

*Ten list pochodzi z książki "Normalité Adoptive" Johanne Lemieux.
Autorka proponuje przepisanie i zaadaptowanie go do sytuacji dziecka i
wysłanie do dziadków i innych członków rodziny.
Tłumaczenie z języka francuskiego Joanna Matuszczak-Delaroche. Niech
się niesie!!*

Dzień dobry Dziadziu, dzień dobry Babciu,

Mam na imię _____. Mam ____ miesięcy i aktualnie
mieszkam w _____. Jeszcze się nie znamy ale wiem, że
słyszycie o mnie od bardzo dawna. Cierpieliście patrząc jak
moi przyszli mama i tata mnie tak długo wyczekiwali.
Myśleliście, że pojawię się w waszym życiu przez narodziny i
ze będziemy mieć biologiczne pokrewieństwo. Teraz wiecie,
że przybędę adoptowany i ze będziemy połączeni sercem i
duszą.

Jak możecie sobie wyobrazić, przeżyłem już, mimo mojego
wieku całą historię. Gdyby moje życie było łatwe i normalne,
nie potrzebowałbym, żeby znaleziono dla mnie nową rodzinę
na drugim końcu świata. I właśnie dlatego, że tyle
przeszedłem, chciałbym żeby wszystko poszło jak najlepiej
kiedy wkroczę do życia moich nowych rodziców i do
Waszego życia.

Jedna rzecz jest pewna : moi nowi rodzice będą Was
potrzebować przed, w czasie i po moim przybyciu, bo rola
której będą się musieli nauczyć jest dla nich całkiem nowa.
Ja będę Was potrzebował przez resztę mojego życia, ale nie
przez kilka pierwszych miesięcy... wiem, że to dziwne.

Adopcja to coś całkiem innego niż narodziny. Pozwólcie mi wytłumaczyć dlaczego.

W kontekście narodzin, dziecko nie miało jeszcze negatywnych doświadczeń zanim poznało swoich rodziców. Zna poprzez zmysły swoją mamę biologiczną, później pozna tatę, później Was, powoli krok po kroku. Nie przyszłoby Wam do głowy, żeby zmusić mamę, żeby przestała podawać pierś albo cały czas zastępować tatę kiedy podaję butelkę. Wiecie, że przez kilka pierwszych miesięcy dziecko potrzebuje przede wszystkim opieki swoich rodziców, żeby się do nich solidnie przywiązać zanim solidnie przywiąże się do Was.

W konsekwencji wielu skomplikowanych wydarzeń, nie z mojej winy, ja nie miałem tej szansy, żeby zostać fizycznie, sensorycznie i emocjonalnie blisko mojej mamy i mojego taty. Zniknęli z mojego świata, pozostawiając mnie w wielkim niebezpieczeństwie z powodu fizycznego i emocjonalnego szoku, którego doświadczyłem z powodu tego zniknięcia. Tak, moje małe ciało pamięta jak się bałem i jaki byłem smutny, tak bardzo, że nie chciałem żyć... tak bardzo, że myślałem, że jestem niedobrym dzieckiem, dzieckiem bez wartości i bez znaczenia żeby tak nagle przestać mnie chronić. Byłem za mały żeby zrozumieć, że to zawsze problemy dorosłych powodują porzucenie, a nie wady samego dziecka. Jak będę większy, będę mógł zrozumieć, że nigdy ale to nigdy dziecko nie jest winne temu, że je porzucono. Poddano mnie ogromnej próbie, ale przeżyłem. Ponieważ tak, jestem ocalałym. Wiecie, dużo ludzkich dzieci pozwala sobie umrzeć kiedy są rozdzieleni z pierwszą

mamą. Ale nie ja! Ale nie wiedziałem, że to jeszcze nie koniec...

Następnie musiałem przeżyć miesiące (albo lata) w trudnych warunkach życiowych. Opiekunowie w domu dziecka nie mogli nigdy dać mi tego, czego potrzebowalem:

1. Nie jadłem wtedy, kiedy byłem głodny. Musiałem czekać z pustym brzuszkiem. Jakość jedzenia też nie zawsze była rewelacyjna. Mój zdrowie jest więc osłabione.
2. Nie zawsze mogłem być przebrany od razu jak załatwiłem się w pieluchę. Musiałem czekać z poparzoną pupą i niewygodą. To bezużytecznie stresowało mój organizm.
3. Nie byłem kołysany do snu i nikt nie śpiewał mi kołysanek. Musiałem sam się kołysać i usypiać z wyczerpania zamiast spokojnie.
4. Nie byłem głaskany, komplementowany, łaskotany, nie zachęcano mnie do mówienia, do poruszania się, do chodzenia. Dużo się nudziłem. Byłem sam w łóżeczku przez dużą część dnia. Mój mózg nie dostał pokarmu dla zmysłów, uczuć i funkcji poznawczych - niezbędnego, żeby moje neurony łączyły się szybko ze sobą. Mój mózg zaczął rozwijać się z opóźnieniem.
5. Nie leczono mnie od razu jak cierplalem z powodu kolki, bólów, infekcji czy krostek jak leczy się wszystkie małe dzieci. Musiałem sobie radzić sam, cierpieć w ciszy albo płakać do wyczerpania albo kiedy sen przynosił mi tymczasową ulgę.
6. Ponieważ nikt mnie wystarczająco nie chronił, Musiałem nadużywać moich emocji niezbędnych do przeżycia

(złość, smutek, strach), co źle wpłynęło na rozwój innych funkcji mojego mózgu, które nam pokazują że życie jest piękne (radość, chęć, przyjemność)!

7. Nie czułem się kompetentny, ponieważ kiedy płakałem, nikt nie odpowiadał, kiedy chciałem wchodzić w interakcje z innymi, nikt nie przychodził się mną zająć. Czułem się niewidzialny. Moje poczucie własnej wartości jest więc słabe. Nie jestem pewien, czy mam własne miejsce na tym świecie.
8. Nie rozwinąłem mowy, ponieważ nikt nie poświęcił wystarczająco dużo czasu, żeby do mnie mówić, żeby nauczyć mnie nazw przedmiotów, albo żeby opisać co czuję nazywając moje emocje.
9. Nie patrzono mi w oczy z miłością, podziwem, czułością i fascynacją. Nie nauczyłem się więc dobrze odczytywać ekspresji z twarzy innych.

Opisując to nie chcę, żebyście czuli dla mnie litość. To co mi się zdarzyło jest smutne i niesprawiedliwe, ale nie chcę być widziany jako ofiara. Chciałbym być postrzegany jako ten co ocalał i który ma mnóstwo zasobów. Chciałbym, żeby patrzono ze zrozumieniem na pracę, która muszę wykonać, żeby w końcu lepiej się rozwinąć i mieć szczęśliwe życie. Jestem odporny, ale to nie wystarczy. Będę potrzebował moich rodziców i Was. Chciałbym, żebyście zostali moimi podporami odporności. Tak jak dajemy podporę słonecznikowy, żeby rósł wysoko do słońca, będziecie moimi podporami do piękna i zdrowia.

Wasze współczucie powinno się kierować głównie ku temu,

że aż do teraz nigdy nie byłem dla nikogo cenny, ważny i wyjątkowy... to będzie najboleśniejse zranienie, które będę musiał uleczyć. Ważniejsze niż niedożywienie czy zaniedbanie. Byłem częścią grupy dzieci, nie byłem jedyny. Było za dużo opiekunów, za dużo zmieniających się ludzi w moim życiu. Nigdy nie czułem się specjalny, piękny, interesujący ani kochany bo wyglądało na to, że nikt nie chciał pozostać przy mnie.

Wielu dorosłych się mną zajmowało, ale bez przywiązania się do mnie i ja też się do nich nie przywiązałem. Musicie wiedzieć, że przywiązanie nie ma nic wspólnego z miłością. Przywiązanie to silna więź, bezwarunkowa stała więź bezpieczeństwa, zaufania i przekonania, że jest się na tyle wyjątkowym, że ten ktoś nigdy nas nie opuści. Kiedy dziecko wytwarza bezpieczną więź przywiązania ze swoim rodzicem, wie że ten rodzic nigdy go nie zostawi, zawsze zaspokoi jego potrzeby i zawsze go obroni przed niebezpieczeństwem. Miłość przychodzi do serca i duszy dziecka po przywiązaniu, jak wisienka na cieście.

Mnie nauczono, że jestem mały, słaby, zależny i że potrzebuję do przeżycia dorosłego... jakiegokolwiek dorosłego. To co będzie najtrudniejsze i najważniejsze dla mojej przyszłości, to nauczyć się ufać i czuć się bezpiecznie przy moim nowym tacie i nowej mamie. Najtrudniejsze będzie najpierw stworzyć z nimi nić przywiązania solidną i permanentną, kiedy do tego momentu wszystkie inne, które mam były słabe i zostały zerwane. Cała moja istota będzie się bała na początku, że oni też znikną, że nie zrozumieją

moich potrzeb, że nie odpowiedzą na nie szybko, ciepło i przewidywalnie, że oni też mnie nie będą spostrzegać jako kogoś wyjątkowego, jedyne, zasługującego na miłość i na poświęcenie. Jak mogłoby być inaczej? Nauczyłem się być odważny, adaptować się i dostosowywać, ale nie nauczyłem się przywiązywać...

Minie trochę czasu zanim będę mógł się upewnić, odzyskać siły, przywiązać się i zaufać im. Do tego niezbędne będzie, żeby tylko oni i tylko oni sami odpowiadali za zaspokojenie moich potrzeb związanych z przeżyciem - mnie karmili, dawali mi pić, mnie pocieszali i mnie leczyli - przez pierwsze miesiące, zanim sam się przekonam że to jest prawdziwe, możliwe, rzeczywiste i cudowne. Ten etap jest mi niezbędny, żebym zrozumiał, że naprawdę mogę na nich polegać i że wygląda na to, że naprawdę lubią się mną zajmować. Ponieważ przywiązanie tworzy się kiedy dziecko cierpi, a rodzic łagodzi to cierpienie. I to musi się powtórzyć tysiące razy zanim wdrukuje się w moim mózgu na zawsze.

Jak już będę im ufać, kiedy odczuję te dwa połączenia, będę mógł zawierzyć moje życie, mój zdrowie i moje bezpieczeństwo moim nowym rodzicom. Będę w końcu zdolny do stworzenia nowych więzi z Wami, moimi dziadkami à później ze wszystkimi członkami mojej nowej rodziny.

Wiem, że to o co proszę jest trudne i inne od Waszych oczekiwań. Wiem, że inaczej przeżywalicie pojawienie się reszty Waszych wnuków. Wiem, że to trudne, że nie możecie

od razu mnie tulić i rozpieszczać. To będzie od Was wymagać dużego poświęcenia. Będziecie musieli odłożyć Wasze potrzeby (tak bardzo słuszne potrzeby!) Na jakiś czas... ale żeby później zacząć w jeszcze lepszy sposób - obiecuję Wam!

Najlepszy sposób, żeby mnie przyjąć, żeby zacząć mnie kochać to uszanować fizyczny i uczuciowy kokon, który mama i tata mi przygotowują. Im lepiej będę potrafił stworzyć tę więź z nimi, tym łatwiej będę wiedział jak to zrobić z Wami. To za trudne dla mnie - stworzyć cztery, pięć czy sześć różnych więzi w tym samym czasie. To tak przypomina to, co znam sprzed adopcji, że będę dalej tworzyć więzi powierzchowne, czysto użytkowe przez resztę mojego życia.

Istnieje jeszcze większe i realne ryzyko. Z Waszymi latami doświadczenia jako rodzice, potraficie bardzo dobrze mnie wyciszyć, nakarmić, dać mi pić. Będziecie potrafili sobie poradzić ze mną lepiej niż moi nowi rodzice, którzy są jeszcze w trakcie nauki, zestresowani i wahający się, jak wszyscy nowi rodzice. Jeśli zajmiecie za dużo miejsca na początku, zaspakajając moje podstawowe potrzeby, istnieje ryzyko, że będę się czuł bardziej bezpieczny w Waszych ramionach niż w ramionach mojej mamy i mojego taty. Możliwe, że stworzę solidniejszą więź przywiązania z Wami niż z moimi rodzicami. Ale ponieważ Wy nie zawsze będziecie obok, będę czuł się porzucony za każdym razem kiedy będziecie odjeżdżać po wizycie! I przez to nie będę chciał moich nowych rodziców, stworzę z nimi więzi użytkowe, takie same jak z resztą moich opiekunów i nic

więcej.

Wyobraźcie sobie ten katastroficzny scenariusz : przy najlepszych intencjach na świecie, przy Waszej chęci, żeby mnie poznać, mnie kochać, opiekować się mną, moglibyście sabotować więź przywiązania z moimi rodzicami i przysporzyć mi cierpienia przy każdym Waszym odejściu!

Wiem, że to ostatnia rzecz, jakiej chcecie.

Więc jak możecie mi być pomocni? Jak możecie być babcią i dziadkiem od mojego przybycia? Opiekując się moimi rodzicami!!

- Pomagając im konkretnie : obiady, zakupy, pomoc w sprzątaniu, etc.
- Proponując im, że ich wysłuchacie, bez osądzania, mówiąc im, że to normalne żeby dobrze chcieć i czasem ponosić porażki. Nieważne czy urodziliście czy adoptowaliście swoje dzieci - Wy też przez to przechodziliście!
- Szanując naszą całkowitą intymność przez pierwsze dni. Później wpadając na krótkie wizyty, później bawiąc się ze mną, ale na razie nie zaspakajając moich potrzeb jak zajmować się mną, karmić, kołysać czy pilnować. Będę się Wam powoli powalał oswajać, trochę jak Mały Książę i jego Lis, ale nie licząc na Was jeśli chodzi o moje przetrwanie, przynajmniej na razie.
- Dowiadując się jak się mają moi rodzice
- Doksztalcając się w temacie adopcji
- Później, kilka miesięcy po adopcji, kiedy mama i tata

zaobserwują wystarczająco dużo oznak przywiązania, oni też będą potrzebować wytchnienia. HURA!! To właśnie WTEDY będzie ten moment, żeby zacząć się do Was przywiązywać. Będziecie mogli zacząć mnie pilnować najpierw 30mn, później godzinę, później dwie, będziecie mogli w końcu mnie kołysać, karmić, łaskotać, śpiewać mi kołysanki, bawić się ze mną, kłaść mnie spać i mnie pocieszać.

Wiecie, żebyrosnąć piękny i zdrowy, żeby nauczyć się kochać mnie samego, będę potrzebował Was i całej rodziny. Nie od razu, trochę później, ale już na zawsze.

Dajcie mi najpierw trochę czasu, żeby naprawić moje zranione przywiązanie z moimi rodzicami. Czekaliście na mnie kilka lat. Czy to naprawdę tak dużo poprosić Was, żebyście jeszcze zaczekali trzy czy cztery miesiące? Nasza więź będzie jeszcze piękniejsza, jeszcze silniejsza i jeszcze bardziej pomocna dla Was i dla mnie.

Dziękuję Wam, bo wiem, że teraz lepiej rozumiecie.

Liczę na Wasze doświadczenie i Waszą mądrość, żebyście wspierali moich rodziców w ich nowej roli.

Czekam z niecierpliwością, żeby Was poznać! Podobno kiedy jesteśmy gotowi, posiadanie dziadków, którzy nas kochają i rozpieszczają jest rzeczą wyjątkową, jedyną i wspaniałą!

_____, Wasz Wnuk

