

Brodzinsky, D.M. – Schechter, M.D. (1993): Being Adopted. The Lifelong Search for Self (New York: Anchor Books)

A könyvről

A könyv szerzői klinikai pszichológusok, akik évtizedek óta foglalkoznak az örökbefogadás pszichológiájával, mind klinikai praxisukban, mind egyetemi kutatásaikban. Bár általában az örökbefogadási háromszög (örökbeadó szülők, örökbefogadó szülők, örökbefogadottak) minden tagját vizsgálják, ez a mű az örökbefogadottak szemszögéből közelíti meg a témát, amelyet címe is megjelöl: „Örökbefogadottnak lenni. A 'személyiség' keresése egy életen át.” A könyv írásaiban a szerzők különböző kutatások, tanulmányok mellett örökbefogadottak személyes élményeit is felhasználták.

Mint a cím is mutatja, az örökbefogadottak „személyiség-keresése” nem statikus, hanem dinamikus folyamat, amely egész életüket meghatározza, legyenek 6 hónaposak vagy 87 évesek. Ez ugyanakkor fejlődési folyamat is – az érintett minden korszakban más szempontok alapján vizsgálja az örökbefogadás tényét, más kérdésekkel és problémákkal kerül szembe. A könyv 7 fejezete azt mutatja be, hogy az örökbefogadottak különböző életszakaszaikban (csecsemőkor, kisgyermekkor és óvodáskor, kisiskoláskor, tinédzserkor, fiatal felnőttkor, felnőttkor, időskor) hogyan élik meg az örökbefogadás tényét.

Bevezetés

A különböző életszakaszok tárgyalása előtt néhány, az örökbefogadással kapcsolatos alapvető felvetés. Először: megkérdőjelezhető annak helyessége, hogy az örökbefogadról mint problémáról beszélünk. A 70-es 80-as években az örökbefogadás nem volt tabu: a – kissé idealista – elgondolás az volt, hogy a szülők hazaviszik a csecsemőt, amikor a gyermek 3-4 éves lesz, elmondják neki, hogy örökbefogadott és ezzel mindenki letudja a kötelességét, maga mögött hagyva a múlt kevésbé vonzó tényeit. Ma már tudjuk, hogy az örökbefogadás tényével nem csak az örökbefogadott, de az örökbefogadó is egész életében együtt él és annak a megtárgyalása, hogy ez kinek mit jelent, nem intézhető el egy egyszeri, kisgyermekkori alkalom során.

A második felvetés a fentiekből következik. Az örökbefogadás megítélése az utóbbi években mind szakmai, mind laikus körökben alapvetően megváltozott. Az idealizált kép az örökbefogadról (azaz hogy kizárólag pozitívumokkal jár az örökbefogadási háromszög minden tagjának) egy másik szélsőséges képnek adott helyet, ahol kizárólag a problémákról beszélünk. Ha egy örökbefogadott gyermeknek ennyi problémával kell megküzdenie és ezek ennyire súlyosak, nem az lenne a leghelyesebb, ha az állam illetve társadalom azt támogatná, hogy minél több szülő válassza az örökbeadás helyett a gyermek felnevelését?

A vonatkozó kutatásokból az is kiderül, hogy az örökbefogadás, bár kétségtelenül problémákkal jár, sok esetben, talán az esetek nagyobb részében is a jobb alternatíva.

Egyéb kutatási eredmények szerint az örökbefogadások 85 %-a sikeresnek tekinthető (családtagok, illetve a kutatást végzők véleménye szerint). Ugyanúgy azonban, ahogy nem szabadna, hogy a problémák bárkit elrettentsenek attól, hogy örökbefogadjon, ez a statisztika sem szabad, hogy elhalványítsa azt a tényt, hogy az örökbefogadottnak igenis olyan problémákkal kell megküzdeniük, melyekkel nem-örökbefogadott társaiknak nem. A szakkönyvek segítségére lehetnek nemcsak az örökbefogadottnak (főleg abban a tekintetben, hogy meggyőződhetnek arról, hogy érzéseik normálisak, "nincsenek egyedül velük"), hanem az örökbefogadó szülőknek is abban, hogy ezeket a problémákat jobban átérizzék, gyerekeiket jobban megértsék és adott esetben segíteni tudjanak nekik.

A könyv fő témája

A szerzők szerint az örökbefogadás által kiváltott legnagyobb "traumát" az örökbefogadottnál a biológiai szülők elvesztése okozza (mindazzal, amivel ez jár, pl. az összes biológiai rokon elvesztése, múlt elvesztése stb.). Ez az, amivel az örökbefogadottak a legnehezebben tudnak megbirkózni.

A szerzők (felhasználva Erik Erikson pszichoszociális fejlődésről szóló elméletét) hét lépcsőből álló modell segítségével mutatják be, hogy a különböző életszakaszokban az örökbefogadottnak milyen problémákkal kell szembenézniük. A következő táblázat azért is hasznos, mert a könyv a későbbi fejezetekben ezeket a témákat tárgyalja bővebben.

AZ ÖRÖKBEOFAGADÁS „ELFOGADÁSÁNAK” PSZICHOLÓGIAI MODELLJE AZ ÖRÖKBEOFAGADOTTAK SZEMSZÖGÉBŐL

Életszakasz	Örökbefogadás „elfogadásához” szükséges feladatok
Csecsemőkor	<ul style="list-style-type: none"> - egy új otthon elfogadása - biztonságos kötődés kialakítása, főleg azokban az esetekben, amikor a gyereket nem születés után közvetlen fogadták örökbe
Kisgyermekkor és óvodáskor	<ul style="list-style-type: none"> - első információk a születésről, szülésről - első információk az örökbefogadásról - első tapasztalatok külső, fizikai megjelenés különbözőségéről – ez főleg azokban az esetekben fontos, amikor az örökbefogadó szülő ill. gyerekek nem azonos bőrszínnel rendelkeznek
Kisiskoláskor	<ul style="list-style-type: none"> - az örökbefogadás tényének és jelentőségének a megértése, gyökerek keresése - annak a megértése, hogy „miért adtak örökbe?” - a családon belüli fizikai különbségekkel való megbirkózás az örökbefogadással kapcsolatos megbélyegzéssel való megbirkózás - gyerek-társak reakciójával való megbirkózás - a biológiai gyökerek elvesztésével való megbirkózás
Tinédzserkor	<ul style="list-style-type: none"> - „mit jelent az örökbefogadás a személyiség keresésekor?” - az idilli családról szóló fantázia megoldása/feldolgozása - ekkor merül fel a biológiai szülők keresésének kérdése
Fiatalfelnőttkor	<ul style="list-style-type: none"> - biológiai szülők keresése - szülővé válás az örökbefogadás tényének tükrében - a saját genetikai történet nem-ismerete saját gyerekek születésének kontextusában
Felnőttkor	<ul style="list-style-type: none"> - örökbefogadással kapcsolatos veszteséggel való megbirkózás felnőttkorban - kapcsolat a saját ismeretlen múlt és a között, hogy az ember maga mit hagy hátra
Időskor	<ul style="list-style-type: none"> - végső elhatározás arról, hogy mit jelent örökbefogadottnak lenni az „életre való visszatekintés” tükrében - végső elhatározások biológiai családtagok keresésekor

A következőkben a szerzőknek az első három szakaszra vonatkozó legfontosabb megállapításait foglalom össze.

Csecsemőkor (az első év)

Az, hogy egy örökbefogadott hogyan tud megbirkózni az örökbefogadás tényével, sokban múlik saját maga és az őt örökbefogadó személyiségén és azon, hogyan viszonyul környezete az örökbefogadáshoz. A kutatás azt mutatja, hogy azok az örökbefogadottak képesek a legjobban kezelni a problémákat, akik számára családjuk azt a szabadságot tudja nyújtani, amelyre (és amikor) szükségük van.

Ezzel kapcsolatban egy megjegyzés – a szakirodalomban általában 2+1 fajta örökbefogadó családról beszélnek: az egyik a „különbözőségek tagadása” típusú család, a másik a „különbözőségek elfogadása” típusú, valamint a harmadik, amelyet úgy határoztak meg, hogy a „különbözőségek túlhangsúlyozása típusú család”. Talán nem nehéz kitalálni, hogy melyik családban tudnak a gyerekek a legjobban együtt élni az örökbefogadás tényével.

A csecsemők az első évben hatalmas érzelmi változásokon mennek át. Erikson szerint a csecsemők legfontosabb feladata az első időkben az, hogy biztonságos kötődést alakítsanak ki. Már 2 és 6 hónapos kor között kialakul az a tudat, hogy ők különálló lények, nem tartoznak az anyukájukhoz. 7 és 9 hónapos koruk között kezdik kialakítani szubjektív énjüket, ekkor ismerik fel, hogy nekik ill. másoknak is vannak saját érzéseik, gondolataik – ezeket az érzéseket, gondolatokat aztán meg is tudják lassan különböztetni, 15-18 hónapos koruktól már akár szavakban is.

A csecsemők még nem tudják, hogy ők örökbefogadottak. Ebben az életkorban a feladatok, amelyek elé az örökbefogadás ténye állítja a családokat, inkább az örökbefogadó szülők feladatai. Ezek a feladatok a következők:

1. „Kibékülés” azzal az okkal, ami az örökbefogadáshoz vezetett.
2. A szülőknek muszáj annyira bízni magukban, hogy a környezet esetleges jó vagy rosszindulatú megjegyzéseit a „speciális családról” ki tudják védeni, ezek ne bizonytalanítsák el őket abban, hogy ők igenis „rendes család” lesznek ill. „jó szülők”.
3. Bonding vs. Attachment: a „kötődés vs. ragaszkodás” teóriák nagyon jók arra, hogy az örökbefogadó szülőket vagy bármely szülőt, aki valamilyen oknál fogva nem lehetett ott a születés utáni napokban, elbizonytalanítsák - szükséges ezeket az elméleteket fenntartásokkal kezelni.
4. Az örökbefogadott gyerekek hazavitele utáni napok, hetek, hónapok, akkor is, ha a gyerek még nagyon kicsi, nehezek lehetnek. Talán nem olyan mértékben, mint egy idősebb korban örökbefogadott gyereknél, de egy csecsemőnek is meg kell szoknia az új otthonát, szüleit, ki kell velük alakítania egyfajta kötődést – ez főleg akkor nehezebb ill. tart tovább, ha először annak a kötődésnek az elvesztését kell „gyászolnia”, amit már egyszer kialakított (biológiai anyával, gondozónővel).

Kisgyermekkor és óvodáskor

A kisgyermekkor általában a gyerekek önállósodása jellemzi, a gyerekek ekkor kezdik kialakítani önmagukat, mint saját személyiséget. (A bölcsődés korúak kedvenc szavai a „Nem” és az „Enyém”, az óvodás egyik leggyakrabban használt mondata az „Ezt egyedül is meg tudom csinálni” – mind-mind az önállósodási folyamatot jelzik.) Ez az egyik fontos tény, amely alapján az örökbefogadott problémáit vizsgálni kell, a másik az, hogy a kisgyerekek 1-5 éves koruk között még „pre-operációs gondolkodók”. Ez azt jelenti, hogy már megértik az ok-okozat összefüggéseket, de még nem tudnak önállóan logikusan gondolkodni (ezt hadd

illusztráljam egy saját példával - megkérdeznék egy 3-4 éves gyereket, hogy van-e testvére: „Igen, van egy öcsém.” „És az öcsédnek van testvére?” „Nem, neki nincs.” ☺). Kisgyerekek nem értik a metaforákat, a szóvicceket, vagy az egy-hangzású szavak közti különbséget sem.

A fentiek segítenek megérteni azt, hogy bár 2-3-4-5 éves gyerekekkel is lehet, sőt kell örökbefogadásról beszélni, a kisgyerekek még nem értik teljesen (természetesen gyerekfüggő, mikor kezdik majd érteni) miről is van szó - akkor sem, ha sokszor és szívesen jelentik ki, hogy „Én örökbefogadott vagyok!”. Mikor megkérdezik, hogy ez mit is jelent, kiderül, hogy nem tudnak megfelelő választ adni. Az egyik kedvenc mondatom a könyvből egy 5 éves kisfiúé, aki így definiálta magát:

„*My father is a lawyer, my mother is a teacher, and I am a-dopted.*”
 „*Az apukám AZ ügyvéd, az anyukám A tanárnő, én pedig A doptált vagyok.*”

Ebben a korban ráadásul - nagy általánosságban -, ha örökbefogadásról szóló beszélgetésekről van szó, ez többnyire az örökbefogadási történet elmesélését jelenti. És melyik kisgyerek ne szeretné ezt a történetet?

A szülők - mivel őket jobban foglalkoztatja a téma, mint a kisgyereket - sokszor olyan megnyilvánulásokban is rejtett értelmet keresnek, amelyekben valójában nincs. Mivel mindenkinek azt tanácsolják, hogy ha a gyerek beszélni szeretne róla, akkor kell is (sőt csak akkor), egy anyuka, aki fiát Kolumbiából fogadta örökbe, rögtön azt hitte, hogy gyermeke örökbefogadási krízisen megy keresztül, amikor az 5 évesen arra kérte, hogy senkinek ne mondja el, hogy ő honnan származik. Megkérdezte, hogy mit szeretne a kisfiú, mit mondjon? És mi volt a válasz? „*Mondd azt, hogy az űrből jöttem!*”

A kisgyermekkori örökbefogadásnál fontos, hogy a gyerekek lehetősége legyen beszélnie a korábbi életéről, azokról a személyekről, akik abban szerepet játszottak, anélkül, hogy a szülők azt éreztetnék vele (tudatosan vagy tudat alatt), hogy ez nekik fájdalmat okoz, illetve hogy a gyerek ezzel őket, vagy a korábbi gondozóit elárulná.

A problémák ebben az életkorban a „speciális” örökbefogadás eseteiben jelentkeznek (minden örökbefogadás speciális, ahol más nemzetiségű, eltérő fizikai jellemzőjű gyermek kerül a családba). Azokban az örökbefogadott gyermekekben, akik máshogy néznek ki, mint örökbefogadó szüleik, már ekkor tudatosul, hogy ők mások, de a felismerése nem jelenti azt, hogy fel is tudják mérni ennek jelentőségét.

Kisiskoláskor

Pszichológusok szerint a gyerekek 6 és 12 éves kora között alakul ki igazán az önismeretük valamint (és ez talán még fontosabb) az önbecsülésük. Mindezt nagyon jól mutatja, hogy melyik életkorban mit válaszolnak arra, hogy kik ők: a 8 év alatti gyerekek válaszai még konkrétak, nemre, korra, magasságra, külsőségekre, tárgyakra vonatkoznak, míg a 8 év felettiek különbséget tesznek a szellem és a test között, az önképük több önismeretről tanúskodik.

Örökbefogadással kapcsolatos problémákkal először ebben az életkorban kell szembenéznie mind az örökbefogadottnak mind szüleinek. A gyerekek 6-7 éves korukban tudják először megkülönböztetni az örökbefogadást, mint a családba-kerülés egyik alternatíváját. Kb. 7 éves korukig családképük inkább földrajzi mint biológiai: azok tartoznak a családba, akik egy fedél alatt élnek. 7-8 éves koruk körül kezdik megérteni, hogy a család általában biológiai kapcsolatokon alapul.

A gyerekek 8-11 éves koruk között értik meg igazán, hogy mit jelent örökbefogadottnak lenni. Ekkor ismerik fel azt is, hogy az örökbefogadásnak a pozitív oldal

mellett (amit kisgyerekkorukban az örökbefogadás-történet hangsúlyozott), negatív oldala is van. Ahhoz, hogy valaki örökbefogadjon, kiválassza őket, valakinek először le kellett róluk mondania. Az örökbefogadási történet általában arról szól, hogy a gyerekek kellett egy otthon, kellett szülők, a szülőknek gyerek és szerencsés módon egymásra találtak. Arról nem esik szó, hogy miért volt szüksége a gyerekek otthonra és szülőkre. Ezzel a kérdéssel az örökbefogadott kisiskolás korában kezd foglalkozni – ez az az időszak, amikor az örökbefogadott gyerekek „problémás lesz”.

A kisiskoláskori problémák hátterében mindig ugyanaz az ok áll: az örökbefogadott gyerekek meg kell birkóznia biológiai gyökerei elvesztésével valamint azzal az érzéssel, hogy őt valaki „nem akarta”. Előbbi probléma a pozitív (sőt, egyáltalán a valamilyen) önismeret útjába fog állni, az utóbbi az önértékelést befolyásolja. A problémák minden gyermekből más és más reakciót válthatnak ki, szélsőséges esetben sérülhet a gyermek önértékelése, amit nagyon nehéz helyreállítani.

Az önismeret kérdésével kapcsolatos az a tény is, amellyel minden örökbefogadottnak meg kell birkóznia, azaz hogy ő valamiképpen más. (Ezt a másság érzést a külső tényezők – bőrszín, nemzetiség stb. – nagyban súlyosbíthatják is.) Egyes tanulási problémák – diszlexia, hiperaktivitás stb. – négyszer annyira gyakoriak az örökbefogadottnál mint nem örökbefogadott társaiknál: ez a stigma is a másságot hangsúlyozza. Nem csoda tehát, ha az örökbefogadottnak kisiskoláskorban pszichológiai segítségre is fokozottabban van szükségük, mint a többi gyerekeknek.

9-12 éves koruk között a gyerekek kezdenek önállóvá válni (az önállóság utáni vágy kamaszkorban még inkább felszínre kerül és problémákat okozhat az örökbefogadottak fejlődésében) – ebben a korban ez a családtól való eltávolodási, elszakadási kísérletekben jelentkezik. A szülő-gyermek konfliktus általános következménye, hogy minden gyermek létrehoz magának egy álmvilágot, ahol megteremtheti az idilli családot, ahol jobb szülőkről fantáziálhat, amikor csalogdik a sajátjaiban. Amikor egy nem-örökbefogadott gyermek megtanulja és elfogadja azt a tényt, hogy szüleinek egyaránt vannak jó és rossz tulajdonságai is, a fantáziák szertefoszlanak. Mindez nem ennyire egyszerű – és súlyosbíthatja az eredeti konfliktust - az örökbefogadott gyermekek esetében, hiszen nekik valahol valóban létezik egy másik, a biológia családjuk.