

## СТРЕСЪТ ПРИ ОСИНОВЕНИТЕ ДЕЦА – ФАКТОРИ И СТРАТЕГИИ ЗА СПРАВЯНЕ

Красимира Байчинска\*, Теодора Танева

*Обществената нагласа към осиновяването както в България, така и в повечето страни по света, до скоро бе изключително позитивна. Осиновяването се възприема от обществото преди всичко през призмата на мита за „спасението“ за всички участници в него. Последните изследвания в областта на осиновяването фокусират върху причините, поради които нерядко това „спасение“ се оказва проблематично. Целта на настоящата статия е да разгледа преживяването на стрес и загубите в живота на осиновените деца. Разгледани са някои фактори, влияещи върху преживяването на стреса, като възрастта на детето, взаимоотношенията родител–дете, различните начини, по които осиновеното дете осмисля и интегрира в живота си своето осиновяване. Представени са също разнообразните стратегии за справяне със стреса от осиновяването.*

### Увод

Идеята, че осиновяването е стресово преживяване противоречи на множество обществено разпространени митове и стереотипи, свързвани с тази специфична семейна ситуация. Осиновяването масово се възприема като най-добрия изход от стреса за трите страни, въввлечени в триъгълника на осиновяването – стресът, асоцииран с 1) нежеланата бременност от страна на биологичните родители, 2) невъзможността да имаш свое собствено биологично дете от страна на осиновителите, 3) състоянието на бездомност и базисна несигурност при осиновените деца. Все още много от въввлечените в триъгълника на осиновяването вярват, че с осиновяването на детето проблемите се решават изцяло и всички заживяват щастливо. Въпреки че голяма част от осиновените деца и техните родители се приспособяват много

---

\* Ст.н.с. II ст. д-р Красимира Байчинска – Институт по психология при БАН.  
Адрес за контакти: [krassy@cl.bas.bg](mailto:krassy@cl.bas.bg)

успешно, значителен процент от тях преживяват силен стрес в периода след осиновяването (Lifton, 1979; Sorosky, Baran & Pannor, 1978).

Осиновеното дете често е проблемно дете. Статистиката показва висок процент на психологични и академични проблеми при осиновените деца, поради което изследователите в областта на осиновяването поставят въпроса за причините на тази уязвимост. Професионалистите в сферата на менталното здраве предлагат различни теоретични обяснения. Психоналитичите фокусират вниманието си върху онези аспекти на осиновяването, които усложняват справянето със загубата на обекта, разрешаването на едиповата криза и формирането на здрава и стабилна его идентичност (Brinich, 1980; Brodzinsky, 1987; Nickmann, 1985; Sants, 1964; Shechter, 1960; Sorosky, Baran & Pannor, 1975). Теорията на Kirk (1964) за социалните роли търси връзката между проблемите у осиновените и неспособността на техните осиновители да се справят ефективно с различните „ролеви осакатявания“, присъщи на живота на семейството с осиновено дете (Brodzinsky, 1987). Обяснение се предлага и в рамките на когнитивно-развитийните фактори като компоненти на процеса на приспособяване към осиновяването, най-вече относно осъзнатостта и разбирането на детето какво всъщност е осиновяването. Въпреки теоретичните различия в гореспоменатите парадигми, общото за всички тях е признаването, че осиновяването се преживява като *стресово* от много деца и техните родители. Справянето със стреса може да бъде както успешно, така и неуспешно.

Целта на настоящата статия е 1) да разгледа преживяването на стрес, което осиновяването провокира в децата, 2) да проследи различните фактори, които влияят върху този стрес 3) да представи някои стратегии за справяне със стреса, които тези деца използват.

### **Модел за обяснение на стреса**

Концепцията за стреса е обект на много противоречиви дискусии, в резултат на които дефинициите за стрес са най-разнообразни. Първоначално стресът се разглежда като предизвикан от определени стресори (Holmes & Rahe, 1967). В този контекст стресът се провокира от онези събития от средата, които водят до нежелани последствия за индивида (природни бедствия, войни, смърт, развод). Според Лазарус и Фолкман този подход е твърде ограничен, тъй като не отчита влиянието на индивидуалните характеристики в уязвимостта към такива ситуации, а също приравнява стресорите със значими житейски събития и пренебрегва хроничните стресори (Lazarus & Folkman, 1984). Ежедневните неприятности, които също са дразнителни, провокират дистрес у много хора и са пряко свързани с адаптацията и здравето (DeLongis, Coyne, Dakof, Folkman & Lazarus, 1982; Lazarus & Folkman, 1984).

По-различен е подходът, който дефинира стреса през призмата на биологията и медицината и се фокусира върху реакциите на стрес (Selye, 1950; 1976). От тази перспектива дадено нещо е стресово, ако то води до определена физиологична реакция (сърцебиене, учестено дишане, увеличаване нивото на кортикостероидите и т.н.). Според Лазарус и Фолкман тази парадигма