

ТАЙНЫ,
ОТКРЫТИЯ

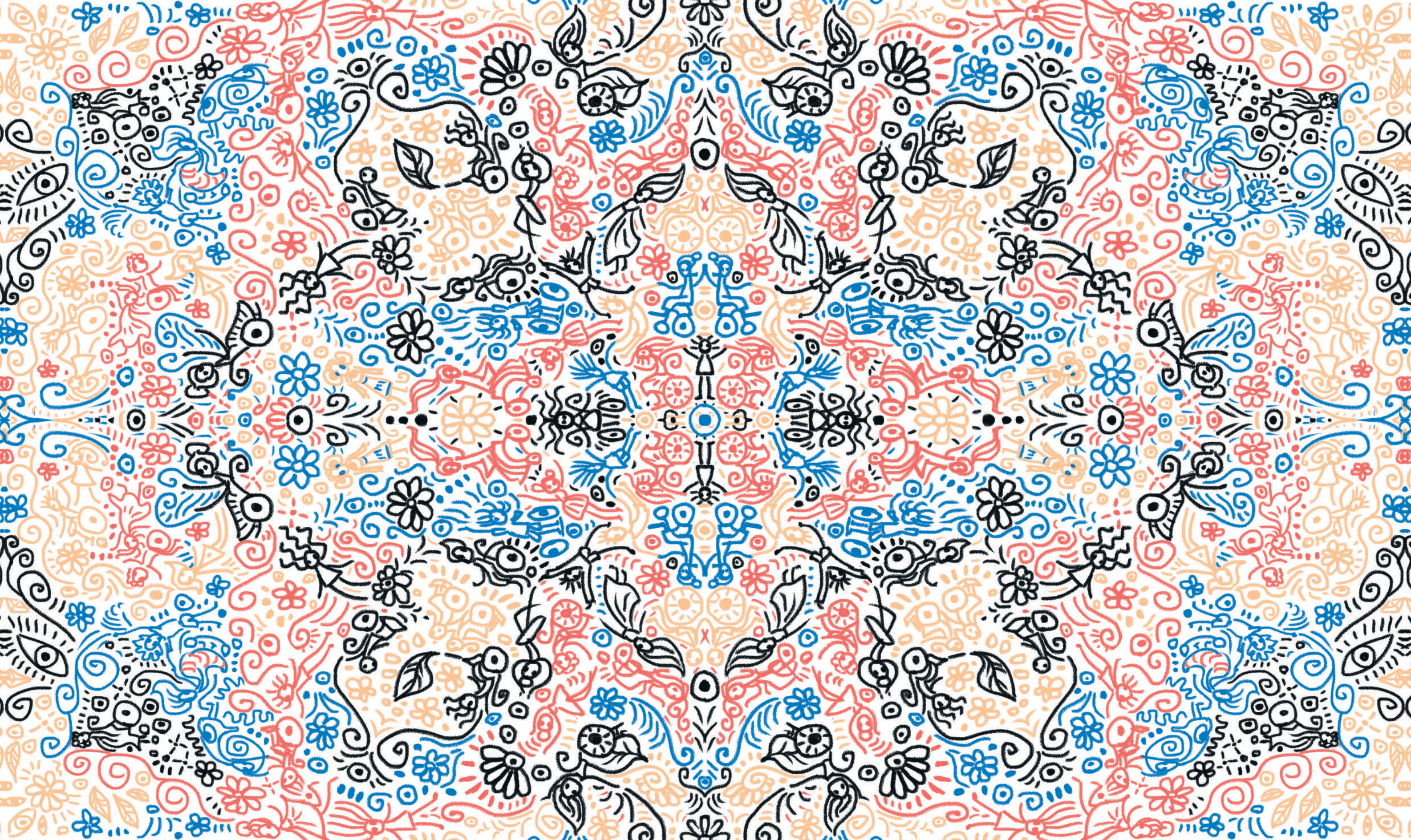
И ВЕРА В СЕБЯ

DREAM

Истории
молодых людей
с особенностями
здоровья

70 ЛЕТ
ФОНД
ТИМЧЕНКО

альпина
ПАБЛИШЕР



ТАЙНЫ,
ОТКРЫТИЯ

И ВЕРА В СЕБЯ

Истории молодых людей
с особенностями
здоровья

 альпина
ПАБЛИШЕР

 70 ЛЕТ
ФОНД
ТИМЧЕНКО

МОСКВА / 2021

УДК 347.633
ББК 74.90
Т 12

Автор идеи конкурса дневников приёмных семей
«Наши истории» и книг на их основе — Эльвира Гарифуллина.
Автор текстов и интервью, редактор — Катерина Печуричко.
В работе над книгой принимали участие: Эльвира Гарифуллина,
Татьяна Иноземцева, Ирина Калистратова, Мария Морозова,
Марина Нестерова, Елена Озерова, Ирина Филиппова.

Т 12
ISBN 978-5-907394-48-3

Тайны, открытия и вера в себя : Истории молодых людей с особенностями здоровья / Благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко. — М.: Интеллектуальная Литература, 2021. — 88 с.

Книга «Тайны, открытия и вера в себя» — это истории о молодых людях с особенностями здоровья. Пятеро героев книги выросли в приёмных семьях, одна из героинь — в кровной семье. В книге юноши и девушки делятся наблюдениями о жизни, рассказывают о своих трудностях, связанных со здоровьем, адаптацией в приёмных семьях и в социуме, общением со сверстниками, взрослением. Выдержки из дневников и интервью, персональные лайфхаки, ободряющие примеры и оптимизм героев поможет читателю не только увидеть мир глазами молодых людей, но и получить надежду и почувствовать веру в свои силы. Книга издана по итогам третьего Всероссийского конкурса дневников приёмных семей «Наши истории», организованного Фондом Тимченко, и адресована прежде всего молодым людям и подросткам, которым нужны поддержка и дружеский совет, а также специалистам сферы защиты детства.

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ, для частного или публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав. Книга доступна для бесплатного скачивания на сайте Фонда Тимченко www.timchenkofoundation.org. По вопросу организации доступа к электронной версии книги обращайтесь по адресу inform@timchenkofoundation.org

УДК 347.633
ББК 74.90

ISBN 978-5-907394-48-3

© Благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко, 2021
© Оформление. ООО «Интеллектуальная Литература», 2021

Руководитель проекта А. Марченкова
Арт-директор М. Грошева
Корректор Е. Тимошкина, Н. Казакова
Оформление форзаца О. Недостойная
В оформлении нахзаца использован рисунок И. Чернойвана

Подписано в печать 23.04.2021. Формат 84×108/16.

Бумага офсетная. Печать офсетная.

Тираж 1000 экз.

16+

Содержание

<i>Введение</i>	5
<i>Глава 1</i>	КАК ЦВЕТЁТ САКУРА	6
<i>Глава 2</i>	ТАЙНА, КОТОРУЮ ХОЧЕТСЯ РАСКРЫТЬ	20
<i>Глава 3</i>	СЧАСТЬЕ ПОД СЕРДЦЕМ	32
<i>Глава 4</i>	НАУЧИТЬСЯ ЖИТЬ С ЛЮДЬМИ	46
<i>Глава 5</i>	СПРАВЛЯЮСЬ САМА	58
<i>Глава 6</i>	НЕ ВСЁ БУДЕТ, КАК ТЫ ХОЧЕШЬ	70
<i>Глава 7</i>	МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ	80



ВВЕДЕНИЕ

Ксения Франк, председатель Наблюдательного совета
Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко

Герои этой книги — молодые люди с особенностями здоровья. Они такие же, как вы, — учатся, работают, мечтают, увлекаются, любят... Почти все они воспитываются в приёмных семьях, а некоторые уже выросли и теперь живут отдельно от родителей.

В 2017 году Фонд Тимченко провёл конкурс дневников приёмных семей «Наши истории», чтобы рассказать про жизнь особенных детей. В своих записях родители делились тем, как складывались их отношения с ребёнком, а дети рассказывали, как изменилась их жизнь в новой семье. Всего на конкурс было прислано 110 работ со всей страны.

В результате у нас получились две книжки — одна для приёмных родителей и специалистов, другая — для подростков и молодых людей.

В этой книге собраны отрывки из дневников участников конкурса, интервью, жизненные истории, советы, помогающие преодолевать трудности и не унывать. Редакция и эксперты Фонда Тимченко включили в неё практические рекомендации, чтобы помочь читателям сделать правильные шаги на пути к своей цели, найти поддержку наставников, определиться с будущим.

Все герои этой книги — очень смелые люди! Они готовы делиться своими переживаниями и опытом, пробовать новое. Знают, что даже в непростых обстоятельствах можно быть счастливым, и уже поняли, как важно никогда не опускать руки. Иногда они, как и все, боятся знакомиться с новыми людьми, открываться и сближаться, но всё же верят в любовь и дружбу.

Человека нельзя сводить к его диагнозу — эта мысль звучит в записках большинства авторов. Они хотят, чтобы окружающие видели в них личность.

Мы надеемся, что ребят, которые прочитают эту книгу, она вдохновит на поиск своего пути. А нам, взрослым, поможет стать терпимее и мудрее. Лично мне, как маме двоих детей, эти истории помогли понять, как важно слушать и слышать голос ребенка, насколько зрелым и разумным может быть его мнение.



Как цветёт сакура

Татьяна Полушина попала в приёмную семью из интернатского ада. Но именно тяжёлый опыт научил её ценить жизнь и всё, что в ней есть сейчас. В интернате у неё был диагноз «глубокая умственная отсталость», а сейчас Татьяна изучает в университете два иностранных языка и читает роман «Игра престолов» на языке оригинала.



с т р а х



Читать полный текст дневника
Татьяны Полушиной на сайте
конкурса «Наши истории».

2017 год

ИЗ ДНЕВНИКА ТАТЬЯНЫ ПОЛУШИНОЙ, Г. ЙОШКАР-ОЛА

ЖИЗНЬ В АДУ

Меня зовут Татьяна Полушина. Мне 16 лет. Несмотря на свой юный возраст, я видела в жизни достаточно много. Родилась с диагнозом ДЦП тяжелой степени (не могла ни ползать, ни сидеть, ни стоять). Когда мне было три года, наших настоящих родителей не стало. Я попала в коррекционный детский дом-интернат (для детей с нарушением интеллекта). Это место можно назвать адом. В комнате всегда горел свет, даже ночью. Я спала на сломанной кровати и падала с неё. В итоге я спала на пыльном полу, а если не могла уснуть, то рассматривала паутину в углах комнаты. Я была очень худая, просто от того, что еду уносили, когда я даже не успевала начать её есть. Бывало и так, что нас били, наказывали и просто загоняли в угол. Санитарки нас называли тупыми мразями; тогда я не знала, что означает это словосочетание, и мне казалось, что такое отношение — норма.

БАБУШКИ, ДЕДУШКИ И ЛЮБОВЬ С БОЛЬЮ

Несколько раз в год меня забирала моя прабабушка. Когда я была у неё, она рассказывала мне разные истории, играла со мной, говорила, ухаживала и дарила любовь. Она вложила в меня самое лучшее. За это я благодарна ей. Говорят, что мы с ней похожи, и если это так, то я горжусь этим! Я со слезами на глазах, воплем в горле возвращалась в детдом. Ко мне приходило осознание того, что меня опять будут пичкать таблетками, бить, унижать.

Я не умела молиться, тогда я просто желала быть счастливой. И вот оно — счастье! Меня забрали мои дальние родственники. Лебедев Григорий Николаевич — мой двоюродный дедушка, а Лебедева Светлана Семёновна — его жена. Сейчас они для меня мама и папа. Забрали они меня, конечно, не без труда, их отговаривали, говорили, что они не справятся. Однако они не сдавались. И когда меня забрали, я узнала, что счастье существует. Эта была моя первая ступенька наверх. Они спасли меня.

РОК-КОНЦЕРТЫ, АНИМЕ И ДОСТОЕВСКИЙ

Я окончила музыкальную школу по отделению «эстрадный вокал», очень люблю петь, часто выступаю на городских конкурсах и концертах. Поскольку я самостоятельно ходить не могу, меня сопровождает мама. И на рок-концерты, и в кино, и по магазинам (особенно любим книжные магазины). Это одна из моих творческих ступеней. Я ездила на рок-концерт любимого американского певца, и теперь, когда пересматриваю видео с этого концерта, то слышу свой визг и помню, как сорвала голос. Также увлекаюсь аниме. Два раза была на аниме-фестивале в Нижнем Новгороде, получала спецпризы от жюри. Люблю классическую литературу, особенно Достоевского, потому что он, как никто другой, понимает нравственные страдания человека. Я понимаю, что чувствуют герои его романов.

сентябрь 2020

ИЗ ИНТЕРВЬЮ: «ХОЧЕТСЯ, ЧТОБ У ТЕБЯ БЫЛ ХОТЬ КТО-ТО, КОМУ ТЫ НУЖЕН»

В 2019 году Татьяна поступила в Марийский университет на факультет лингвистики. Она станет переводчиком с английского и французского, хотя надеялась, что второй язык у нее будет немецкий. Но раз этого не случилось, она решила, что выучит его сама. Сейчас Таня учится на втором курсе, и учёба её вдохновляет: во-первых, можно так много узнать о мире и других культурах, а во-вторых, много общаться с людьми — это одно из любимых занятий Тани.

» В детском доме у меня был диагноз «глубокая умственная отсталость», а сейчас я читаю «Игру престолов» на языке оригинала и пересказываю этот роман на зачёте в университете

» Наверное, когда я была ребёнком, в интернате не особо разбирались, кому какой диагноз ставить. У меня тогда были проблемы с речью — со мной просто никто не разговаривал, и речь не развивалась. Диагноз, конечно, был не обоснован

» Поначалу у меня была злость на интернат, но со временем я поняла, что если бы не то, через что я прошла, я бы не сумела оценить того, что сейчас есть. Если у тебя не было страданий, ты не поймёшь своего счастья — я придерживаюсь такой философии

» Я люблю общаться с людьми, в общении ты открываешь целый мир. У меня всегда была такая цель — больше познать и узнать

» Мне повезло, так получилось, что в нашей группе в институте двое инвалидов на коляске — я и ещё один человек, — и из-за этого у нас занятия всегда на первом этаже и в одной аудитории. А параллельная группа ходит на четвёртый этаж, например. Так что у нас группа с привилегиями. Мы нашей группе нужны (смеётся)

» Мне бы не хотелось, чтоб меня сводили к моему диагнозу

» Другие люди с ОВЗ, бывает, закрываются в себе и отказываются контактировать с окружающим миром. А мои родители всегда меня подталкивали к тому, чтобы я общалась, заводила новые знакомства

» На фестивали аниме и на рок-концерты я ездила с родителями, потому что не могу передвигаться без поддержки. Это был восторг — узнать, что мои уже немолодые родители готовы открывать этот мир не только для меня, но и для себя. Например, мама познакомилась на концерте с группой «Ария»

» Я понимаю сейчас, что я чего-то стою, у меня много возможностей, у меня есть семья, и я действительно счастливый человек

» Мне никогда не было стрёмно рассказывать, каким было моё детство в интернате. Это часть меня, и если люди хотят меня узнать, они должны узнать эту историю

» Я собой не восхищаюсь. То, что я проживаю, — для меня естественно

» Успех для меня — это внутреннее ощущение

» Я не согласна делить людей на сильных и слабых. Мне кажется, от самого человека зависит, в каждый момент времени, как он поступит. От осознания, кто ты такой сейчас. И только ты решаешь, как реагировать на то, что происходит вокруг тебя

» Обычно нам легче все свалить на других и на обстоятельства. Мы сами не хотим признавать, что всё зависит от нас. Нам кажется, что мы и так не очень. А если признаем, что всё зависит от нас, в том числе наши ошибки, то значит, станем ещё хуже. Мало кто этого хочет



» Ошибки и провалы — это не причина себя гнобить, это повод работать над собой »

» Мне кажется, семья нужна всем. Не обязательно та, в которой ты родился, — ведь её мы не выбираем »

» Хочется, чтоб у тебя был хоть кто-то, кому ты нужен. Нужен просто так. Просто потому, что ты есть »

» Общество должно знать, что происходит в детских домах и интернатах за закрытыми дверями. Иначе там ничего не изменится. Система не заинтересована в том, чтобы её делали прозрачной и открытой »

» Я мечтаю посетить несколько стран — список у меня пока небольшой. Это Германия, Чехия, Норвегия. Япония — давняя мечта, японской культурой интересуюсь с десяти лет, и ещё хочу посмотреть своими глазами, как цветёт сакура

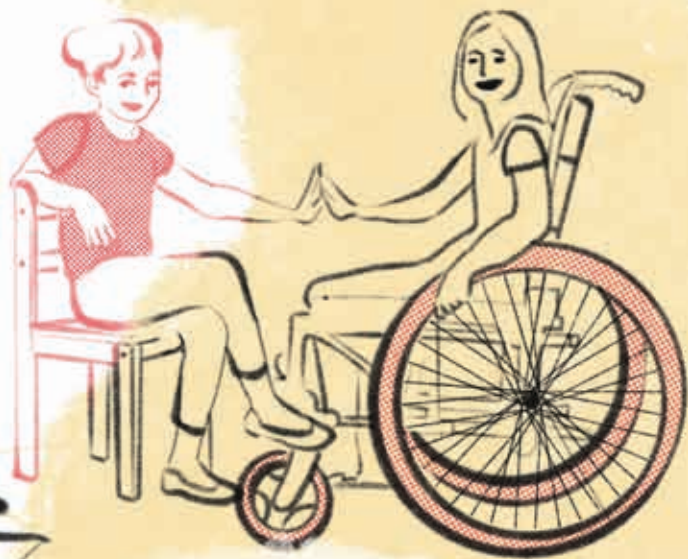
» В глубине души я понимаю, что у меня есть трудности с адаптацией в этом мире, в целом. Я не очень адаптирована даже к моему городу, к Йошкар-Оле. Без помощи мне никуда. Как я буду жить, когда не станет родителей? Эту проблему надо будет решать. Но сейчас даже думать об этом не хочу

» Образование даст мне почувствовать себя более устойчиво, потому что у меня будет профессия, хорошая работа. У меня есть требования к месту проживания, к среде, и, конечно, мне нужен хороший заработок

ЛАЙФХАКИ ОТ ТАТЬЯНЫ



Чтобы чего-то добиться, надо быть сильным человеком. Сильным духом. Не таким, который идёт напролом, а тем, кто способен встать, если он упал. Не валяться и не саморазрушаться.




Если люди с особенностями здоровья не будут пытаться наладить контакты со здоровыми людьми, не будут настаивать на том, что мы — такая же норма, как и вы, то наша социализация не будет успешной.




Желание пожалеть себя и понять понятно. Но не стоит превращать его в единственный способ решения своих проблем.

Я — грустная
рыба-капля



В трудные времена не надо отказываться принимать поддержку и советы.

Любые удачи и неудачи — это опыт. В любом случае случится что-то хорошее.



Почему бы не радоваться жизни? В жизни же всё хорошо, правда!

КАК НЕ БЫТЬ ПРЕДВЗЯТЫМ К ЧЕЛОВЕКУ НА КОЛЯСКЕ

знает Ксения Мальцева, подруга Татьяны

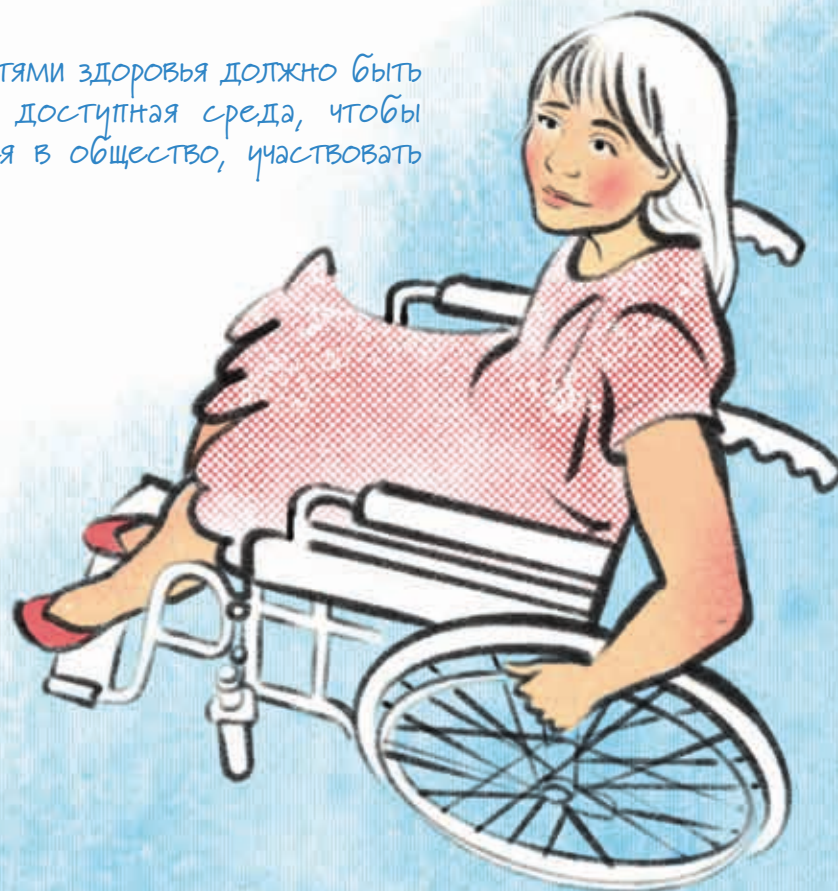
» Мы с Таней узнали друг друга около 4–5 лет назад на дне рождения общей знакомой. Таня много знает, и нам просто было интересно разговаривать, сразу нашлись общие темы ☞

» У нас всегда приятное времяпровождение. Мы любим готовить вместе. Любим долго разговаривать. Смотрим кино и потом обсуждаем его ☞

» Таня — очень хороший друг. Она понимает, поддерживает, может дать совет. Мы с ней обсуждаем всё что угодно, любую тему. Это человек, которому можно доверять ☞

❖ К сожалению, у людей всё ещё встречается предвзятое отношение к человеку в коляске. Это обидно, ведь он ничего никому не сделал, а ему могут сказать что-то плохое. Нужно воспринимать каждого прежде всего как личность, и тогда вы увидите, что это такой же человек, как остальные, а может, и ещё интереснее ❖

❖ У людей с особенностями здоровья должно быть больше возможностей, доступная среда, чтобы им было легче вливаться в общество, участвовать в жизни ❖





Тайна, которую хочется раскрыть



Настоящее имя 16-летней Ати, её город и другие детали о ней мы не можем раскрыть. У Ати ВИЧ — вирус иммунодефицита человека. Атя заразилась ещё новорождённой, от своей кровной мамы. О своём диагнозе она не может никому рассказать, потому что знает, как реагируют окружающие на людей с ВИЧ — обычно со страхом и негативом. Жить с такой тайной очень трудно.



Читать полный текст дневника Али
на сайте конкурса «Наши истории».

сентябрь 2017

ИЗ ДНЕВНИКА АЛИ

Август, 11-е число 2011 года. Мама умерла.

Мы остались одни. Нет никого: ни мамы, ни папы. Мне казалось, что жизнь остановилась. Я, девятилетняя девочка, моя сестрёнка шести лет и мой страшный диагноз.

Я, конечно, раньше не понимала всей серьёзности своей болезни. Но когда мои подруги бегали, прыгали, резвились, я только сидела и грустно наблюдала за ними. Я не могла играть: у меня была сильная слабость, я быстро уставала. Теперь я знаю, почему было так. Мама просто не лечила меня и выбрасывала лекарства. Нужно было соблюдать очень строгий график приёма, а ей было некогда.

Я сидела у окна и мечтала о фее, какой-нибудь волшебнице, которая меня вылечит или сделает так, чтобы я могла бегать, играть как полноценный ребёнок...

Нас забрали в детский дом, но здоровье моё и там было таким же. Выявился ещё один недуг. Я перестала расти, увеличилась печень.

Наступила весна. В комнату зашла воспитатель группы и сообщила, что нас хотят взять в семью. Я сначала испугалась, что заберут мою сестру, единственного родного человека, и останусь я одна со своей болезнью. Но случилось чудо. И вот мы все вместе едем в новый город и в новую семью.

Здесь началась моя новая жизнь с чистого листа. Моя новая мама помогла мне забыть все мои болячки.



«БОИШЬСЯ, ЧТО ВСЕ УЗНАЮТ И БУДУТ ПОКАЗЫВАТЬ ПАЛЬЦЕМ»

Але пока не удалось преодолеть этот страх

» Мне 16 лет. Я учусь в техникуме на ветеринара. Просто хочется помогать животным. Они же не могут пожаловаться или сказать, что у них болит. Поэтому я решила, что буду им помогать

» Я всегда приношу домой с улицы котят, щенков. Или кормлю на улице бездомных животных. Если беру их домой, то мы их откармливаем, подлечиваем, а потом пристраиваем в добрые руки, друзьям и знакомым

» Когда-то в детском доме я мечтала о волшебной фее, которая мне поможет. Тогда она казалась мне более реальной, чем новая мама. Я думала, что никогда не обрету семью. Потому что детей с моим диагнозом в семье брать опасаются

» Я знала, что у меня заболевание, которого вообще все боятся. И шарахаются от таких, как я

» ВИЧ был у моей кровной мамы, и он передался мне, когда она меня рожала

» Позже я спрашивала у своей приёмной мамы, страшно ли ей было брать меня в семью. Она сказала, что ни минуты не сомневалась

» Нас с сестрой приняли в семье как родных. Никогда не упоминали, что мы из детского дома. Сразу называли нас доченьками. Ничем не обделяли ☞

» Всё главное о своём заболевании я узнала уже от моей нынешней мамы. Она рассказывала, что не надо бояться за себя, что с этим можно жить. Что я абсолютно такой же ребёнок, как и все остальные ☞

» Я действительно такая же, как все, хоть и с некоторыми ограничениями. Не сказала бы, что они особо влияют на мою жизнь. Просто иногда приходится себя сдерживать ☞

» О моём диагнозе не знает никто, кроме мамы. Даже моя родная сестра. Даже другие дети в нашей семье. Вообще никто ☞

» Я же не знаю заранее, как мои знакомые отнесутся, если узнают, что у меня ВИЧ. Все разные, и каждый отреагирует по-своему. Могут плохо, а могут хорошо. Но как это узнать? Подростки вообще жестокие, потом будут гадости говорить — даже не за спиной, а прямо в лицо ☞

» Люди просто ничего не знают про ВИЧ, у них стереотипы в голове. Все боятся заразиться, но в быту заражений не бывает, это уже давно доказано наукой. Даже если мой друг выпьет из одного стакана со мной — с ним вообще ничего не будет ☞

» С тайной жить всё-таки трудно. Всё время боишься, что все узнают и будут показывать пальцем. Или перестанут общаться ☞

» Если сама не проболтаюсь, то никто не узнает. Поэтому нужно всё время помнить об этом, чтоб случайно себя не выдать ☞

» С одной стороны, жаль, что я не знакома ни с кем из ровесников, у которых тоже ВИЧ. Я бы хотела познакомиться, узнать, какие у них трудности, как они справляются. Но всё равно страшно — вдруг кто-то из них тоже проболтается. Поэтому мне спокойнее, когда я никому не рассказываю ☞

» Восхищаюсь теми, кто раскрыл свой диагноз, они по-настоящему смелые и не боятся ☞



▣ Я хотела бы, чтоб в обществе к нам не относились так дико. Не обсуждали, а поддерживали. Не показывали пальцами, не прекращали общаться ▣

▣ Чтобы отношение к людям с ВИЧ менялось, нужно больше об этом рассказывать, проводить специальные мероприятия, выставлять в соцсетях специальные ленты, которые маркируют важность проблемы. Рассказывать, что нам страшно признаться, потому что мы боимся реакции окружающих. И что мы нормальные — такие же, как вы ▣

▣ У меня пока нет парня. Но я, конечно, думала, как всё будет и как мне сказать о моей болезни, как он может отреагировать. Пока что я не знаю, как в этом признаваться. Когда придет время, посоветуюсь с мамой. Но в любом случае считаю, что рассказывать своему молодому человеку нужно обязательно ▣

▣ Когда я думаю о своей взрослой жизни, то представляю, что можно, наверное, найти такого же человека, с ВИЧ, или открыться кому-то. Если отношения будут по-настоящему доверительные и я буду уверена, что меня не предадут, то смогу рассказать ▣

▣ Тяжело, конечно, каждый раз остерегаться. Хочется и нормального общения, и доверять всем. Получается, что ты уже сомневаешься в каждом, когда начинаешь общаться, — а вдруг он узнает и предаст ▣

ЛАЙФХАКИ ОТ АЛИ

Вич не передаётся
через еду. Это МИФ!



Нужно всегда помнить, что мы не виноваты в нашем заболевании и мы такие же люди, как все остальные. Ничем не хуже.



Вич не передаётся
в бассейне. Это МИФ!

Приверженность лечению, точное соблюдение графика приёма лекарств — это очень важно. Никто не должен за этим следить, это наша собственная ответственность. Никогда-никогда не прерывайте лечение, от этого зависит ваша жизнь.





ВИЧ не приговор
для личной жизни!

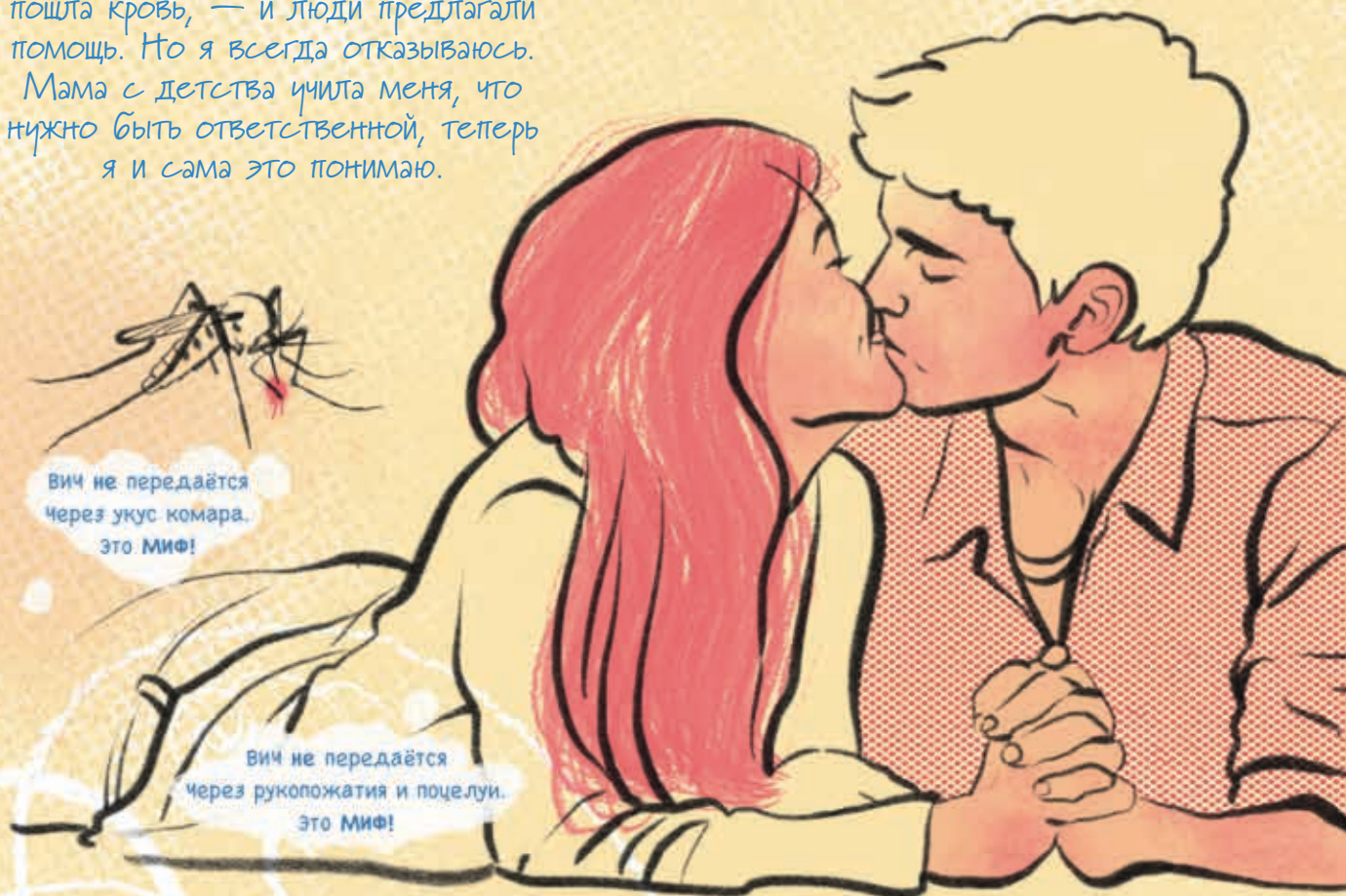


Мы должны быть ответственны перед другими, чтобы не передать им наше заболевание. У меня были ситуации, когда я порезалась или пошла кровь, — и люди предлагали помощь. Но я всегда отказываюсь. Мама с детства учила меня, что нужно быть ответственной, теперь я и сама это понимаю.

Не надо избегать людей, всем нужны друзья, и наше заболевание не повод от них отказываться. Даже если страшно.



ВИЧ не передаётся
через укус комара.
Это МИФ!



ВИЧ не передаётся
через рукопожатия и поцелуи.
Это МИФ!

ПОЧЕМУ У ДОЧЕРИ ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО

знает приёмная мама Али

» Прежде чем взять в семью Алю, я много читала про ВИЧ в интернете, советовалась с медиками. Поняла, что заболевание не такое страшное, как всем кажется. Главное — соблюдать все назначения

» Аля — такой сильный человек, она все свои страхи переборола. В душе у неё разное бывает, но она себя не считает ущемлённой. Она самодостаточная девочка

» Упорство, стремление к жизни, настойчивость — это то, что помогает Але справляться. Если она поставит цель, то идёт к ней. Не получается перешагнуть — так переползёт

» Мы с ней много разговариваем о том, как ей жить с её заболеванием, как общаться с людьми. Всегда эти разговоры были, и вряд ли когда-то прекратятся. Она взрослеет, из детского возраста переходит в юношество, появляются новые вопросы. И мы продолжаем говорить и быть вместе, и дальше так пойдём. Руки опускать не будем

» Интерес к жизни у Али есть, устремления есть. Так что всё получится. И семья у неё будет, и я ещё внуков надеюсь понянчить

КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ В ЖИЗНИ

Советы от редакции

Учитесь чему-то, что вас увлекает. В интернете можно найти бесплатные онлайн-курсы по многим темам — от кулинарии и ремонта до музыки и физики.

Ведите блог на популярных платформах в интернете и соцсетях — можно записывать свои видеовыступления, писать тексты или делать подкасты (аудио). Рассказывайте о том, что вас волнует. О своей жизни, своих переживаниях и страхах, о своих надеждах и целях. Рассказывайте о своих друзьях, если они есть. О своих мечтах, если они есть. О том, как проходит ваш день, что вы за этот день сделали, о чём подумали, из-за чего расстроились, чему порадовались. Через блоги вы сможете найти новых друзей, получить поддержку от других людей, поделиться своим опытом и трудностями и узнать об опыте и трудностях других.



Счастье под сердцем



Будущих приёмных родителей Ярослава не испугал ни его диагноз — рак в четвёртой стадии, ни подростковый возраст. Оказавшись в семье в 13 лет, Ярик понял, что он не приспособлен к жизни и мало что умеет, но главное — узнал, что такое счастье, и ощутил, как важно чувствовать себя нужным.



Читать полный текст дневника
Ярослава Шугаипова на сайте
конкурса «Наши истории».

2017 год

ИЗ ДНЕВНИКА ЯРОСЛАВА ШУГАИПОВА, Г. БУГУЛЬМА, РЕСПУБЛИКА ТАТАРСТАН

ПЯТЬ ЛЕТ С БОЛЕЗНЬЮ, КОТОРОЙ БОЯТСЯ ВСЕ ВЗРОСЛЫЕ

Лет в шесть я очень сильно заболел. Из-за простуды, которую мама, видно, не лечила, воспалился лимфоузел на шее. Врачи просили маму отвезти меня в республиканскую больницу, но у неё не было возможности. Так прошло два года. Периодически я попадал в больницу, где лечили компрессами, уколами. Становилось легче, и меня выписывали, но опухоль на шее так и не проходила. Когда она стала совсем большой, мне было уже сложно дышать. На дорогу до Казани нам помогли собрать добрые люди. В больнице сказали, что ещё неделя и меня бы не стало. Приехать надо было намного раньше.

Диагноз, который мне поставили врачи, — лимфома Ходжкина четвёртой степени, по-простому — рак. На следующий день после приезда мне сделали операцию: удалили опухоль на шее. К тому моменту она была огромной. Сразу начался первый курс химиотерапии. После её окончания мы уехали домой. Дома я снова заболел. Меня положили в больницу. Маме, наверное, надоело со мной возиться, поэтому на второй курс химиотерапии меня отвезла работница соцзащиты.

В Казани «мамой» мне была мой лечащий врач Лилия Рафаэлевна, которая поддерживала меня всё время, разговаривала со мной, покупала игрушки, приносила сладости. С отделением гематологии у меня связано много хороших воспоминаний. Там работают люди с большим сердцем, благодаря которым я выжил. Всего в медицинских учреждениях я провел около пяти лет. После лечения меня отвезли в приют, там я пошел в первый класс.

ТАТУИРОВКА ПРО ГЛАВНОЕ СЧАСТЬЕ

Дальше был детский дом. По выходным меня водили в церковь. В то время я много думал, разговаривал с Богом: просил поддержки, мечтал, чтобы у меня были родители.

Если верить в свою мечту и очень ждать, то она обязательно исполнится. В 13 лет я нашел свою долгожданную семью. Был обычный осенний

день в детском доме. Я только вернулся с тренировки по теннису, меня позвали к директору. В кабинете директора сидела девушка. На выходных я познакомился со всей её семьей. Мы готовили обед, смотрели телевизор, разговаривали. Мне у них очень понравилось. Когда семья меня забрала во второй раз на выходные, мне предложили остаться. Я попросил время подумать. Как я был счастлив, не описать словами, но в то же время было очень страшно. Ещё на временном пребывании я понял и почувствовал, что именно они — моя семья. Я боялся, что может что-нибудь случиться, не получиться или сорваться... Я ни с кем не хотел этим счастьем делиться. Дату, когда меня забрали домой, я не забуду никогда. Это самый счастливый день в моей жизни! Я даже хотел сделать татуировку на теле, где написал бы: «Счастье начинается с 27.11.2012».

От редакции: Татуировку Ярослав в итоге сделал, хотя родители его отговаривали. Сейчас у него на ребре под сердцем изображены слово Happiness (англ. — счастье) и та самая дата.

МНОГО СМЕХА С МАМОЙ, НЕСМОТРЯ НА БОЛЬНИЦЫ

Эта семья научила меня всему. Из детского дома я пришел в состоянии первобытного человека: ничего не умел и не знал многих простых вещей. У меня была целая куча комплексов. Мне было стыдно, но я решил, что всему научусь.

Через две недели после того, как меня забрали домой, я снова сильно заболел. В тот год пришлось много времени проводить в больницах. На тот момент у меня была инвалидность и её надо было подтверждать. Мама всегда была рядом. Я боялся её отпускать от себя. Пока находились в больницах, мы играли в игры, много смеялись, несмотря на то что приходилось непросто. До сих пор вспоминаю это время с теплотой. Я был не один, со мной всегда были родители. В то время я мог идти по улице и улыбаться, хотелось со всеми поделиться своим счастьем.

КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ В ЖИЗНИ

Советы от редакции

Думайте о своей жизни и своём будущем — чего вы хотите? Как видите себя через год, через два года, через пять лет? А через десять? Как вы можете этого достичь? Какие шаги вам нужно начать делать уже сейчас, чтобы через пять лет жить так, как вам хотелось бы? Планируете ли вы получать образование? Где и как? Кто вам может в этом помочь? Сможете ли вы работать? Где и кем? Что нужно, чтобы начать работу? Есть ли у вас для этого нужные знания и образование, планируете ли вы их получать?



сентябрь 2019

ИЗ ИНТЕРВЬЮ: «КАК БЫТЬ ЛИДЕРОМ И ВЕРИТЬ В СЕБЯ»

В детстве Ярослав мечтал быть пожарником, хотел спасать людей. Друзья считают его добрым, открытым человеком, лидером, они готовы идти за ним, советоваться с ним. Приёмная семья дала Ярославу уверенность в себе и ощущение счастья. А ещё он стал так часто и неудержимо смеяться, что родителей вызывали из-за этого в школу.

» Сейчас я учусь на последнем курсе в колледже, потом пойду на высшее образование, чтобы двигаться дальше ☞

» Я умею держать слово и делать всё правильно. Думаю, это у меня выработалось благодаря маме. Главное — поверить в себя и знать, что можешь сделать ☞

» Когда я лечился от рака, то был маленький, ничего не понимал. Что такое этот рак, узнал лет в одиннадцать. Сначала было себя жалко, а потом решил — ну чего себя жалеть ☞

» Из друзей и знакомых о моей болезни знают единицы. А так не хвастаюсь. Кто знает — относятся нормально ☞

» Когда в семью попал — вообще счастливым стал, несмотря на болезнь. Мне было 13 лет, подростков в семье уже почти не берут, а мне повезло ☞



» После того, как у меня появилась семья, я стал много смеяться. Родителей из-за этого даже в школу вызывали ☞

» Я для себя определил, что не вернусь в прошлое, в кровную семью. Потому что не один раз я туда возвращался, а когда постарше стал, лет в десять–одиннадцать, решил, что больше никогда. И не важно, как буду дальше — один или не один ☞

» С кровной мамой я контактов не поддерживаю, смысла в этом не вижу ☞

» Одному не страшно, но тяжело. Потому что нет поддержки, нет человека, которому можно доверять и всё рассказать ☞

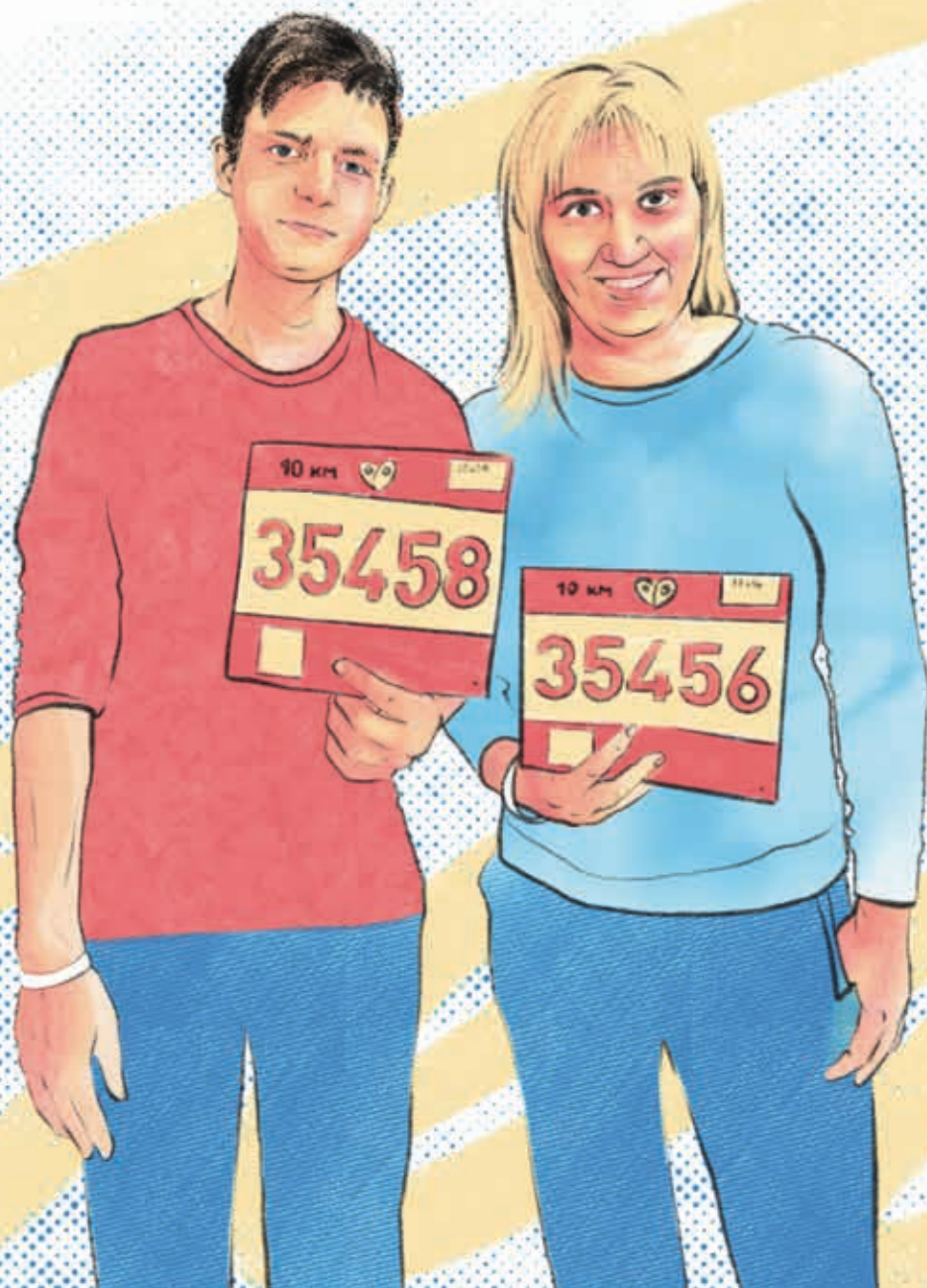
» В детском доме бывало всякое. В группе мы все общались, но бывали конфликты, старшие не били, но прижимали. Я всегда пытался на шутку перевести, но получалось по-разному. Когда-то и драка спасала ☞

» Детский дом много чему учит, главное — взять самое полезное, что пригодится в жизни. Нас учили готовить, немножко, убираться. Следить за собой, учиться ☞

» Семья дала мне веру в себя, во-первых. Дала опыт. Вообще всё дала. Когда я пришел в семью, у меня внутреннего стержня даже не было, ну или был, то небольшой. В детстве мог легко повестись, а сейчас — если сказал «нет», то точно не буду это делать ☞

» Чтобы поверить в себя, надо сесть, сосредоточиться и подумать, что я смогу сделать, чтобы добиться той или иной цели. И настроиться на эту цель, поверить, что сможешь

» К своей цели надо идти до конца. Понятно, что может не с первого раза получится её достичь, а иногда и не с 21-го даже. Если взять любого сильного человека, он наверняка прошел через многое



ЛАЙФХАКИ ОТ ЯРОСЛАВА



Если верить в свою мечту и очень ждать, то она обязательно исполнится. Правда!

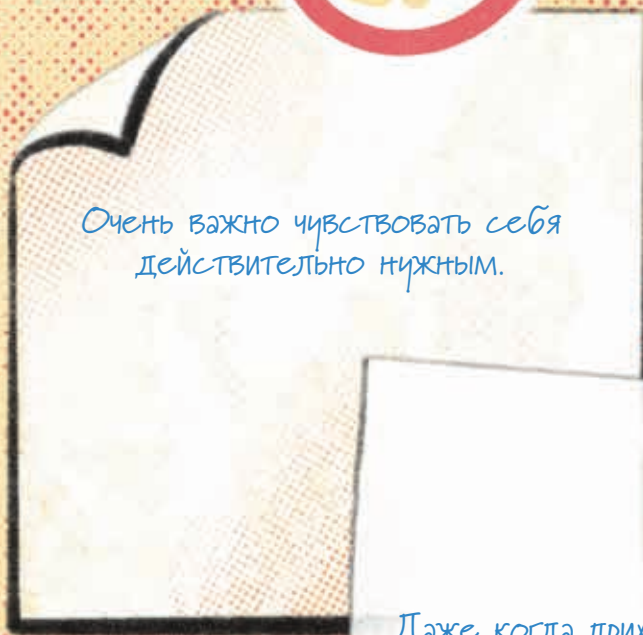
Детский дом много чему учит, главное — взять самое полезное, что пригодится в жизни.

В любой плохой ситуации можно найти что-то хорошее: например, в больнице можно встретить хороших людей с большим сердцем.





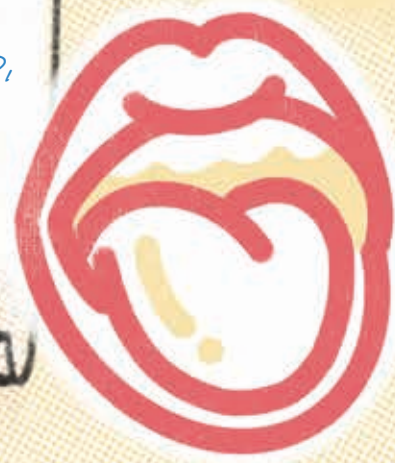
Верить в себя —
это половина успеха.



Очень важно чувствовать себя
действительно нужным.



Даже когда приходится непросто,
всё равно можно смеяться.



КАК СИЛЬНО ПОДРОСТКУ НУЖНА СЕМЬЯ

знает *Олеся Шугайтова, приёмная мама Ярослава*

» Мы хотели взять в семью девочку двух лет. А взяли в итоге 13-летнего мальчика. Нам сразу сказали, что у него онкология в четвёртой стадии и инвалидность



» Страшно было, но мы знали, что у Ярика была мечта — жить в семье. И решили с мужем, что возьмём его, потому что мечта его, может, никогда и не осуществится — у него и диагноз, и инвалидность, и подростковый возраст

» В отношениях у нас не было трудностей, никакой ругани или конфликтов в семье. Ярик везде ходил за мной. В любую комнату иду — он за мной. Выйду, он — где мама? В больнице вообще боялся один находиться, только со мной



» Ценю в Ярике, что он добрый, всегда меня поддерживает, никогда не бросит. Когда что-то надо — всегда придёт и поможет, даже если занят. У нас пятеро детей, в любой ситуации, когда надо помочь, — он всё своё отложит и сделает, я даже просить не буду. Родной просто, как это объяснить



КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ В ЖИЗНИ

Советы от редакции



НКО

Ставьте цели регулярно, планируйте свою жизнь на ближайший год. Например, каждый Новый год или в свой день рождения вы можете писать планы на ближайший год и постепенно их осуществлять. Если на год планировать трудно — можно строить планы на три месяца (например, на лето, на осень и т.п.) или на месяц.

Ищите некоммерческие организации (НКО) и благотворительные фонды, которые помогают детям-сиротам и детям с определёнными заболеваниями. В таких организациях можно пройти консультации психологов и других специалистов, получить образование и аттестат, обучаться на курсах. Если в вашем регионе таких организаций нет, можно поискать их в ближайших к вам крупных городах или обратиться за помощью в столичные НКО — в Москве и Питере.



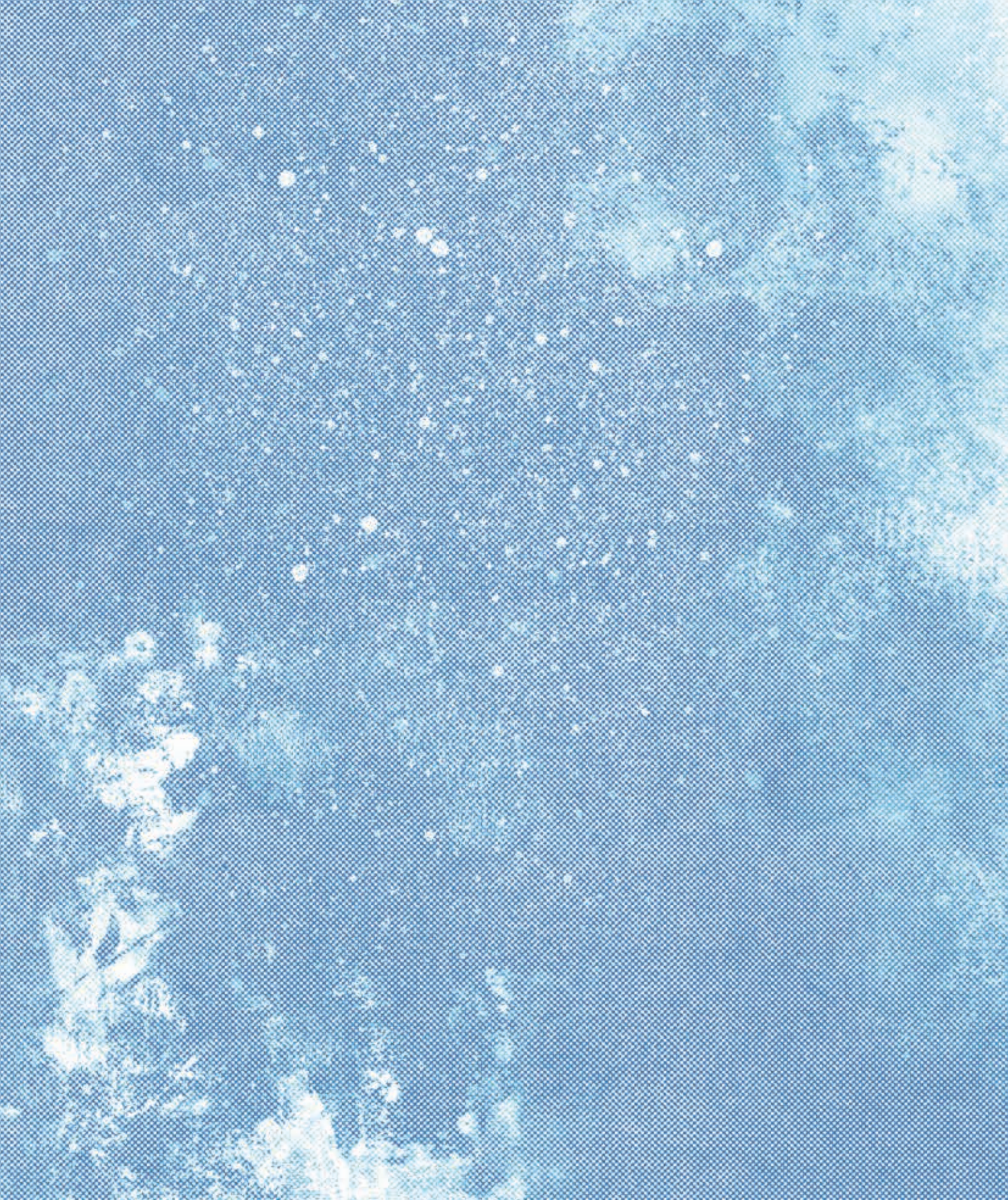
☑
□
□
□



Научиться жить с людьми



Олесе Недостойной 22 года, она художник, живёт в Финляндии. У Олеси спинальная мышечная атрофия (СМА), поэтому она передвигается на коляске. Олесе повезло расти в родной семье, а в этой книге Олеся появилась благодаря своей готовности откровенно рассказать о том, с какими трудностями сталкивается человек с особенностями здоровья, почему на 15 неудачных свиданий приходится только одно удачное и как устроиться в этом мире, если у тебя нет готовой идеальной жизни.



2020 год

ИЗ ИНТЕРВЬЮ

ОЛЕСИ НЕДОСТОЙНОЙ

» Когда мне было три года, мои родители вместе со мной переехали из России в Финляндию »

» Я с детства училась в художественной академии, с 14 лет писала на заказ картины — для знакомых, соседей »

» В университете изучала 3D-анимацию, но не доучилась, бросила на последнем курсе. Во время учёбы удалённо работала в анимационной индустрии, организовывала вебинары для онлайн-школы анимации »

» Последний год я живу в Хельсинки, столице Финляндии, куда переехала из другого города. До 19 лет жила с родителями, последние три года — самостоятельно »

» Когда ты только уезжаешь из родного дома и начинаешь самостоятельную жизнь, то многого не знаешь — как готовить, как убирать, что покупать для дома. Приходится осваиваться на ходу, с помощью интернета и друзей »

» Ко мне часто приезжают гости — и друзья, и люди, с которыми я знакомясь на платформе каучсёрфинга. Это такой сервис для путешественников: ты регистрируешься, и в твоей квартире останавливаются на несколько ночей гости из других стран, а в обмен на это я тоже могу остановиться у кого-то дома, когда путешествую »

» В Финляндии государство предоставляет человеку с инвалидностью ассистента, который помогает тебе в быту каждый день, ходит с тобой куда тебе нужно, так что у меня всегда есть возможность получить помощь ☞

» Но иногда я могу попросить своих знакомых помочь мне сходить в туалет или даже помыться. Конечно, с такой просьбой я обращаюсь не к каждому: кого-то могу попросить, кого-то нет. Не всегда хочется проводить время с ассистентом ☞

» Когда я хочу поехать путешествовать, но невозможно поехать с ассистентом, то я выбираю поехать с друзьями. Предупреждаю их заранее, какая помощь мне понадобится ☞

» В Финляндии люди внимательно к этому относятся. Считается, что помогать должен ассистент, а такое поведение, как у меня, не одобряется. Я русская, и обычно прошу русских это сделать. Финнов не просила, у них четкие границы ☞

» Я считаю, что если и для меня, и для кого-то из моих друзей эта ситуация нормальна, то я могу их о чем-то попросить. Это позволяет мне вести активную жизнь, бывать на мероприятиях. Если бы я знала, что не могу попросить кого-то из друзей помочь мне сходить в туалет, то я не могла бы бывать там, где я хочу ☞

» Я люблю веселиться, гулять по красивым местам, мне нравится общаться с людьми, и люди говорят, что им со мной тоже нравится ☞

» Сложно понять, в чём твоя ценность и чем ты ценна людям. Это очень важно, но это непросто. Особенно когда ты человек с инвалидностью — просишь помощь и думаешь, вот люди столько для меня делают, а что я могу дать им взамен? ❏

» Подростком я была очень одинока, боялась людей, даже говорить с кем-то по телефону, была уверена, что никто меня никогда не полюбит ❏

» В жизни у меня всё было в порядке — я ходила в обычную школу, у меня не было физических ограничений, но были психологические: моё тело выглядит не так, как у других, ровесники не всегда звали меня с ними гулять или на вечеринки, и это было обидно ❏

» Конечно, всем подросткам трудно, и всех не берут на вечеринки, но в 13 лет не получается относиться к таким вещам объективно. И ты думаешь, что тебя не взяли, потому что ты инвалид и неправильная. Отчасти это так, отчасти нет, я думаю, все с этим сталкиваются, а не только люди с инвалидностью ❏

» Я могла неделями лежать и грустить. Думала о самоубийстве. Всё было очень плохо. Но нужно понимать, что плохие мысли и неприятные состояния — это нормально ❏

» Очень важно найти себе друга, человека, которому ты сможешь доверять. Начни делиться своими переживаниями и поймёшь, что не только тебе плохо ❏

» Я только последние три года учусь жить с людьми ❏

КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ В ЖИЗНИ

Советы от редакции

Ищите сообщества людей с такими же трудностями, как у вас. Группы в соцсетях и мессенджерах, форумы на тематических сайтах, встречи групп взаимной поддержки (очные и в онлайне). Задавайте вопросы, делитесь своими историями, опытом, переживаниями. Не закрывайтесь, не оставайтесь один на один со своими проблемами.

Посещайте группы взаимной поддержки подростков — сейчас их можно найти онлайн или очно. Если такой группы нет в вашем городе или поселке, вы можете организовать её сами.



» Сначала появилось несколько друзей через интернет, и я стала общаться с ними и в жизни ☞

» Однажды я первый раз пригласила своего друга пожить у меня. И мне было так страшно: чёрт, он же увидит, как я живу, какой я инвалид, и это так ужасно. Но он приехал и принял меня такой, какая я есть. Нам было хорошо вместе. Именно после этого опыта мне стало легче общаться с другими ☞

» Социализация — важный вопрос. Государство может обеспечить тебя ассистентами и любой другой помощью, но оно не может сделать тебя социализированным, это твоя собственная ответственность ☞

» Летом я ездила в Россию, в Питер, мы хотели пойти в китайскую кафешку, и туда невозможно было попасть на кресле. Мои друзья вынесли стол, стулья и еду прямо на улицу, и мы сидели там. Было очень весело. Из любой ситуации можно найти выход ☞

» Доверять всем невозможно. Надо чётко выбирать — кому ты доверяешь и допускаешь к себе, а кому нет. Когда я иду гулять с кем-то, я понимаю, что полностью завишу от них. И если бы это были какие-то непорядочные люди, они могли бы меня забыть где-то, оставить, могли бы напиться и не смочь помочь, и я осталась бы беспомощной ☞

» Когда я рискую и доверяюсь людям — моя жизнь угнущается в десятки раз. Каждый раз ☞

» Compliments принимать сложно, но ты им веришь. И перестраиваешь своё видение мира

» С романтическими отношениями у меня до сих пор много внутренних проблем. Кажется, что из-за того, что я слабая, у меня не так много сил, я не могу дать человеку «правильную» интимную близость, что у меня неправильное тело, что я вообще мало что могу дать, а только брать

» Люди с инвалидностью, которая влияет на их тело, они, конечно, чувствуют себя неуверенно, это общая проблема для всех, не только моя

» Но я встретила человека, который принял меня такой, какая я есть. Мы встречались, гуляли, это было прекрасное время

» До того, как я сходила на удачное свидание, у меня было 15 неудачных — в том смысле, что дальше они не продолжились ☞

» Я просто однажды весной решила — всё, я должна найти себе партнёра, чего бы это ни стоило. Зарегистрировалась в «Тиндере» (приложение для знакомств) и ходила на все свидания, на которые могла пойти. Конечно, я встречала много людей, которым я не подходила или которые не подходили мне, и это меня разочаровывало ☞

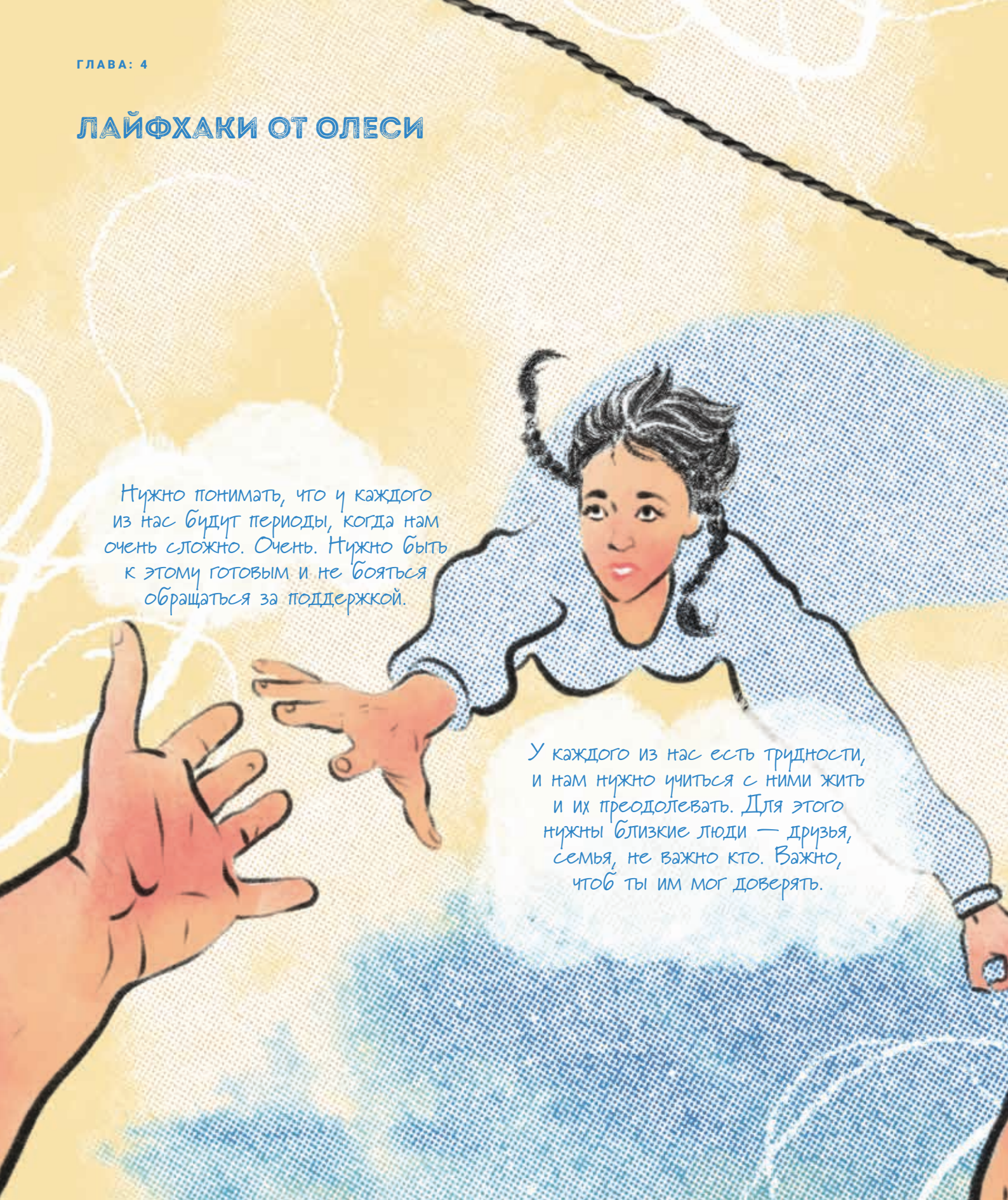
» В «Тиндере» у меня в профиле фотография, где я в полный рост на инвалидном кресле. Мне важно, чтоб это сразу знали, конечно. И я понимаю, что это отсеивает очень многих ☞


Match!

ЛАЙФХАКИ ОТ ОЛЕСИ

Нужно понимать, что у каждого из нас будут периоды, когда нам очень сложно. Очень. Нужно быть к этому готовым и не бояться обращаться за поддержкой.


У каждого из нас есть трудности, и нам нужно учиться с ними жить и их преодолевать. Для этого нужны близкие люди — друзья, семья, не важно кто. Важно, чтоб ты им мог доверять.





Важно выбирать человека,
с которым ты потом можешь
рисковать.

Ни у кого нет готовой идеальной
жизни. Я еще не встречала
ни одного человека, кому бы
жилося легко.



Надо пересматривать свои
взгляды, перестраивать видение
себя: ты можешь привлекать
людей, ты можешь сделать чью-то
жизнь лучше. Но это можно
сделать только если знакомиться,
встречаться, общаться.



Справляюсь сама

Вику Стрижак считают слишком правильной и прямолинейной. Она готова говорить правду в глаза и поддерживать тех, кому плохо. В конфликтах с ровесниками она учится лучше понимать людей. И знает, что ей ещё не раз придётся отстаивать себя и находить общий язык с окружающими.





Читать полный текст дневника
Вики Стрижак на сайте конкурса
«Наши истории».

2017 год

ИЗ ДНЕВНИКА ВИКИ СТРИЖАК, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

ПОЧЕМУ Я НЕ ОСУЖДАЮ МАМУ

Любой человек рождён для счастья, но у каждого оно своё. Моё счастье — трудное. Выстраданное. Зовут меня Виктория Стрижак, мне 18 лет. И у меня ДЦП.

При рождении моя биологическая мама от меня отказалась, так как я родилась недоношенным шестимесячным ребёнком со множеством патологий. Но я не осуждаю маму. Позже моя приёмная мама сказала мне, что я должна быть благодарна моей биологической маме за то, что она дала мне жизнь. Думаю, она испугалась, что не справится со всеми проблемами, и никто не отговорил её от этого поступка, не помог! А ей было всего 16 лет. Так я осталась в больнице, потом меня должны были отдать в дом малютки.

КАК Я ОБРЕЛА НАСТОЯЩУЮ СЕМЬЮ

В это время в этой же больнице на лечении находилась моя будущая приёмная мама. Она услышала разговор женщин о том, что в детском отделении лежит новорождённая девочка, которую бросила мама. Когда она взяла меня на руки, я быстро успокоилась. А мама поняла, что она никогда не расстанется со мной! Мама тут же позвонила папе и рассказала ему обо всём. Папа сразу же приехал, и они приняли решение, что заберут меня в свою семью.

У моих родителей второй брак. У папы трое взрослых детей, у мамы — двое. Дочь мамы Катя тоже с диагнозом ДЦП. Но мои родители не испугались трудностей! А их родные дети были рады тому, что у них появилась малышка в доме. Они все меня очень любят, и я их очень люблю!

В ШКОЛЕ УЧИТЬСЯ ЛУЧШЕ, ЧЕМ ДОМА

На врачебной комиссии перед школой мне было определено домашнее обучение. Но мне очень хотелось учиться вместе со своими друзьями (а их у меня много) именно в настоящей школе, как все дети. И мои родители снова помогли мне. Они договорились с директором школы, что будут привозить меня в школу на машине, а после уроков забирать меня из школы. Так что в начальной школе я училась в школе и на дому

два раза в неделю. Но, несмотря на мои проблемы со здоровьем, я так или иначе участвовала во всех школьных мероприятиях.

В пятом классе нас из начальной школы перевели в большую четырёхэтажную школу, где нужно было бегать по этажам из кабинета в кабинет. И опять очередная проблема. Директор школы не соглашалась с тем, чтобы я посещала школу, а хотела, чтобы я обучалась на дому. И мама опять нашла выход: она сказала, что в течение месяца мои родители на каждой перемене будут переводить меня из кабинета в кабинет, а если я за это время не научусь самостоятельно справляться, то буду учиться на дому. Но мы справились. Все 11 лет учёбы мои родители привозили меня в школу на машине, но по школе я передвигалась самостоятельно — подружки всегда помогали.

сентябрь 2019

ИЗ ИНТЕРВЬЮ: «НИКТО ТЕБЕ НИЧЕГО НЕ ДОЛЖЕН, СПРАВЛЯЙСЯ САМА»

В 2017 году Виктория Стрижак осуществила свою мечту — поступила в Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет. Когда она его закончит, то станет религиоведом-миссионером, сможет работать в науке, в музеях, преподавать. И уже сейчас она знает, с какими трудностями в общении с людьми ей доведётся столкнуться.

» Когда мне дали в институте общежитие, то попросили маму написать расписку, что если что-то со мной произойдёт, они за меня ответственности не несут. Я передвигаюсь самостоятельно, но на лестницах мне нужны перила или чья-то помощь. И там боюсь, что если я упаду, то обвиню администрацию «

» Поначалу я ездила в институт вместе с одногруппницами из общежития, они мне помогали, но потом перестали. Да ещё и написали мне письмо, где в грубой форме объяснили, что не могут все четыре года помогать мне ездить на учёбу. Но это, конечно, не вся группа, а буквально один-два человека. Письмо было злобным — мол, никто тебе ничего не должен в этой жизни, кроме родителей, справляйся сама. Было обидно, меня это очень сильно задело ☞

» Мама у меня — женщина горячая, она всё порывалась приехать в институт, но я ей сказала, что это уже не школа и мы не дети, здесь всё по-другому. В итоге я стала ездить от общежития в университет и обратно на такси. В месяц у меня уходит на это в среднем 25 000 рублей, но ради моего образования родители пошли на этот шаг. К тому же часть расходов на такси покрывает моя стипендия ☞

» Была небольшая надежда, что раз институт православный, то там не будет такого жёсткого негатива, с каким я, например, столкнулась в школе. Но розовые очки с меня быстро слетели ☞

» Про меня ещё в школе говорили в отрицательном ключе: «Вик, какая ты правильная». Это их раздражало, считали, что я правильная чересчур. А я просто по-христиански старалась быть доброй, отзывчивой. Но при этом я никого не сдавала и никогда не предавала ☞

» Я никогда не обманываю. И ещё у меня есть такое качество — я вижу, когда мне врут. И я указываю на это ☞

» Я всегда говорю то, что думаю. Либо промолчу, либо скажу правду в лицо. Но люди не очень любят слушать правду. Хотя, на мой взгляд, это лучше, чем шептаться за спиной ☞

» Хотелось бы развивать в себе способность лучше понимать, когда стоит промолчать, а когда — сказать человеку что-то. Иногда то, что я говорю кому-то, приводит к не очень хорошим последствиям ☞


» Пока неизвестно, как мое будущее сложится — может, после бакалавриата в магистратуру пойду, а может, вообще замуж выйду ☞

» Мысли, наверное, у многих возникают: как так, почему человек добивается чего-то, он же болен, инвалид с ДЦП. Хотя напрямую мне так не говорят ☞

» ДЦП не определяет меня как личность. Личность — это моё внутреннее я, моё мировоззрение, вера и многое другое. А ДЦП — это внешний фактор: да, я хромаю, плохо вижу. Но на личность это особо не влияет. Это влияет на то, как общаешься с людьми, как тебя воспринимают ☞

КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ В ЖИЗНИ

Советы от редакции

An illustration of two hands, one from the left and one from the right, holding a glowing, white, cloud-like orb. The hands are rendered in a stylized, comic-book style with thick black outlines and a color gradient from orange to red. The background is a textured blue. The text is contained within the glowing orb.

Знакомьтесь с волонтерами, которые приезжают в детский дом, общайтесь, рассказывайте о себе, своих целях и запрашивайте помощь. Для этого у вас должно быть общее представление, чего вы хотите, к чему стремитесь и какая конкретная помощь вам нужна. Одни молодые люди просят найти им родителей, другие — курсы программирования, третьи хотят научиться вести видеоблоги. Чего хотите вы?

ЛАЙФХАКИ ОТ ВИКИ

Нужно не опускать руки, быть уверенным в себе. А чтобы это получалось — нужна семья, друзья. В одиночестве человеку трудно, без близких не обойтись.

От окружения многое зависит. Должны быть близкие, которые дадут тебе уверенности, скажут, что верят в тебя, — и ты сам в себя поверишь.

Надо не бояться делиться с близкими своими проблемами.



Надо ставить себе цели,
стараться хотя бы примерно
представить, кем ты хочешь стать,
когда вырастешь.

Нужно стараться не конфликтовать
с людьми, а если конфликт всё
же возник — решать его.

И надо всегда надеяться
на Господа.



ЧТО ДЕЛАЕТ ВИКУ СИЛЬНОЙ И ЧТО ЖДЁТ ЕЁ В БУДУЩЕМ

рассказывает Саида Кчибекова, подруга Вики

» Вики я узнала, когда ей было четыре года, а мне — 25. Тогда я больше дружила с мамой Вики. Мама у Вики — это человек, который никогда не опускает руки

» Семья — просто прелесть, что тётя Марина, что её муж, вся сила у них идёт от поддержки друг друга, они очень дружные

» Когда у меня случается чёрная полоса, я могу Вике позвонить, поговорить и она меня успокоит. Хотя я её старше на много лет. Но Вика не по годам взрослая

» Вика получила достаточно любви, возможно, не каждый здоровый ребёнок столько получил. У многих детей в её возрасте депрессии бывают — Вика не знает, что это такое, у неё много сил

» С Викой интересно, нескучно, к таким, как она, тянутся люди. Когда ей плохо, она не закрывается, как многие, она звонит близким. Она открытая

Семья

Травишья

» Вика слишком правильная для этого мира, но жизнь это поменяет. Это неизбежно. Но она сильная натура, она справится, и мы все её поддержим ☞

» Думаю, в социальных сферах она может быть очень крутой. Я её вижу как социального работника — помогать людям, быть командиром, решать вопросы. Такие люди нужны — сильные духом, порядочные ☞

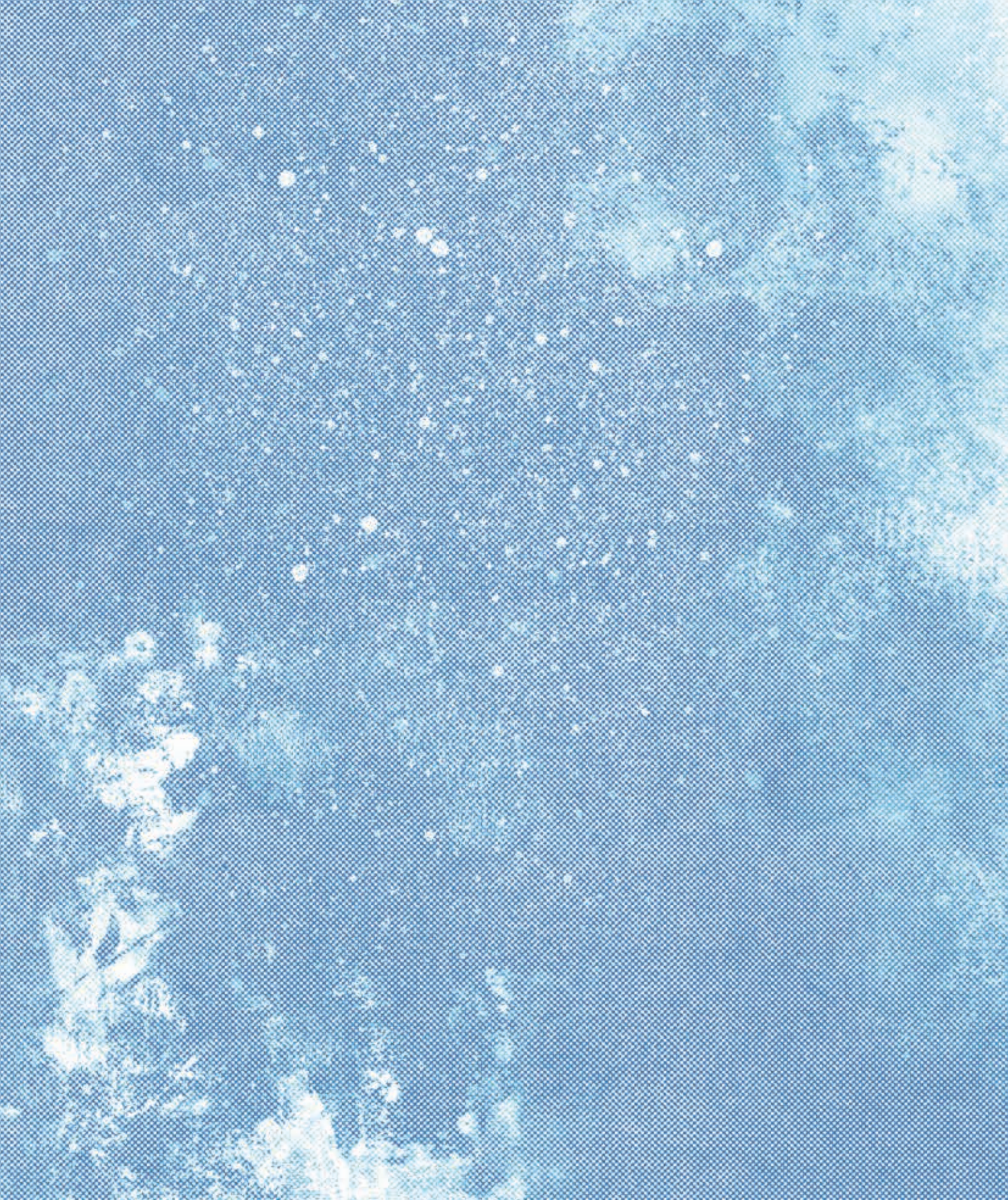




Не всё будет, как ты хочешь



Ваня Чернойван рождается в Калининграде и до 13 лет жил без семьи: сначала в доме ребёнка, потом в детском доме «Маленькая страна». Ходить он не мог из-за болезни, артрогрипоза, и в восемь лет его перевезли в интернат в Санкт-Петербурге, поближе к Детскому ортопедическому институту имени Г. И. Турнера, в котором ему сделали два десятка операций и научили ходить. Там же, в больнице, он познакомится со своей приёмной мамой. Теперь они живут в городке приёмных семей «Надежда» в Ленинградской области.



2020 год

ИЗ ИНТЕРВЬЮ ВАНИ ЧЕРНОЙВАНА

» В первом детском доме жизни не было. Отношение было безразличное, там никто не беспокоился за твоё образование и психологическое состояние ☞

» Когда я летел из Калининграда в Петербург на операцию, впервые увидел мир не с пола, а с высоты птичьего полёта ☞


» Сложнее всего пришлось, когда меня перевели в интернат. Там были дети и с особенностями, и здоровые. Всё было непривычно и незнакомо, не было никого, чтобы можно было психологически опереться и высказаться. Общаться было не с кем: все ребята уже что-то могли делать сами, ко всему и к месту привыкли. Трудно, когда вокруг все в чём-то на голову выше тебя ☞

» У меня характер тяжёлый, воспитателям было сложно со мной. Уже лет в восемь я хорошо понимал людей, умел ими манипулировать, знал, с кем и как лучше общаться, всегда добивался своего. Никому и никогда не давал брать над собой власть. Кто пытался — оставался ни с чем ☞

» У меня была воспитательница Ольга Васильевна. Понимала, что мне трудно и что всем вокруг трудно со мной. Она меня многому научила, помогла кое-какие вещи понять правильно. Стало немного легче. Воспитывала она нас хорошими книгами, заставляла учиться, растила из нас людей ☞

КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ В ЖИЗНИ

Советы от редакции

An illustration of two hands shaking in a firm grip. The hand on the left is larger and appears to be an older person's hand, wearing glasses. The hand on the right is smaller and appears to be a younger person's hand. The background is a textured blue with white clouds. The text is contained within a white, cloud-like shape in the center of the image.

Ищите программы наставничества. Наставники — это люди старше 18 лет, готовые стать другом для детей и молодых людей из детских домов и приёмных семей. Наставник может стать вашим проводником в другую жизнь, будет поддерживать вас в трудных ситуациях, делиться своим опытом и помогать вам осваиваться в самостоятельной жизни. В Москве и Санкт-Петербурге, Владимире и Петрозаводске, Уфе и Новосибирске, Красноярске, Иркутске, Хабаровске и многих других городах уже есть наставники. Не стесняйтесь обращаться в фонды из Москвы или других крупных городов — многие из них работают с разными регионами России.

» Я пришёл в семью и не знал, что такое семья. Поначалу было сложно привыкнуть и подстроиться под их правила и традиции. Иногда я совершал поступки, о которых лучше не говорить. Но всё же я стал частью семьи ☞

» В семье мне удаётся жить. А жить — значит двигаться, идти к своей цели ☞

» Наша мама старается сделать для нас всё самое лучшее. Мы в быту всему научены, чему можно. Она научила нас красоте, порядку, чистоте. Мы знаем, как жить самостоятельно ☞

» Есть люди, готовые воспитывать подростков, а есть те, кто не готов, просто потому что не хочет их понимать ☞

» Мама считает, что это самый тяжелый возраст, когда нужен не столько родитель, сколько наставник. Тот, кто подскажет и даст совет. Она хочет подготовить нас к моменту, когда мы будем наедине с собой. Помогает нам принять это, ступить на порог и пересечь его ☞

» Мама пытается объяснить то, что в жизни есть вещи, с которыми тяжело, что это нормально. Я благодарен маме за всё, что она делает, я уважаю её как личность, как мать. Но рано или поздно мне надо будет уйти от неё ☞

» Мне предстоит получать профессию, квартиру, работу. Мне предстоит жить одному и принимать решения самостоятельно ☞

» Кровная мама нашла меня в соцсетях, хотела забрать, искупить вину передо мной. Но она не должна передо мной извиняться. Человек совершил ошибку, и никто не знает настоящую причину. Я не имею права её судить. Я не был на её месте ☞

» Так бывает, что иногда у нас нет хороших вариантов. Моя кровная мама выбирала между плохим и худшим. Перед ней стоял очень тяжёлый выбор: или ребёнок будет расти в тесноте и голодать, или у него не будет мамы, но его будут лечить, он будет сыт. Она понимала, что не сможет меня вытечить, и приняла тяжёлое решение. Выглядит, будто я пытаюсь её оправдать, но это совершенно не так ☞

» Я считаю себя человеком, который познал и хорошую, и горькую часть жизни. Было много приятных моментов, особенно когда я стал частью семьи. Что бы ни произошло плохого или хорошего в моей жизни, всё свелось к тому, что в первую очередь я стал личностью, со своими ценностями и взглядами на жизнь ☞

» Я очень благодарен всем, кто мне помог стать лучше, вытечил, поделится счастьем. Эти люди помогли мне войти в этот мир. Знаете, мир не без добрых людей! ☞



ЛАЙФХАКИ ОТ ВАНИ

Тюдоросткам

Даже если вам настолько плохо, что кажется, будто мир рушится и земля уходит из-под ног, не сдавайтесь.

Не пытайтесь кому-то что-то доказать, оправдать чьи-то надежды. Не пытайтесь подстроиться под чужое мнение.

Делайте то, что вы считаете лучшим для себя. Идите в тот колледж, в который хочется, получайте ту профессию, которую хотите. Общайтесь с тем, с кем хотите, и неважно, какой расы и какого пола этот человек.

Взрослые

Всё, чему вас учат, — соответствовать существующей культуре. Нет ни хороших, ни плохих людей, ни безнравственных, ни бесчестных, ни творческих, ни ленивых. Всё это чушь! Если бы все росли в обществе, которое хорошо понимает человеческое поведение, между вами не было бы таких различий.

Вы постоянно бежите — на работу, на совещание, на встречу с клиентом, и поэтому иногда забываете о близких. Забываете людей, с которыми живёте рядом. Думаете только о своих проблемах и не видите, как плохо может быть ближнему. А ведь близких так легко потерять! Смотреть вперёд и вверх — это хорошо, но нужно оглядываться и на тех, кто рядом.



Мечты сбываются

Как приёмная семья меняет твою жизнь и ты начинаешь чувствовать себя любимым, нужным и защищённым, рассказали молодые люди и подростки в своих эссе, присланных на конкурс дневников приёмных семей «Наши истории». Здесь мы публикуем отрывки из них.



Читать полные тексты
дневников участников конкурса
«Наши истории» — 2017.

Аля,
Новосибирская
область

...Интернат, в котором я жила до приёмной семьи, был в моей небольшой детской жизни четвертым. Сначала больница, потом приют, а потом несколько детских домов...

К моменту, когда меня забрали, я уже ни на что не надеялась.

Приёмная мама работала учителем в интернате, в котором я находилась. Я очень много плакала, буквально по каждому пустяку. Не просто плакала — кричала, истерила. Меня так и называли, «истеричка». Не позволяла к себе притрагиваться. Педагоги в один голос говорили, что мне «пора в больничку». А моя приёмная мама смотрела на меня особенными глазами. Очень часто прижимала к себе втайне от других детей.

Мария
Афанасьева,
Краснодарский
край

...Ваня появился в доме неожиданно. Я его совсем не узнала и долго не верила, что это мой брат. Когда я поняла, кого мама привела домой, ужас наполнил меня. А вдруг он будет плакать, баловаться, шуметь... Нас заберут из дома. Я умоляла Ваню вести себя тише, не отходила от него, чтобы он не испортил чего. А если бы испортил, мама этого не заметила. А случалось с Ваней что-то постоянно. Братик плохо ходил, тянул ножку, и ручка не работала совсем. Он всё ронял и разбивал, а мама только смеялась и обнимала его. Скоро я поняла, что Ване тоже не грозит изгнание, и перестала волноваться.

Илья Браунт,
Московская
область

...Я бы так счастлив, что попал именно в эту семью, потому что я знал, что в семье меня научат многому, и это чудо, когда берут детей-сирот из детских домов и интернатов. По достижении 18 лет я получил квартиру в г.о. Мытищи. После окончания девяти классов поступил в техникум им. С. П. Королёва, окончив который, я обрёл профессию маляра третьего разряда. Во время учёбы я занимал призовые места во Всероссийском конкурсе «Рабочие стипендиаты Газпромбанка». На сегодняшний день я получаю второе бесплатное профессиональное образование по профессии садовод-озеленитель, и я этим горжусь, потому что эти профессии интересные и очень востребованные.

Никита
Бутаков,
Московская
область

...Папа каждый день занимался со мной математикой, физикой, мама — русским языком, а бабушка — всеми остальными предметами. Мне было очень сложно, потому что в пятом классе коррекционной школы я читал по слогам и не знал наизусть таблицу умножения. Но за два года упорных занятий нам сообща, всей семьёй, удалось преодолеть ту дистанцию, которая отделяет коррекционную школу от общеобразовательной. Поэтому, начиная с восьмого класса, мне посчастливилось учиться в общеобразовательной школе. Было очень трудно, но я по-настоящему поверил в себя и продолжал заниматься с удвоенной энергией.

Наталья
Ван-Ши,
Краснодарский
край

— Бабушка Галя! Какая я тогда была? Какой ты меня запомнила?

— Ты была очень маленькая, совсем лысенькая до года. Кожа у тебя была нежная, словно шёлковая, очень тёмная. Скорее всего, она тебе досталась от твоей то ли китайской, то ли корейской фамилии. Твоя улыбка до ушей и хитренькие глазёнки

покорили всех. Я сначала была против, чтобы моя дочь с зятем (твоя мама), брали тебя в семью. Я сама воспитала троих детей, из них двое — двойня. Поэтому переживала, что твоей маме будет очень нелегко. Но, когда увидела тебя, сразу стало стыдно за свои слова. Я пожалела и полюбила тебя.

Ольга
Веселова,
Московская
область

...Однажды, когда у нас в детском доме проходило мероприятие, я познакомилась с семьёй Степановых. Отношения сложились хорошие, но я даже не думала попасть к ним в гости, потому что понимала: когда ты подросток, гораздо тяжелее найти семью, а тем более которая понравилась бы именно тебе. Но я смогла завоевать сердце этой семьи. Счастью моему не было предела. Я очень рада и благодарна Богу, что он помог мне обрести семью. Это была моя самая первая и главная мечта детства и она сбылась, у меня есть не только мама, папа, но и много сестричек и братьев.

Любовь
Дружинина,
Волгоградская
область

— Ты поедешь к нам жить?

Девочка подняла глаза и с удивлением смотрела на них. Она думала, что вот, наконец, у неё появился шанс уехать из этого нехорошего места, но и боялась, что её опять бросят, как те родные родители. Она заплакала и не знала, как ей поступить. Эти люди взяли её на руки и стали утешать, чтоб она не плакала. Они говорили, что никогда не бросят, и у неё будет самая особенная семья, о которой только можно было мечтать. Люба не стала сомневаться и тихо ответила, что она поедет жить к этим людям.

Алексей
Жердев,
Кемеровская
область

...Теперь я с гордостью могу сказать, что учусь на повара в группе технологов и испытываю огромное удовольствие от учёбы, особенно от практических занятий. В 2016–2017 учебном году я принял участие во Втором чемпионате «Абилимпикс» по профессиональному мастерству среди людей с инвалидностью в Кемеровской области в компетенции «Поварское дело», где добился хороших результатов.

Сейчас мне уже 20 лет, и в нашей семье на протяжении последних четырёх лет появились ещё трое таких же, как я, детдомовских мальчишек, которым я стал старшим братом. Я с удовольствием обучаю их тому, чему научили меня мои родители.

...Дома меня ещё долго не покидал страх, что у родителей закончится рабочий день и они уйдут куда-то, как это делали в ДДИ няни и воспитатели.

Виктор
Клименко,
Краснодарский
край

Сейчас мне уже двадцатый год, и из-за диагнозов сложно передвигаться вне дома без сопровождения, получить профессию, но я совершенно не чувствую себя неполноценным, у меня есть опора и поддержка — это моя семья. Я тоже стараюсь вносить свой посильный труд: помогаю ухаживать за братьями и сёстрами, которые тоже имеют инвалидности, делаю многие домашние дела. Мы семьей выезжаем на море, экскурсии, в гости. Когда я чувствую необходимость посетить церковь, то папа обязательно меня туда возит.

Геннадий
Книженцев,
Чувашская
Республика

...Я воспитывался в приёмной семье 11 лет. Мне было семь лет, а сестренке пять, когда мы попали туда, где нас окружили теплотой и любовью.

Одиннадцать лет пролетели незаметно. Вот уже сестрёнка учится в большом городе (она поступила после девятого класса), и я каждый день направляюсь в храм науки — университет. Мы выбрали себе специальности, которые нам по душе. Конечно же, советами родителей мы не могли пренебречь, ведь у них за плечами большой жизненный опыт. Вдали от семьи я очень скучаю по родителям, по братику. Правда, когда я учился в школе, любил дразнить младшенького. А теперь его не хватает.

Анна
Моисеева,
Волгоградская
область

...У меня шестеро старших братьев и сестёр. Все, как сейчас говорят, неблагополучные. Брат сидит в тюрьме, сёстры попивают. Они — моя семья, я их люблю, но ничего не могу поделать. А они меня не понимают. И я невольно стала отдаляться от них. Сейчас мы почти не общаемся. Они считают меня белой вороной. Как же! После интерната я закончила профтехучилище и параллельно вечернюю школу. Поступила в педагогический колледж. Учусь на отлично. И всем этим я обязана только одному человеку — моей Петровночке. Я только сейчас понимаю, сколько душевных сил она в меня вложила. Ведь когда-то пределом моих мечтаний было стать парикмахером.

Марина
Никитина,
Московская
область

...Я думаю, что мои приёмные родители никогда не задумываются о том, что они многодетные или приёмные Мама и Папа. Стараясь не обращать внимания на досужие разговоры людей, они живут своей жизнью, растят нас. Все вместе мы решаем все проблемы, празднуем дни рождения и праздники, все радости, неприятности, удачи и препятствия переживаем вместе. Мы просто и счастливо живем!

Елизавета
Овсянникова,
Московская
область

...Оказывается, в чужой семье изначально страшно. Но все же это лучше, чем быть одной. В каждой семье есть свои законы, как и в каждом государстве. И законы эти нужно соблюдать и уважать, пусть они и кажутся на первый взгляд жёсткими. Я не могу сказать, что всё было гладко. Были и взаимные обиды, и разочарования, однако, несмотря ни на что, мне и моим приёмным родителям удалось одержать победу почти над всеми проблемами. Для себя я поняла главное — тебе доверяют настолько, насколько ты сама этого захочешь, настолько, насколько ты честна по отношению к себе и людям, живущим с тобой рядом.

Кирилл
Осипов,
Московская
область

...«Ну и кто этот красавчик?» — первые слова, которые я услышал, войдя в мой новый дом! Передо мной стояла девчонка. Её непослушные кудри выбивались из косичек. На ней были джинсовый комбинезон и кепка, надетая задом наперёд. Ей было девять лет, она была на три года старше. Её любимая фраза была: «Я крутой пацан!» Она жила в этом доме уже пять лет и считала себя полноправной хозяйкой. Смотрел с гордостью на неё и думал тогда, что более крутой девчонки не видел никогда! Таня, моя новая

КАК ПОМОЧЬ СЕБЕ В ЖИЗНИ

Советы от редакции



Смотрите в интернете вдохновляющие видео о людях, которые много добились, несмотря на трудности в их жизни, а также о людях, у которых есть свои проекты, любимое дело. Ищите своих героев, которые будут вас вдохновлять. На платформе ted.com можно найти много коротких выступлений от интересных людей. На YouTube можно найти видеозаписи проекта PechaKucha — там люди рассказывают о своих проектах, увлечениях и любимых занятиях.

сестра, познакомила меня со всеми мальчишками в деревне и заявила им, высоко задрав голову: «Теперь он мой брат! Кто тронет — получит сполна!»

Галина
Смирнова,
Московская
область

...25 марта 2011 года был солнечный день, и я его очень хорошо запомнила. В этот день я вдруг узнала и в полной мере осознала, что мои родители, которых я всё время считала родными, — приёмные. Раньше я даже не догадывалась ни о чём, и только после этого я поняла, почему у меня с родителями разные фамилии. Но этот факт меня не оттолкнул от родителей, а наоборот, я ещё острее осознала, какие трудности испытали они ради нас, какое огромное и любящее сердце у наших папы и мамы. Как сейчас вижу мамины добрые глаза. Она держит нежно меня за руку и что-то рассказывает. А мне тепло и спокойно. Я по-настоящему горжусь своими родителями!

Зоя Таран,
Краснодарский
край

...Когда я с сестрой пошла в школу, то меня исключили из первого класса как необучаемую, но родители добились, чтобы меня восстановили. Мне было тяжело учиться, но я очень старалась — допоздна сидела за уроками, консультировалась много с учителями, и в итоге в один год с сестрой в 17 лет закончила 11 классов массовой школы.

Сейчас у меня своя семья, очень близкие отношения с сестрёнкой-двойняшкой, есть мама, папа, братья, сестры, подрастает наш сынок Ярослав — я считаю себя счастливым человеком и очень ценю всё то, что у меня есть.

Алексей
Файзов,
Московская
область

Просил я часто по ночам у бога:
«Всевышний, умоляю, помоги!
Пусть завтра маму я увижу у порога,
Она прижмет меня и скажет: “Ну, пошли”.
Возьмет мою ладонь в свои ладошки,
Шепнёт: “Сыночек, мы не пропадём!”
По телу пробегут от счастья мошки,
И радостно мы с ней домой пойдём».

СПИСОК МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ — УЧАСТНИКОВ ТРЕТЬЕГО ВСЕРОССИЙСКОГО КОНКУРСА ДНЕВНИКОВ ПРИЁМНЫХ СЕМЕЙ «НАШИ ИСТОРИИ» — 2017

1. *Аля* (псевдоним),
Новосибирская область
2. *Аля* (псевдоним)
3. *Афанасьева Мария*,
г. Краснодар, (Победитель
конкурса в номинации
«Моя особенная семья»)
4. *Браун Илья*,
Московская область
5. *Бутаков Никита*,
Московская область, д. Ольсово
6. *Ван-Ши Наталья*,
Краснодарский край, ст. Полтавская
7. *Веселова Ольга*,
Московская область, д. Подрядниково
8. *Дружинина Любовь*,
Волгоградская область, п. Вишневка
9. *Жердев Алексей*,
Кемеровская область, г. Прокопьевск
10. *Клименко Виктор*,
Краснодарский край, х. Протоцкие
11. *Книженцев Геннадий*,
Чувашская Республика, д. Егоркино
12. *Моисеева Анна*,
Волгоградская область, р.п. Линёво,
(Победитель конкурса в номинации
«Путевка в жизнь»)
13. *Никитина Марина*,
Московская область, д. Ленково
14. *Овсянникова Елизавета*,
Московская область, г. Егорьевск
15. *Осипов Кирилл*,
Московская область, с. Троицкое,
(Спецноминация конкурса «Грани души»)
16. *Полушина Татьяна*,
Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола
17. *Смирнова Галина*,
Московская обл., д. Калистово
18. *Стрижак Виктория*,
Московская область, г. Можайск-3,
(Гран-при конкурса)
19. *Таран Зоя*,
Краснодарский край
20. *Фаизов Алексей*,
Московская область, д. Райсеменовская
21. *Щугаитов Ярослав*,
Республика Татарстан, г. Бугульма,
(Победитель конкурса в номинации
«Свой среди своих»)



БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД ЕЛЕНЫ И ГЕННАДИЯ ТИМЧЕНКО

Один из крупнейших семейных фондов в России, который был создан в 2010 году для достижения долгосрочных социальных результатов и объединения проектов благотворительности семьи Тимченко. Деятельность фонда направлена на социокультурное развитие российских регионов, решение проблем социального сиротства, развитие непрофессионального детского спорта и поддержку старшего поколения. Эти стратегические направления нацелены на позитивные и устойчивые изменения в социальной сфере. Программы фонда реализуются с фокусом на развитие малых территорий. Официальный сайт фонда: www.timchenkofoundation.org.



ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС ДНЕВНИКОВ ПРИЁМНЫХ СЕМЕЙ «НАШИ ИСТОРИИ»

Впервые конкурс стартовал в 2015 году и проходит при поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко.

Цель – улучшение отношения российского общества к институту приёмных семей, преодоление негативных стереотипов о приёмных семьях.

Конкурс «Наши истории» – один из способов заявить о нужности приёмной семьи в России. Он показывает, что только семья способна дать ребёнку любовь, тепло и поддержку, обеспечить гармоничное развитие, социализацию и успешный старт во взрослую жизнь.

Возможность поделиться своей историей вызвала большой отклик у приёмных семей по всей России. На первый конкурс в 2015 году свои работы прислали 432 приёмные семьи из 63 регионов России. В 2016 году участниками конкурса стали молодые люди в возрасте от 14 до 25 лет, которые растут в приёмных семьях или уже вышли из приёмной семьи в самостоятельную жизнь. Они прислали на конкурс 214 работ из 43 регионов РФ.

Конкурс «Наши истории» позволил «нарисовать» социологический и психологический портрет российской приёмной семьи, а также получить уникальную информацию о типичных трудностях приёмных семей и методах их преодоления. Впервые в истории института приёмного родительства удалось собрать настоящую «энциклопедию семейной жизни» – трогательную, искреннюю и правдивую.

В 2017 году в конкурсе приняли участие приёмные семьи, в которых растут дети с ограниченными возможностями здоровья. Официальный сайт конкурса: www.nashiistorii.ru.



