

Ismeretlen örökség

Hogyan alakul örökbe fogadottaknak a vér szerinti anyjukról alkotott képe

Pulay Klára

klinikai szakpszichológus

ELTE PPK

pulayklara@gmail.com

A cikk megjelent: Együtt a gyermekvédelemben c szakfolyóiratban 2013. VII/7.

Az örökbe fogadottak személyiségfejlődése és identitásalakulása szempontjából nagy jelentőségű, hogy milyen képet tudnak kialakítani vér szerinti szüleikről. Ezt a képet meghatározó módon az örökbe fogadó szülők közvetítik a gyerekük számára. Az alábbiakban olyan szempontokat fejtünk ki, amelyeket az örökbefogadó szülőnek érdemes figyelembe venni e „közvetítés” során. Ugyanakkor abban is bízunk, hogy ezek a szempontok megszívlelendőek lehetnek mindazoknak a gyermekvédelmi szakembereknek is, akik munkájuk során örökbefogadott vagy nevelő szülővel élő gyermekekkel foglalkoznak.

Bevezetésképpen egy saját élmény

Éppen jövendő szociális munkások képzésén, egy önismereti tréning keretében történt a következő eset. Amikor a bemutatkozó körben mindenki megmondta a nevét, és beszélhetett saját nevéhez fűződő viszonyáról, névadásának történetéről, az egyik résztvevő ezt mondta: „Rebekának hívnak. Én örökbe fogadott vagyok, csecsemőkoromban fogadtak örökbe. A nevem azért is fontos nekem, mert az anyukámtól kaptam, jó, hogy ezt a nevet választotta, és én meg vagyok vele elégedve”. Természetesen jött belőlem a kérdés: „Melyik anyukádtól kaptad a nevedet, attól, aki megszült vagy attól, aki felnevelt?” Meglepően indulatos, szinte kioktató, ugyanakkor mégis megindult már-már meghatódott válasz érkezett: „Nekem csak egy anyám van! A nőnek, aki megszült, nem kellett. Az anyám az, aki szeretettel felnevelt, és mindent megtett értem.” A csoporttagok arckifejezéséből és fejbőlintásaiból kiolvasható volt, hogy együtt érzően és egyetértően reagáltak e szokatlanul erős érzelmekkel kísért megnyilvánulásra.

Hamarosan az is kiderült, hogy bár semmilyen konkrét élményhez nem tudja kötni az indíttatását, kamaszkora óta tudja, hogy hivatásként nehéz sorsú, „elesett” emberekkel szeretne foglalkozni, rajtuk segíteni. Jóval később tudtam meg, hogy alkoholista apától származó vér szerinti anyja az állami gondozásból kikerülve tizenkilenc évesen szülte őt meg, és mondott le róla.

Rebeka bemutatkozásából átérezhettem azt a belső feszültséget, ami arra indította, hogy a kezdet kezdetén örökbefogadottként határozza meg önmagát, de ugyanakkor elhatárolódjon eredeti, vér szerinti anyjától. Az is láthatóvá vált, hogy ha most még tudatosan, erős indulatokkal terhelt, tagadnia is kell, hogy nem csak örökbefogadó, de vér szerinti anyja is van, tudattalanul már régóta együtt érez a vér szerinti anyjához hasonló sorsú emberekkel. Örökbefogadottsága révén van tehát egy „aranyfedezete” arra, hogy egyszer valóban „jó segítőtve” válhasson. Ennek feltétele azonban, hogy megfelelő önismereti munkával kiaknázza ezt az „aranyfedezetet”: jobban megismerje saját múltját, feldolgozza vér szerinti családjával kapcsolatos veszteségeit, közelebb kerüljön gyökereihez, és helyet találjon szívében a neki életet adó anyjának is.

Részben ez az élményem inspirált arra, hogy örökbefogadó családokkal végzett tapasztalatom alapján az örökbefogadottak identitásának kérdéséről írjak egy gyermekvédelmi folyóiratba.

„Kettős identitás”

Tudjuk, hogy az örökbefogadottak számára az identitás keresése sokszor egy egész életen át tartó küzdelmes folyamat. Ennek alapvetően két oka is van:

- Mindannyian elszakítottak személyes gyökereiktől, nem ismerik vér szerinti családjukat, a róluk való lemondás körülményeit, okait, sokan születésük, korai éveik történetét sem, nem tudnak semmit genetikai örökségükről stb. Ha az identitást úgy értelmezzük, mint „élettörténetünk egységes narratívába foglalását”, akkor jól láthatjuk, hogy az örökbefogadottak saját élettörténetéből alapvető „oldalak”, legtöbbször egész „fejezetek” hiányoznak.
- Az örökbefogadottaknak két, egymástól legtöbbször sok tekintetben eltérő családjuk van: egy jól ismert, őket felnevelő családjuk, és egy ismeretlen származási családjuk. Mindkét családból hozott „örökségüket” be kell építeniük identitásukba, ráadásul úgy, hogy vér szerinti családjukról legtöbbször csak mások által közvetített információkra, sőt sokszor csak fantáziákra építhetnek.

Ezek a hiányok és a hiányt pótló fantáziák végigkísérik életüket, hol támogatva, hol összezavarva identitásukat. Egészséges identitásuk kialakulásához elengedhetetlen, hogy „kettős lojalitást” tudjanak kialakítani vér szerinti és örökbe fogadó szüleik felé egyaránt, hiszen valamiképpen mindkét családnak tartoznak. A vér szerinti szülők „története - legyen az szomorú, nehéz vagy akár borzalmas – az örökbe fogadott gyermek történetének is része.” (Pávao, 2012)

Az „elítélt anya” képének ártalmas volta

Nem csak e „kettős lojalitás” kialakulása szempontjából, de az örökbe fogadott gyermek egészséges identitásának és személyiségfejlődésének szempontjából is az egyik legmeghatározóbb dolog, hogy milyen belső képet tud kialakítani vér szerinti anyjáról. Ennek belátásához fontos megértenünk a következőket:

- Alapvető lélektani törvényszerűség, hogy a számunkra jelentős másikról, a vele való viszonyunkról kialakított képünk (belső tárgy-reprezentációnk) meghatározza az önmagunkról kialakított képünket (belső szelf-reprezentációnkat) is. Ez a gyakorlatban azt jelenti, persze kicsit leegyszerűsítve a jelenséget, hogy ha anyám csodálattal néz rám, akkor én „csodálatos gyerek” vagyok, ha szeret engem, akkor én egy szeretetre méltó lény vagyok. Mindebből következik, hogy ha az örökbe fogadó anya olyan képet közvetít a gyermek felé, hogy vérszerinti anyja őt „eldobta”, mert „nem kellett neki”, akkor nemcsak a „gyermekét eldobó anya” képe alakul ki a gyermekben, hanem az „eldobott gyermek” képe is önmagáról. Ez az önmagáról kialakított énkép természetesen azt is magába foglalhatja, hogy „én egy olyan gyerek vagyok, aki senkinek sem kellett”.
- Ha a gyermekben olyan kép alakul ki az anyáról, hogy ő elfogadhatatlan, értéktelen, vagy sok negatív tulajdonsággal rendelkezik, akkor az komoly szorongást okozhat a gyerekekben. Idővel a gyerek ugyanis megtudja, hogy vannak örökletes „tulajdonságok”, és ha valaki nem segít neki ebben a folyamatban, akkor irreális félelmei keletkezhetnek arról, milyen „rossz dolgokat” örökölhét vér szerinti szüleitől.
- A gyermek önbecsülését súlyosan sérti, ha azt éli meg, olyan szülőktől származik, akikről az ő örökbefogadó szülei rossz véleménnyel vannak. (Bogar, 2011)

Klinikai tapasztalatok azt mutatják, hogy a pácienssé vált örökbe fogadott gyerekek, serdülők nagy részénél félelemteli és szorongáskeltő belső kép él a vér szerinti szülőkről, (bűnöző, bántalmazó apák, lelketlen, prostituált anyák) és szelf-reprezentációik is az eldobott, a nem-kívánt gyermek képét mutatják. (Brinich, 1993)

Aki közvetíti a képet

A szülő anya képe általában az örökbe fogadó szülő közvetítése révén alakul ki a gyermekben, s színeződik tovább saját fantáziája által. Ezért döntő jelentőségű, hogy az örökbe fogadó anya hogyan viszonyul a gyermekükről lemondó anyákhoz általában, illetve ő maga milyen belső képet alakít ki saját gyermeke vér szerinti anyjáról. Örökbe fogadó szülőkkel végzett konzultációs tapasztalataink azt mutatják, hogy több összetevő együtt, komplex módon határozza meg ezt a kialakított viszonyulást. (Korbuly 2005) Nyilvánvaló, hogy ebben szerepet játszik a valóságos vér szerinti anya személye és gyermekéről való lemondásának története is. Ha az örökbe fogadó anya érett, integrált személyiséggel, egészséges önértékeléssel rendelkezik, feldolgozta saját terméketlenségéből eredő veszteségeit, örökbe fogadó anyaként is teljes értékű szülőnek érzi magát, és bízik a gyermekével kialakított biztonságos kötődés erejében, akkor ez a viszonyulás sokkal pozitívabb lesz. (Pulay, 2009) Tapasztalataink azt mutatják, hogy a nyílt örökbefogadás, ahol az örökbefogadó szülők személyesen találkoznak a szülő anyával, ilyen pozitívabb viszonyuláshoz vezethet. Ez részben azért lehet így, mert megismerkedhetnek a vér szerinti anya személyes élettörténetével. Megérthetik, átérezhetik, hogy milyen nehéz sors, esetleg testi vagy mentális betegség készítette, olykor kényszerítette őt arra, hogy lemondjon gyermekéről. Ennek kapcsán csökkenni az előítéletek, kialakul egy személyes elfogadás, olykor erős érzelmi kötelék is létrejöhet a két anya között. Nem egyszer hallottam már ilyen mondatot is: „Volt olyan érzésem is, hogy magát az anyát kellett volna örökbe fogadnom, hogy az ő sorsán tudjak segíteni.”

Néhány szempont a megfelelő viszonyuláshoz

A vér szerinti szülőről egyrészt mindig a realitáson alapuló, minél több objektív tény is magába foglaló képet érdemes festeni a gyerekek, serdülőnek. Természetesen a gyerek életkorának megfelelő módon és mértékben „adagolva” az információkat, mindig csak az ő benne felmerülő kérdésekre válaszolva. Legalább ilyen fontos azonban az is, „hogyan” osztjuk meg a gyerekekkel ezeket az információkat. Ügyelni kell arra, hogy ez a kép minél kevésbé legyen félelemteli és szorongáskeltő a gyermek számára, és lehetőség szerint megértésre és együttérzésre törekvő viszonyt tükrözzön a vér szerinti anyával szemben is. Ezt a viszonyulást azonban csak akkor tudja közvetíteni a szülő, ha ez egyezik a belső meggyőződésével. A következőkben csak néhány szempontot nyújtunk ehhez a megfelelő viszonyuláshoz.

- **Adjunk engedélyt arra, hogy a gyerek érdeklődjön vér szerinti családjá iránt!**

Ez azt jelenti, hogy a szülő legyen nyitott a vér szerinti szülőkről való beszélgetésre, sőt ő maga is kezdeményezzen ilyen beszélgetéseket. Ezzel azt üzeni gyermekének, hogy ő maga is elfogadta, hogy gyermekének két szülőpárja van, természetesnek veszi, hogy a gyerek minél többet szeretne megtudni eredeti családjáról, saját múltjáról. Azt is üzeni, hogy nem fél attól, hogy a gyerek vér szerinti családjá iránti érdeklődése azt jelenti, hogy örökbe fogadó családjához nem kötődik eléggé vagy elégedetlen azzal. Ez azt is jelzi a gyerekeknek, hogy ez nem egy szégyellni való téma, és hogy eredeti családjával kapcsolatos fantáziái, vegyes érzelmei, kérdései, kételyei mind természetesek, „normálisak”. Az anya elmondhatja, hogy ő maga is szokott a vér szerinti anyára gondolni. Számtalan alkalom nyílik arra, hogy ilyen beszélgetést kezdeményezzen a szülő, örömteli és nehéz helyzetek kapcsán egyaránt a már iskoláskorú gyermekével. Csak néhány példát említek. Születésnapon: „Kíváncsi vagyok, szülőanyád gondol-e Rád”. Anyák napján: „Vajon mit csinálhat most a szülőanyád?” Esti ima kapcsán: „Gondoljunk most szülőanyádra is!” Vizsgálat kapcsán: „Nehéz így, hogy nem ismerjük az orvosi történetedet!”

A vér szerinti szülőt ábrázoló fényképek nagymértékben segítik azt, hogy a gyerek valóságos képet alakítson ki róluk. Ilyen fényképpel a legtöbb, örökbefogadás előtt intézetben élő gyerek szülei rendelkeznek, és érdemes ilyen szerezni a nyílt örökbefogadás során is.

- **Ismerjük el a vér szerinti szülők érdemeit is!**

A vér szerinti szülők, bár nem tudták felnevelni gyereküket, elvitathatatlan és tiszteletben tartandó érdeme, hogy életet adtak neki. A szülőanyáé pedig, hogy világra hozta őt. Ezért az az örökbefogadó szülő, aki sajátjaként szereti gyermekét, alapvetően pozitív érzellemmel viszonyulhat azokhoz, akiknek köszönheti gyermeke létezését, és ezt tudja közvetíteni a gyerek felé is.

Érdekes és biztató az a folyamat, amit évek során megfigyelhettem örökbefogadó szülőknél: ahogyan egyre mélyül gyerekükkel való szeretetkapcsolatuk, ahogyan egyre biztosabbak lesznek szülői szerepükben, úgy fordulnak ők maguk is egyre nagyobb érdeklődéssel és elfogadással a vér szerint anyja felé.

Minden örökbefogadott gyerek hordoz olyan pozitív genetikai örökséget, amit vér szerinti szüleinek köszönhet, és joggal lehet rá büszke. Ez az örökség megnyilvánulhat testi adottságokban, temperamentumban, és a legkülönbözőbb képességekben. Szintén számos lehetőség van arra, hogy az örökbe fogadó szülő erősítse a gyermekben ezeket a jellemzőket. Spontán módon bármikor mondhat ilyeneket: „Ezt a szép hangodat szülőanyádtól örökölhetted.” „Apád lehetett ilyen jó, erős izomzatú, mint Te.” A gyereknek bármilyen komolyabb teljesítménye, elért sikere kiváló alkalom arra, hogy átélhesse, ehhez a sikerhez az „örökbefogadói háromszög” minden tagja hozzájárult: a vér szerinti szülőktől örökölt tehetséget az örökbefogadó szülők felismerték, és támogatták, segítették a gyereket abban, hogy sok kitartás és munka révén kibontakoztassa ezt a tehetséget. Milyen helyénvaló ilyenkor egy ilyen mondat: „Szülőanyád biztosan büszke lenne Rád.” Ezzel nem csak arra „adunk engedélyt”, hogy a gyerek, szorongások helyett (vagy éppen azok mellett), örülni is tudjon genetikai örökségének, hanem arra is, hogy minél jobban ki tudja bontakoztatni a benne szunnyadó képességeket.

- **Sose mondjunk olyasmit, hogy „Téged eldobott az anyád” vagy „nem kellettél neki”!**

Fentebb már láttuk, milyen ártalmas a gyerek önbecsülésére nézve, ha az őt eldobó anyja képét alakítja ki magában. Mit mondhat a szülő ehelyett?

A legtöbb örökbefogadás esetén őszintén elmondható a gyereknek, hogy szülőanyja szerette volna megtartani, és szerette volna, ha fél tudta volna nevelni őt. Nem azért nem tartotta meg őt, mert nem akarta, hanem azért, mert olyan sorsa, életkörülménye, élethelyzete, vagy éppen betegsége volt, hogy nem tudta őt megtartani. Nyílt örökbefogadás esetén fontos, hogy a gyerek azt is tudja, hogy az anyja úgy mondott le róla, hogy rábízta őt az örökbefogadó szülőkre. Fontos, hogy a gyerek megértse, hogy anyja nehéz élethelyzetében úgy érezte, úgy tud a róla a legjobban gondoskodni, ha lemond róla, és egy másik család gondjaira bízva, bízva abban, hogy ő ebben az új családban szerető szülőkre és jobb jövőre talál, mint ha ő vele maradt volna. És valóban azt tapasztaljuk, hogy a gyerekeikről nyíltan lemondó anyáknak nagyon nehéz és fájdalmas ez a lemondás, és gyakran egész későbbi életükre hatással lesz. Ők is sokat gondolnak gyermekeikre, többen már a lemondás után azt várják, hogy egyszer majd találkozhatnak velük, és elmondhassák, miért kellett meghozniuk ezt a nehéz döntést. Közülük egyre többen adnak apró ajándéktárgyat a gyermekkel vagy fényképet magukról, hogy a gyermek így is emlékezessen rájuk. Mások büntudatuk miatt szeretnének mindent elfelejteni, új életet kezdeni, de azt is tudjuk, hogy az első gyereküket örökbe adó fiatal anyáknak egy jelentős része nem tud több gyereket világra hozni.

Gyermeküket intézetben hagyó anyák esetében is legtöbbször elmondható, hogy azért adták őket intézetbe, mert azt remélték, nehéz sorsuk majd rendeződik, és akkor újra magukhoz vehetik őket, de vágyukat nem tudták valóra váltani.

- **Oldjuk a hamis büntudatot is!**

Amikor a gyerekek hat-hét éves koruk után már kezdik valóban megérteni, hogy mit jelent az, hogy róluk lemondtak a szüleik, akkor kezdik átélni, hogy eredeti családjukat elveszítették. Gyakran saját magukat okolják a lemondás miatt. „Talán túl sokat sírtam, vagy nem ettem rendesen.” „Állandóan arra gondolok, valamit rosszul csináltam, valahogy az én hibám volt.” (Brodziszky, 1993)

Fontos tehát, hogy a gyerek megértse, ő csak elszenvedője, ártatlan áldozata, és nem okozója volt annak, hogy róla lemondtak.

Ahogy a gyerek okosodik, és egyre inkább megérti, megtapasztalja az őt körülvevő világ jelenségeit, és képes lesz mások szempontjait is figyelembe venni, egyre differenciáltabb képet lehet neki közvetíteni arról, miért nem tudta őt anyja felnevelni. Kiskamasz korától kezdve egyre inkább képes megérteni például azt, mit jelent, hogy valaki nincs még kész az anyaságra, vagy hogyan kerülhetett anyja a társadalom periferiájára, vagy hogyan hathatott személyiségére a saját diszfunkcionális családja, vagy intézetben töltött gyerekkora. Megértheti, hogyan válhatott anyja gyermekét elhanyagoló vagy bántalmazó szülővé. Azért is fontos, hogy a gyerek a vele való beszélgetések során megértse ezeket az összefüggéseket, hogy ne kelljen félnie attól, hogy ő is hasonló sorsra juthat.

- **Adjunk utat a haragnak és a gyásznak is!**

Más gyerekek a kisiskoláskorban átélt veszteség kapcsán vér szerinti szüleikre haragszanak, amiért lemondtak róluk, amiért nem ismerhetik saját gyökereiket, amiért ők „mások”, mint a többi gyerek. A szülőnek együtt kell éreznie a gyermek veszteségével, támogatni kell őt abban, hogy meggyászolhassa vér szerinti családját. De haragudhatnak a gyerekek vér szerinti szüleikre a miatt is, ha kedvezőtlen adottságokat örököltek tőlük, ha anyjuk terhesség alatti felelőtlen magatartása károsodást okozott nekik, vagy ha intézetbe adták vagy bántalmazták őket. A szülőnek ilyen esetben is „hitelesítenie” kell a gyerek fájó érzéseit és segítenie kell őt abban, hogy kifejezhesse jogos haragját. Sőt a szülőnek sem kell eltitkolnia saját haragját vagy veszteségérzetét. Ő is kifejezheti, hogy sajnálja, hogy nem az ő hasában növekedhetett gyermeke, ahogy azt is, hogy szomorú amiatt, hogy nem lehetett vele a múltban és nem tudta őt megvédeni a bántalmazásoktól. Bántalmazottság esetén természetesen hosszú időbe telik, míg a sok-sok keserűség, fájdalmas érzés és harag után az örökbe fogadott fiatal (sokszor már felnőttként vagy éppen szakember segítségével) érzelmileg is el tudja fogadni, hogy vér szerinti szülei csak azt tehették, amit akkor képesek voltak tenni, megbarátkozik sorsával, és meg tud bocsájtani nekik. Egy következő lépés lehet a vér szerinti szülők felkutatása, a „gyökerkeresés”, amire azonban a „gyerekek meg kell érnük”, és csak saját indíttatása alapján kezdődhet el, de ennek megtárgyalása már túlmutat jelen kereteken.

Irreális félelmek

Örökbefogadásra felkészítő tanfolyamokon résztvevők többször megfogalmazzák azt a félelmüket, hogy ha a fenti módon viszonyulunk a vér szerinti anyákhoz, ennek hatására a gyerek a vér szerinti anyával, az ő „társadalmi rétegével fog azonosulni, s melléjük áll, az örökbefogadó család ellenében.”

Ez a félelem teljesen irreális. Az valószínű, hogy a fenti „viszonyulást” magába szívó örökbe fogadott fiatal vagy felnőtt, kettős lojalitása okán is megértőbb, együtt érzőbb lesz a nehéz sorsú, elesett és kiszolgáltatott emberekkel szemben. Ugyanakkor biztosan remélhetjük, hogy nagyvonalakban azokat az értékeket és normákat igyekszik majd követni, amikkel örökbe fogadó családjában azonosult. Így nem kell attól tartanunk, hogy a gyermek olyan életformát, vagy életvitelt választana magának, mint amelyet esetleg vér szerinti anyja élt. Annál is inkább, hiszen tudjuk, hogy ezek a sorsok nem választások következtében, hanem lehetőségek és esélyek hiányában alakultak úgy, ahogy alakultak. Az viszont könnyen elképzelhető, hogy

az ilyen fiatalok egy része, éppen az elesettek iránti érzékenysége okán, olyan hivatást választ magának, amelyben ez a kettős lojalitás tükröződik, és értékes módon feldolgozottá válik az örökbefogadottság traumája. Hogy mi lehet ilyen hivatás? Az utcai hajléktalanokkal foglalkozó szociális munkástól kezdve az iskolai gyermekvédelmi tanácsadón át, bármilyen ügynevezett segítő foglalkozás, akár a szociálisügyi miniszter is, a fiatal irányultságától és ambícióitól függően. S emiatt nem hiszem, hogy aggódni kellene.

Irodalom

BOGÁR ZS. (2011): Az örökbefogadás lélektana Budapest, Ágacska Alapítvány

BRINICH P.(1993): Adoption from the Inside Out: A Psychoanalytic Perspective In: D.M. BRODZINSKI, M. K. SCHECHTER (Ed): The psychology of adoption. New York, Oxford University Press

BRODZINSKI, M. K, SCHECHTER M.D., HENIG R.M.(1993): Being Adopted: The Lifelong Search for Self. New York, Anchor Books

KORBULY,Á.(2005): A vér szerinti szülő reprezentációja, mint „fantom” örökbe fogadó családokban. Család Gyermek Ifjúság, (14), 3:13-18..

PAVAO J. M.(2012): Az örökbefogadás háromszöge Budapest, Mózeskosár Egyesület

PULAY K. (2009): Engedjétek azzá válni, aki vagyok! Feldolgozatlan veszteségek hatása az örökbe fogadott gyermek identitásának alakulására Serdülő és Gyermekpszichoterápia 2009/ 2-3, 48-54.