результат. В любом деле важны последовательные усилия и преодоление трудностей. Научить ребенка этой жизненной мудрости — наверное, основная задача. Приемным детям она дается сложнее. Во-первых, опыт отвержения кровными родителями и социумом подрывает веру в себя, а она лежит в основе

настойчивости и упорства (не путать с упрямством — это вещи прямо противоположные!). Во-вторых, именно воля и терпение — качества, которые отсутствовали у кровных родителей этих детей, и формировать их приходится «с чистого листа».

Верить в ребенка. Вера родителей в своего ребенка — это источник его жизненных сил и две трети будущего успеха.

Рассказать ребенку о его прошлом, не сохраняя тайну усыновления. Человеку, чтобы расти нормально, нужно опираться на реальные вещи. Кровное родство — это реальность, его никто отменить не в состоянии. Когда есть какой-то грех у кровных родителей, есть что-то, с чем-то они не справились, не решили какую-то духовную задачу, на

ребенка это ложится дополнительной тяжестью. Не потому, что он виноват в грехах родителей, но, когда они не справились. Ему с той же самой жизненной задачей справиться еще труднее. Потому что если нет запаса сил, нет



духовного опыта, который они ребенку могли бы передать, то и сил у ребенка меньше. Почему так трудно усыновителям? Потому что на них обрушивается всей тяжестью эта плита.

Усыновители, которые не говорят с ребенком о его прошлом, просто оставляют его один на один: разбираться, додумывать, относиться как к чему-то запретному. Без помощи взрослых дети все равно пытаются найти ответы на трудные вопросы, но могут приходить к таким, например, выводам: мои родители — уроды, о которых даже говорить нельзя меня покинули, потому что я чудовище — других же не бросают.

Тема прошлого ребенка — как минное поле, которое надо обезвреживать. Это обязательно должны делать психологи, могут и родители, но надо это делать с подготовкой.

Когда есть открытое обсуждение прошлого, ребенок понимает, что была за семья у него, почему с ней произошло то, что произошло, в чем смысл его «второго рождения» - обретение семьи и как он может, не отторгая свою кровную семью, в хорошем быть на нее похожим, а плохое пытаться преодолеть. И про это «плохое» в прошлом ребенка важно говорить не в терминах осуждения, а как о проблеме: алкоголизм, наркомания, воровство, - эти напасти могут поражать всех людей, и им надо давать отпор, чтобы они твоей жизнью не завладели. У некоторых людей получается бороться, а у некоторых – нет. И тогда пропадает их жизнь и жизнь их детей. Твои родители не справились, у них сил не хватило, поэтому тебе бороться вдвойне труднее. Но мы будем тебе помогать. Можно сказать, что «это твоя битва, и тебе надо ее выдержать, это имеет смысл не только для тебя, но и для твоих кровных родителей, через тебя, возможно, и они «оправдаются». И конечно, эту битву надо вести с открытыми глазами. Тогда для ребенка это встает как жизненная задача на сознательном уровне.

Важно, чтобы ребенок понимал, что он существует не в бездушном пространстве. Что род, о которого он произошел, включает не только родителей, что там были еще какие-то предки, и наверняка среди них были прекрасные люди. Тема хорошего в кровной семье очень важна. Люди любят говорить о дурной наследственности, при этом все, кто имел дело с усыновленными детьми, знают, что у них, кроме проблем, есть и таланты, и черты характера, достойные уважения, - и, справедливости ради, не стоит забывать, что многое из этого они тоже получили из кровной семьи.

