



BA ritgerð
Félagsráðgjöf

Því ætti það ekki að gerast aftur?

Sorgarferli ættleiddra einstaklinga

Kristín Skjaldardóttir

Leiðbeinandi Anni G. Haugen
Júní 2014



HÁSKÓLI ÍSLANDS
FÉLAGSVÍSINDASVIÐ

FÉLAGSRÁÐGJAFARDEILD

Því ætti það ekki að gerast aftur?
Sorgarferli ættleiddra einstaklinga

Kristín Skjaldardóttir

190975-5419

Lokaverkefni til BA-gráðu í félagsráðgjöf

Leiðbeinandi: Anni G. Haugen

Félagsráðgjafardeild

Félagsvísindasvið Háskóla Íslands

Júní 2014

Því ætti það ekki að gerast aftur?

Ritgerð þessi er lokaverkefni til BA-gráðu í félagsráðgjöf
og er óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi rétthafa.
© Kristín Skjaldardóttir, 2014

Prentun: Háskólaprent
Reykjavík, Ísland, 2014

Útdráttur

Sorgarferli ættleiddra einstaklinga hefur lítt verið rannsakað og fátt er um rannsóknarrit á akademískum vettvangi þar sem skýrar vísbendingar er að finna um það hvað valdi slíku sorgarferli. Til dæmis er ekki ljóst hve hátt hlutfall ættleiddra einstaklinga gengur í gegnum sorgarferli eða hvað skilur á milli þeirra sem glíma við það og þeirra sem gera það ekki. Í þessari ritgerð er fjallað um þetta ferli og hvernig foreldrar og félagsráðgjafar geti lagt þeim lið sem finna sig knúna til að vinna úr því. Fjallað er um hugtökin áfall, sorg, sorgarferli og tengslarof í tengslum við ættleiðingu barna og hvaða áhrif hún hefur á líf þessara einstaklinga. Því næst er lýst þeim aðferðum sem henta til að aðstoða ættleidda einstaklinga, börn og fullorðna, í gegnum sorgarferli sitt, og eru á færi foreldra og félagsráðgjafa að vinna með.

Niðurstöður leiða í ljós að ekki ganga allir ættleiddir einstaklingar í gegnum sorgarferli vegna ættleiðingar sinnar heldur líta þeir jákvæðum augum á hana og telja hana af hinu góða. Þeir einstaklingar sem berjast við sorg vegna ættleiðingar velta því einkum fyrir sér af hverju líffræðilegir foreldrar gátu ekki átt þá og hvernig þeir foreldrar séu að upplagi og uppruna. Niðurstöður sýna einnig mikilvægi þess að kjörforeldrar tjái sig opinskátt um ættleiðinguna, að þeir séu tilbúnir til að ræða hana við börn sín og að börnin skynji vilja kjörforeldra sinna til að ræða þessi mál við þau. Loks kemur fram að félagsráðgjafar, sem hafa tileinkað sér þekkingu á sorg og sorgarferli í fjölskylduráðgjöf, eru vel til þess fallnir að veita ættleiddum einstaklingum, börnum og fullorðnum, aðstoð leiti þau eftir henni.

Formáli

Rannsóknarefni þessarar ritgerðar tengist persónulegri reynslu minni. Árið 2006 eignaðist ég son sem fæddist í Kolkata á Indlandi. Nokkuð á annan áratug hef ég því haft nán kynni af heimi ættleiðinga þar sem mikil og góð áhersla er lögð á fræðslu til kjörforeldra, en hún hefur einkum tengst tengslum og tengslaröskun, aðlögun foreldra og barns og fyrstu skrefum í skóla. Í þessari fræðslu saknaði ég þó vitneskju um sorg ættleiddra einstaklinga, barna og fullorðinna, sem tengist ættleiðingum. Ekki síst vakti það snemma áhuga minn að þekkja hvernig reynsla ættleiddra einstaklinga birtist í rannsóknum og fræðum sem iðkuð eru á akademískum vettvangi. Það varð kveikjan að BA-verkefni mínu.

Ég vil færa Anni G. Haugen, lektor við félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands, bestu þakkir fyrir góða og gagnlega leiðsögn við samningu þessarar ritgerðar og ánægjulegt samstarf. Þá vil ég þakka Þorvaldi Kristinssyni og Jóni Gunnari Steinarssyni fyrir veitta aðstoð, góða hvatningu þeirra og stuðning.

Reykjavík í apríl 2014

Kristín Skjaldardóttir

Efnisyfirlit

Útdráttur	3
Formáli	4
Efnisyfirlit	5
1 Inngangur.....	6
2 Ættleiðingar á Íslandi.....	8
3 Kenningar.....	10
3.1 Áföll, sorg og sorgarferli	10
3.2 Fimm stig sorgar og sorgarferlis	11
3.3 Tengsl.....	12
4 Rannsóknir á sorgarferli ættleiddra einstaklinga.....	15
4.1 Erlendar rannsóknir	15
4.2 Íslenskar rannsóknir	17
5 Sorgarferli ættleiddra einstaklinga.....	19
5.1 Missir ættleiddra barna og sorg	19
5.2 Upplifun ættleiðingar	20
5.3 Sjálfsmynd, skömm og höfnun	23
6 Þörf fyrir aðstoð	25
6.1 Sorgarþríhyrningur	25
6.2 Hlutverk kjörforeldra í sorgarferli barna sinna.....	26
6.3 Hlutverk og undirbúningur félagsráðgjafa	27
6.4 Félagsráðgjöf fyrir ættleidd börn í sorgarferli.....	29
6.5 Ráðgjöf fyrir fullorðna ættleidda einstaklinga	30
6.6 Mikilvægi þess að vinna úr sorg	30
7 Niðurstöður.....	32
8 Umræður	35
Heimildir	38

1 Inngangur

Markmið þessarar ritgerðar er að gera grein fyrir þeirri þekkingu sem fyrir liggur á fræðilegum vettvangi um áhrif ættleiðinga á einstaklinga. Þar er sérstaklega horft til þess sorgarferlis sem ættleiddir einstaklingar ganga stundum í gegnum vegna ættleiðingar sinnar. Við ættleiðingu verður til þríhyrningur þriggja áhrifaafla, líffræðilegra foreldra, barns og kjörforeldra. Oft er hann nefndur sorgarþríhyrningurinn vegna þess að hann felur í sér átök við ýmiss konar sorg, meðal annars sorg hins ættleidda (Janus, 1997). Um þá sorg verður fjallað um í ritgerð þessari

Samkvæmt íslenskum lögum geta ættleiðingar verið með þrennu móti, frumættleiðing frá útlöndum, frumættleiðing innanlands og stjúpættleiðing (*Lög um ættleiðingar* nr. 130/1999). Hér verður fyrst og fremst fjallað um sorg þeirra sem ættleiddir hafa verið frá einu ríki til annars. Notast verður við orðið kjörbarn eða hinn ættleiddi þegar að rætt er um ættleiddan einstakling. Kjörforeldrar eru þeir sem ættleiða börn og líffræðilegir foreldrar eru þeir sem af einhverjum ástæðum láta frá sér börn sín til ættleiðingar. Algengast er að þau börn sem ættleidd hafa verið til Íslands frá útlöndum hafi búið á barnaheimilum áður en að þau koma til kjörforeldra sinna. Sum þeirra hafa þó verið hjá fósturfjölskyldum en það er mun sjaldgæfara.

Við öflun gagna fyrir ritgerðina var haft samband við dr. Ronald Federici taugasálfræðing í Bandaríkjunum en hann hefur unnið mikið með börn með tengslaröskun á einkastofnun sinni en ekki fjallað um þau svið sorgarinnar sem tengjast ættleiðingu. Dr. Federici (2014) telur að sorgarferli ættleiddra einstaklinga sé svið sem lítt hafi verið rannsakað svo vel megi teljast og að því hafi enn ekki verið gefinn nægur gaumur. Hann telur það þó vera að breytast og því mikilvægt að fleiri rannsóknir á þessu sviði líti dagsins ljós. Heimildir í ritgerð þessa fengust á veraldarvefnum þar sem leitast var við að finna ritrýndar greinar sem byggðar eru á rannsóknum. Þá fengust fræðibækur á bókasöfnum landsins og jafnframt var stuðst við kennslubækur úr námi í félagsráðgjöf. Þá var bóka einnig aflað með rafrænum hætti af söluvefnum Amazon. Vegna skorts á heimildum varðandi þetta tiltekna efni, sérstaklega

hvað varðar íslenskar rannsóknir, var brugðið á það ráð að styðjast meðal annars við BA-ritgerð sem heimild.

Lagt var upp með tvær rannsóknarspurningar:

- Hvað veldur sorg ættleiddra einstaklinga vegna ættleiðingar sinnar?
- Hvernig getur félagsráðgjafi aðstoðað einstaklinga sem ganga í gegnum sorgarferli vegna ættleiðingar?

Í 3. kafla ritgerðarinnar verður farið yfir kenningar um sorg, sorgarferli og áföll. Einnig verður þar gerð grein fyrir tengslakenningum Bowlbys svo og kenningum Eriks Erikson en rof og myndun nýrra tengsla geta haft áhrif á sorg ættleiddra einstaklinga. Í 4. kafla er gerð grein fyrir íslenskum og erlendum rannsóknum á fræðasviðinu og í 5. kafla er fjallað um sorgarferli ættleiddra einstaklinga. Í 6. kafla er fjallað um það hvernig kjörforeldrar geti aðstoðað börn sín við úrvinnslu sorgar sinnar og síðan rætt um það hvernig félagsráðgjafi geti veitt ættleiddum einstaklingum, börnum og fullorðnum, aðstoð í sorg sinni ef þau óska eftir henni. Þar er einnig vikið að meðferðarúrræðum sem hafa sannað sig í vinnu fagaðila. Ritgerðinni lýkur svo á tveimur köflum þar sem niðurstöður hennar eru dregnar saman og rætt um mikilvægi þeirra.

2 Ættleiðingar á Íslandi

Samkvæmt íslenskum lögum er um þrjár mismunandi tegundir ættleiðinga að ræða hér á landi, frumættleiðingu frá útlöndum, frumættleiðingu innanlands og stjúpættleiðingu. Með frumættleiðingu er átt við barn sem ekki er barn eða kjörbarn maka þess er ættleiðir og með stjúpættleiðingu er átt við barn eða kjörbarn maka sem viðkomandi ættleiðir (*Lög um ættleiðingar* nr. 130/1999). Ættleiðingar erlendra barna hófust á Íslandi árið 1978 (Íslensk ættleiðing, e.d.).

Hugtakið ættleiðing hefur breyst og þróast í gegnum tíðina og þá oft í samræmi við lagabreytingar á hverjum tíma. Nú á tímum er litið á ættleiðingu sem úrræði fyrir barn sem ekki á fjölskyldu, að það eigi þess kost að alast upp í fjölskyldu og mynda ættartengsl með henni. Algengast er að börn séu ættleidd frá fátækari ríkjum til auðugri landa. Ættleiðingar, bæði innanlands og frá útlöndum, eiga að taka mið af hagsmunum barna og ættleiðingar frá öðrum ríkjum til Íslands eru unnar samkvæmt Haag-samningnum svokallaða sem samþykktur var árið 1993 af Sameinuðu þjóðunum (Hrefna Friðriksdóttir, 2011). Haag-samningnum er ætlað að koma í veg fyrir sölu og brottnám barna og miðar að því að hafa hag barnanna að leiðarljósi. Þau lönd sem samþykkja að starfa eftir Haag-samningnum hafa því þessi markmið að leiðarljósi þegar kemur að ættleiðingum á milli landa. Nýju heimalandi barnsins ber að tryggja að kjörforeldrar séu til þess fallnir að sjá um og annast barn og vera í sambandi við löggilt ættleiðingarfélag í upprunalandi barnsins vegna ættleiðingarinnar (Innanríkisráðuneytið, 2014). Ættleiðing telst nú vera verndarúrræði fyrir barn sem á þess ekki kost að alast upp hjá líffræðilegum foreldrum og á fyrsti kosturinn ætíð að vera sá að reyna að útvega barni fjölskyldu í upprunalandi sínu áður en leitað er eftir ættleiðingu til annars ríkis. Mikilvægt er að gerðar séu ríkar kröfur til kjörforeldra um færni og hæfni til að ala upp barn en ættleidd börn ganga bæði í gegnum áfall og missi við ættleiðingu. Mikilvægt er að takast á við tilfinningar sem tengjast ættleiðingunni svo og aðra þætti með barninu þegar það er orðið hluti af kjörfjölskyldu sinni (Hrefna Friðriksdóttir, 2011).

Á árunum 1990–2012 var 391 barn ættleitt frá erlendum ríkjum til Íslands (Hagstofa Íslands, e.d.-a). Flest komu börnin frá Kína og Indlandi, alls 302 börn, en einnig voru börn ættleidd frá Kólumbíu og Rúmeníu. Þá eru 53 ættleiðingar skráðar á önnur óskilgreind lönd. Á þessu tímabili komu 138 drengir og 253 stúlkur til landsins. Fyrir árið 2001 voru flest börnin

um eða undir eins árs aldri en frá árinu 2002 fóru þau að verða eldri við komuna til Íslands og er annað aldursár nú algengast. Allt að sex ára börn hafa verið ættleidd hingað til lands en hin síðari ár hefur verið algengast að börnin séu á aldrinum 1–3 ára. Mjög misjafnt er á milli ára hve mörg börn eru ættleidd til landsins (Hagstofa Íslands, e.d.-b).

Ættleiddir einstaklingar þurfa sem börn að átta sig á því hvað ættleiðing þýðir fyrir þá svo og fyrir samfélagið sem þeir búa í. Hvernig skilgreinir fólk ættleiðingu og hvað telur nánasta umhverfi ættleiðingu vera? Þetta getur skipt miklu máli þegar einstaklingurinn staðsetur sjálfan sig í umhverfinu. Ættleiðing fylgir einstaklingnum alla ævi og er hluti af honum og því þarf hin ættleidda manneskja að átta sig á því hvaða áhrif ættleiðingin hefur á hana og sættast við ættleiðinguna. Fyrir suma er þetta einfalt en fyrir aðra er þetta erfitt og mikil sorg getur fylgt því að komast að niðurstöðu og sátt um eigin ættleiðingu. Þegar manneskja er ættleidd fær hún ákveðna sérstöðu sem fylgir henni alla ævi, að vera ættleidd. Við ættleiðinguna hefur viðkomandi einstaklingur einnig misst sína líffræðilegu foreldra og það líf sem hann hefði átt með þeim. Sumir fá aldrei neina vitneskju um þetta líf sem þeir misstu af en aðrir leita aftur á móti uppruna síns og hafa árangur af. Ekki finna allir hvöt hjá sér til að leita uppruna síns því að þeir líta svo á að ættleiðing þeirra sé staðreynd sem þeir séu sáttir við og óski því ekki frekari vitneskju um það sem hefði getað orðið (Smit, 2002).

3 Kenningar

Hér verður fjallað um kenningar er tengjast áföllum, sorg og sorgarferli svo og tengslum. Þær kenningar tengjast jafnframt sorgarferli ættleiddra einstaklinga og auðvelda okkur að skilja það ferli sem einstaklingur gengur í gegnum vegna sorgar sem tengist ættleiðingu og líffræðilegum foreldrum. Þá er sterk tengslamyndun mikilvæg fyrir úrvinnslu þessarar sorgar eins og vikið verður að síðar í þessari ritgerð.

3.1 Áföll, sorg og sorgarferli

Sorg getur birst í mörgum myndum og fólk syrgir af ýmsum ástæðum. Algengt er að manneskja sem lendir í áfalli og glímir við lífskreppu gangi í gegnum sorgarferli og takist þá á við fjögur stig: Lost, viðbragðs- og varnarstig, úrvinnslustig og endurskipunarstig. Misjafnt er hvernig fólki gengur að vinna sig í gegnum stigin fjögur og sumir nema staðar á einhverju af þessum stigum og ná aldrei fyllilega að vinna sig út úr áfallinu sem vakti sorgina (Andrés Ragnarsson, 1997). Á sama hátt og þegar fólk gengur í gegnum áfall, skiptist sorgarferli í stig. Þar eru stigin fimm og skiptast í afneitun, reiði, samningsgerð, hugarangur og viðurkenningu. Að ganga í gegnum þessi stig hjálpar fólki til að lifa með þeim missi sem það hefur orðið fyrir, þau útskýra hvorki sorgina né lækna fólk. Sumir fara aldrei í gegnum öll stigin og aðrir taka þau ekki í þeirri röð sem hér er nefnd (Kübler-Ross og Kessler, 2005).

Stigin fjögur sem nefnd eru hér að ofan eru mismunandi og mislangan tíma getur tekið fyrir fólk að vinna sig í gegnum þau. Loststigið einkennist af reiði og vantrú (Andrés Ragnarsson, 1997). Erfitt getur verið fyrir aðra að átta sig á því að viðkomandi sé á loststigi því að ekki ber á neinu út á við, en viðkomandi er engu að síður í miklu uppnámi og hugsanir allar á fleygiferð (Cullberg, 1975). Viðbragðs- og varnarstigið getur varað mun lengur. Tilfinningar eins og sorg, vonbrigði og sektarkennd gera þá gjarnan vart við sig (Andrés Ragnarsson, 1997). Einstaklingurinn reynir að átta sig á því hvað er að gerast og af hverju hlutirnir eru að gerast. Mikil streita getur komið fram svo og breytt hegðun. Langvarandi kvíði og svefntruflanir eru oft fylginautar þessa stigs (Cullberg, 1975).

Eftir varnarstigið tekur við úrvinnslustig. Syrgjandinn byrjar að sætta sig við orðinn hlut og horfast í augu við staðreyndir. Auðveldara verður að horfa fram á við og viðkomandi reynir að sættast við það sem gerðist. Með tímanum dregur úr sársaukanum og hann kemur æ sjaldnar í ljós (Cullberg, 1975).

Lokastigið er svo endurskipunarstig en þá hefur einstaklingurinn unnið sig í gegnum áfallið. Sorg og sársauki koma annað slagið upp á yfirborðið og einstaklingurinn hefur tekið miklum þroska (Andrés Ragnarsson, 1997). Áfallið verður hluti af lífi einstaklingsins og hluti af lífsreynslu hans þótt það gleymist hvorki né hverfi (Cullberg, 1975).

Tvö af stigum sorgarinnar haldast í hendur við tvö af stigum áfalla. Það eru annars vegar áfall og doði og hins vegar afneitun. Engir tveir bregðast nákvæmlega eins við sorg en áfall og doði virðast gera vart við sig hjá flestum. Ástandið getur varað frá nokkrum sekúndum til nokkurra vikna. Áfallið gefur líkamanum tíma til að meðtaka og takast á við það sem gerst hefur og á meðan áfallið gengur yfir er líkaminn og heilinn í nokkurs konar hægagangi. Afneitun gerir viðkomandi kleift að meðtaka aðeins það sem hann er tilbúinn til að meðtaka. Afneitunin gerir viðkomandi einnig kleift að loka á flóð hugsana sem fara um hugann og hafa betri stjórn á þeim tilfinningum sem viðkomandi finnur fyrir (Di Ciacco, 2008).

3.2 Fimm stig sorgar og sorgarferlis

Á fyrsta stiginu – afneitun – vonast fólk eftir því að sá sem það syrgir birtist allt í einu aftur, að sá sem það syrgir sé ekki horfinn, og þoka og doði liggur yfir viðkomandi rétt eins og við áfall. Að því kemur að viðkomandi gerir sér grein fyrir því að missirinn er og verður og annað stig sorgarinnar færist yfir – reiðin.

Reiðin er hvorki rökræn né réttmæt og viðkomandi reynir gjarnan að finna ástæður fyrir því af hverju svo fór sem fór og hverjum var um að kenna. Reiðin beinist gjarnan að einstaklingnum sjálfum og af hverju hann gat ekki komið í veg fyrir missinn. Reiðin er mjög mikilvægur þáttur í sorgarferlinu og auðveldar þeim sem syrgir meira en flest annað að vinna úr sorginni og komast í gegnum hana. Reiðinni halda engin bönd og oft beinist hún að þeim sem síst skyldi án þess að við nokkuð fáist ráðið. Spurning um hvað viðkomandi hafi gert til að eiga þetta skilið eru áleitnar og mikil sjálfsásökun getur fylgt reiðinni. Ef reynt er að ýta á eftir syrgjanda við að gera upp reiði sína er hætt við að hann bregðist öndverður við og því er mikilvægt að virða þann tíma sem reiðin þarf til að krauma. Að hleypha reiðinni út er oft besta lækningin því að undir niðri er mikill sársauki. Reiðin er náttúrlegt viðbragð við þeim missi sem viðkomandi hefur orðið fyrir (Kübler-Ross og Kessler, 2005).

Þriðja stig sorgarferlisins einkennist iðulega af mikilli sektarkennd og sársauka og einstaklingurinn gerir allt sem hægt er til að hemja þessar tilfinningar. Þunglyndi og hugarangur geta gert vart við sig á þessu stigi uns að því kemur að syrgjandinn horfist í augu

við raunveruleikann eins og hann er. Sorgin verður dýpri og sárari en ella og virðist engan enda ætla að taka. Hugarangur og þunglyndi verða þá til að vernda viðkomandi gegn því sem hann er ekki tilbúinn til að takast á við en hann kemst yfirleitt út úr því ástandi þegar hann er aftur fær um að horfast í augu við lífið og tilveruna. Að lokum sættist viðkomandi við orðinn hlut. Því tengdari sem einstaklingurinn var þeim sem hann missti þeim mun erfiðara er sorgarferlið (Kübler-Ross og Kessler, 2005).

Mikilvægt er að gera sér grein fyrir því að menn bregðast á ólíkan hátt við þeim áföllum sem þeir verða fyrir. Áföll hafa mismunandi þýðingu fyrir hvern og einn og upplifun er breytileg frá manni til manns. Aldur og þroski hafa sín áhrif á það hvernig viðkomandi bregst við áfalli og hvernig hann upplifir það sem gerst hefur. Sá stuðningur sem viðkomandi manneskja nýtur skiptir líka miklu máli. Er sterk fjölskylda í kringum hana, styðjandi og styrkjandi, eða er fjölskyldan sundurleit og hefur upp á lítið að bjóða (Di Ciacco, 2008). Það virðist stundum gleymast að börn, allt niður í sjö mánaða aldur, virðast muna það sem gerst hefur í lífi þeirra og það sem gerðist á þeim tíma getur haft áhrif á þau fyrir lífstíð, ekki síst það að missa umönnunaraðila sinn og eignast nýjan. Traust er mögulega nýfarið að myndast hjá barninu þegar nýr umönnunaraðili kemur til sögunnar og barnið fyllist óöryggi. Vantraustið og óöryggið sem þá skapast getur komið upp aftur síðar á lífsleiðinni þegar vangaveltur um líffræðilega foreldra og rætur vakna. Eftir því sem barn er eldra við ættleiðingu, því meira man það og því dýpri og sárari getur sorg þess og áfall orðið (De Young, Kenardy og Cobham, 2011). Í ljósi þess að allar manneskjur eru misjafnlega lengi að ganga í gegnum sorgarferli er ekki hægt að þrýsta á þær um að ljúka því, þær verða einfaldlega að fá tækifæri til að komast í gegnum öll stigin fimm. Fæstir vilja flýja sorgina sjálfa en margir vildu vera lausir við sársaukann sem fylgir henni. Það er einnig erfitt að takast á við framtíðina ef ekki er tekist á við sorgina, einfaldlega vegna þess að þá verður framtíðin vörðuð sársauka. Þá þarf að hafa í huga að fullorðnir þurfa oft að eiga frumkvæði að samtölum við börn um sorg og þann sem syrgður er, en börn vilja oft af tillitssemi við hina fullorðnu ekki ræða þann sem þau sakna (Kübler-Ross og Kessler, 2005).

3.3 Tengsl

Við upphaf ævinnar tengjast öll ungbörn þeim aðila sem sér þeim fyrir grunnþörfum þeirra. Oftast er móðir barnsins í því hlutverki og við það styrkjast þau tengsl sem mynduðust þegar í móðurkviði. Frumþörf barna er fæða og umhyggja og umhyggju fylgir gjarnan snerting og

nánd. Tengsl móður/umönnunaraðila og barns á fyrsta ári eru viðkvæm og ef móðir eða umönnunaraðili hverfur úr lífi barnsins á fyrsta aldursári getur þessum tengslum verið stofnað í hættu og það síðan orðið kveikjan að óöryggi barnsins (Bowlby, 1982). Mary Ainsworth og félagar þróuðu kenningar Bowlbys áfram og taldi að ef barn fengi stöðugan umönnunaraðila, liti það á hann eða hana sem staðgengil fyrri umönnunaraðila. Við það héldust þau tengsl sem þegar hefðu myndast, að barnið færði með öðrum orðum tengingu sína við fyrri umönnunaraðila yfir á nýjan (Ainsworth, Blehar, Vaters og Wall, 2014). Segja má að taugasálfræðingurinn Ronald Federici (e.d.) vinni á sömu brautum og þeim sem Ainsworth skóp. Hann hefur einbeitt sér að tengslum og tengslarofi barna og unnið út frá fyrri þekkingu sem komið hefur fram. Hann telur að börn geti glímt við tengslaröskun og átt í erfiðleikum með að tengjast kjörforeldrum sínum, en gegn því sé hægt að vinna, það taki aðeins tíma og krefjist þess að kjörforeldrar leggi sitt af mörkum. Federici (e.d.) telur að börn sem hafa verið á barnaheimilum eigi fremur á hættu en börn sem hafa verið hjá fósturforeldrum að glíma við tengslaröskun. Mikilvægt sé því að kjörforeldrar gefi barni sínu kost á snertingu við sig, veiti því hlýju, örvi það með þroskaleikföngum og gefi því næringu. Þetta krefst mikillar þolinmæði en skilar sér að lokum (Federici, e.d.). Erfitt er að segja til um hve lengi börn eru að mynda tengsl við nýja umönnunaraðila. Það getur tekið allt frá sex mánuðum og upp í 24 mánuði, jafnvel lengur. Barnið þarf tíma til að átta sig á nýjum umönnunaraðilum og með hvaða hætti umönnunin er veitt (Niemann og Weiss, 2011). Að hafa reglu á máltíðum og svefntíma skiptir miklu máli svo og formfesta í heimilishaldi (Federici, e.d.).

Erik Erikson skiptir lífinu í nokkur skeið og á hverju lífsskeiði göngum við í gegnum ákveðin þroskaskref. Hvert þroskaskref hefur áhrif á mótun einstaklingsins til framtíðar. Fyrsta stigið fer fram á fyrsta aldursári einstaklings en þá myndar barn traust og öryggi. Sé öryggi ekki til staðar elur barn með sér vantraust. Grunnurinn að þroskaferli einstaklings er lagður á þessu fyrsta ári og sé sá grunnur ekki góður, getur barn þurft að fara aftur á það stig til að geta unnið úr þeim þroskastigum sem á eftir koma. Að missa umönnunaraðila á fyrsta ári getur þó gert það að verkum að barn er lengi að byggja upp traust aftur og getur það valdið vantrausti til annarra á síðari skeiðum ævinnar. Þetta getur átt við um traust til kjörforeldra en barn sem kemur til þeirra getur þurft að fara til baka og fá að vera ung barn um stund til að reyna að byggja upp traust til nýrra umönnunaraðila (Erik Erikson, 1968).

Áföll sem ung börn verða fyrir geta komið fram sem svefnörðugleikar, martraðir eða að barnið reynir að fjarlægja sjálft sig frá þeim sem minnir það á áfallið. Áfall sem barn getur orðið fyrir við að missa umönnunaraðila getur einnig haft áhrif á það hvernig barnið tengist nýjum umönnunaraðila og hvað það varðar að viðhalda grunnþáttum sem það kunni fyrir, til dæmis að fara á sjálft á snyrtingu, láta snuðið kyrrt liggja og fleira í þeim dúr. Þetta gerist eftir að traust barnsins hefur beðið hnekki við ítrekaðan missi umönnunaraðila og því er mikilvægt að byggja upp þetta traust að nýju. Því betur sem börn tengjast nýjum umönnunaraðilum því meiri líkur eru á að þau geti unnið úr áföllum, hvort sem þau tengjast ættleiðingu og líffræðilegum foreldrum eða verða fyrir öðrum áföllum á lífsleiðinni (De Young o.fl., 2011).

4 Rannsóknir á sorgarferli ættleiddra einstaklinga

Í þessum kafla verður rætt um erlendar og íslenskar rannsóknir sem gerðar hafa verið á sorgarferli ættleiddra einstaklinga svo og rannsóknir er snúa að tilfinningum og högum ættleiddra einstaklinga, sérstaklega þeirra sem hafa verið ættleiddir með alþjóðlegum ættleiðingum.

4.1 Erlendar rannsóknir

Rannsókn þeirra Tizard og Tizard frá árinu 1971 var ein sú fyrsta sem gerð var meðal barna sem búa hjá foreldrum annars vegar og börnum sem búa á barnaheimilum hins vegar og fjallar John Bowlby (1978) um hana í bók sinni *Attachment and Loss*. Þar var borinn saman félagslegur þroski tveggja ára barna sem annars vegar höfðu alltaf verið í umsjá foreldra sinna og hins vegar barna sem höfðu verið í umsjón hjúkrunarfræðinga frá því fyrir eins árs aldur. Rannsóknin var gerð í Englandi, þrjátíu börn voru valin, fimmtán drengir og fimmtán stúlkur. Þau börn sem bjuggu heima höfðu öll tengst öðru hvoru foreldra sinna náíð. Börnin á barnaheimilinu, sem höfðu um það bil tuttugu aðila til að annast sig, reyndust flest eiga einn uppáhalds hjúkrunarfræðing en höfðu ekki tengst henni á sama hátt og barn tengist foreldri. Börnin á barnaheimilinu reyndust hræddari við ókunnuga og áttu erfiðara með að sýna traust. Gjarnan var reynt að fylgja því eftir hvaða áhrif þessi aðskilnaður hefði á börnin til lengri tíma lítið (Bowlby, 1978).

Í óbirtri meistaraprófsritgerð Milligans frá árinu 2003, sem vikið er að í rannsókn Pearson, Curtis og Chapman (2007) kemur fram að 50% ættleiddra einstaklinga upplifa sorg, einangrun og missi á unglings- eða fullorðinsárum. Þó sýna aðrar rannsóknir að langtímaáhrif ættleiðingar séu minniháttar, sérstaklega fyrir þá einstaklinga sem ættleiddir eru sem ungbörn og er því áður nefnt rit Milligans í mótsögn við aðrar rannsóknir. Í grein Pearsons og félaga kemur fram að í rannsókn, sem Benson, Sharma og Roehlkepartain unnu árið 1994, litu þeir einstaklingar sem ættleiddir voru í frumbersku á ættleiðingu sína sem jákvæða reynslu og áttu í sterku og nánu sambandi við kjörforeldra sína. Sömu rannsakendur komust einnig að því að þar sem um alþjóðlegar ættleiðingar var að ræða, vegnaði einstaklingum vel ef þeir nutu mikils stuðnings frá kjörforeldrum sínum og féllu vel að siðum og háttum fjölskyldunnar (Pearson o.fl., 2007).

Í rannsókn Brodzinsky (1993) kemur fram að aðbúnaður barna fyrir ættleiðingu er mikilvægur varðandi framtíð barnsins. Vannært og vanrækt barn, svo og barn sem fætt er af móður sem misnotað hefur vímuefni á meðgöngunni, er mun líklegra til að eiga í sálrænum örðugleikum í æsku en önnur börn. Sú streita sem fylgir ættleiðingunni fyrir barnið og hvaða varnarhættir standa því til boða, segja margt um það hvernig fyrstu árin hjá kjörforeldrum ganga og hvaða augum hinn ættleiddi lítur ættleiðinguna. Neikvæðar tilfinningar fylgja því ef hinn ættleiddi einstaklingur upplifir ættleiðinguna sem ógnun eða missi og veldur þá kvíða og streitu. Í rannsókninni kom fram að þeir einstaklingar sem upplifa þessar tilfinningar kjósa gjarnan að ræða þær við vini eða kjörforeldra eða grípa jafnvel til þess ráðs að finna hugsunum sínum nýjan farveg þannig að þær veki síður upp vanlíðan. Aðrir bregðast við á þann hátt að þeir reyna að útiloka þessar hugsanir eða forðast allt sem minnir á ættleiðinguna. Ýmislegt bendir til þess að þeir einstaklingar sem reyna að forðast eða útiloka hugsanir og tilfinningar tengdar ættleiðingunni hafi átt í erfiðleikum við að tengjast öðrum manneskjum tilfinningaböndum eftir ættleiðinguna. Við ættleiðingu má gera ráð fyrir því að sorg, skömm og streita fylgi hinum ættleidda, jafnvel þó að viðkomandi sé ættleiddur í frumbersku. Rannsóknir hafa þó ekki getað sýnt með óyggjandi hætti hvert hlutfall þeirra er sem eiga í erfiðleikum við að takast á við þessa þætti sem börn, unglingar eða fullorðið fólk. Viðbrögð hinna ættleiddu geta ráðist af því hvaða viðbrögð þau fá frá því samfélagi sem þau búa í, hvernig jafningjar þeirra bregðast við þeim og síðast en ekki síst hvernig samskiptin eru við stórfjölskylduna sem þau eru orðin hluti af, hversu opin og jákvæð þau eru (Brodzinsky, 1993).

Í gegnum tíðina hefur verið litið á ættleiðingar sem mjög jákvætt skref fyrir hinn ættleidda einstakling því að hann eignast þá fjölskyldu sem vill hafa hagsmuni hans að leiðarljósi í gegnum lífið. Þá hefur einnig verið talið að ættleiddum einstaklingum vegni betur í lífinu en þeim sem alast upp á barnaheimilum eða hjá fósturfjölskyldum. Þessar ályktanir hafa verið dregnar af þeim niðurstöðum sem rannsóknir á högum ættleiddra einstaklinga gefa til kynna séu þeir bornir saman við það fólk sem elst upp á barnaheimilum. Þar sem litið hefur verið á ættleiðingar þessum augum, að þær séu jákvæðar lausnir á högum barns, hafa margir kosið að horfa framhjá því að ættleiðingum geta einnig fylgt ýmis vandamál og vanlíðan (Brodzinsky, 1993).

Í rannsókn Mare og Audet (2011) er rætt við fullorðna einstaklinga sem ættleiddir voru frá Rúmeníu til Kanada í æsku. Spurningarnar snerust um tilfinningar viðkomandi fólks til ættleiðingar sinnar, hvernig því gekk að ræða ættleiðinguna við kjörforeldra sína og hvaða tilfinningar það bar til líffræðilegra foreldra svo dæmi séu tekin. Þessi rannsókn og niðurstöður hennar sýna mikilvægi þess að foreldrar ræði opinskátt við kjörbörn sín um ættleiðingu þeirra og séu ætíð tilbúnir til að ræða málin við þau til að gera alla þætti ættleiðingarinnar sem jákvæðasta (Mare og Audet, 2011).

Ýmsar rannsóknir hafa verið gerðar um það hvernig ættleiddum einstaklingum farnast. Ýmist er þá horft til þess hvort um alþjóðlega ættleiðingu er að ræða eða ættleiðingu innan sama ríkis. Þá hefur einnig verið horft til þess hvort börn hafi dvalið á barnaheimilum fyrir ættleiðingu eða búið hjá fósturfjölskyldum áður en ættleiðing átti sér stað og þá hvort merkja megi mun á því hvernig þeim vegni á fullorðinsárum. Sem dæmi um athugun af þessu tagi má nefna rannsókn Johnsons (2002). Niðurstöður hennar sýna að helst megi sjá mun á tengslum milli kjörforeldra og barns eftir því hvort börn hafa búið hjá fósturforeldrum eða á barnaheimilum. Börn sem hafa verið hjá fósturfjölskyldum virðast tengjast fyrr kjörforeldrum sínum en þau sem dvalið hafa á barnaheimilum. Sorg vegna ættleiðingar og líffræðilegra foreldra virðist hins vegar óháð því hvort barn hefur dvalist fyrst hjá fósturforeldrum eða á barnaheimili (Johnson, 2002).

4.2 Íslenskar rannsóknir

Enn sem komið er hefur ekki verið gerð íslensk rannsókn á sorgarferli ættleiddra einstaklinga en rannsóknir á högum ættleiddra einstaklinga svo og því hvernig þeim farnast í íslensku samfélagi eru að aukast með aukinni vitund um að ættleiddir geti þurft á aðstoð að halda vegna ættleiðingar sinnar. Nefna má BA-ritgerð Bjargar Sigríðar Hermannsdóttur og Lindu Bjarkar Oddsdóttur (2006) er nefnist *Hvernig farnast ættleiddum börnum erlendis frá á Íslandi?* svo og grein Jórunnar Elíðóttur (2013), dósents við Háskólann á Akureyri, „... ég er fædd í Kína en á heima á Íslandi og ég er ættleidd og ég er stolt af því ...: Tvímenningarlegur heimur ættleiddra barna“. Ritgerð Bjargar og Lindu er rannsókn í BA-námi í sálfræði við Háskóla Íslands, þar sem kannað er hvort að ættleidd börn á Íslandi sýni frekar merki um geðraskanir og hvort þau þurfi meiri aðstoð en önnur börn, til dæmis í skóla, og hvernig þeim farnist í íslensku samfélagi. Niðurstöður rannsóknarinnar samræmdust í meginráttum erlendum rannsóknum, að ættleidd börn þurfa í sumum tilvikum meiri aðstoð en börn sem

alast upp hjá líffræðilegum foreldrum, svo sem með talkennslu og frekari aðstoð í námi (Björg Sigríður Hermannsdóttir og Linda Björk Oddsdóttir, 2006). Grein Jórunnar fjallar um tvímenningarlega félagsmótun og tengsl barna við upprunaland sitt. Greinin er byggð á rannsókn Jórunnar sem framkvæmd var með spurningakönnun. Tilgangur rannsóknarinnar var að skilja mikilvægi tengsla ættleiddra einstaklinga við uppruna sinn. Tvímenningarleg félagsmótun snýr að því að börn alast upp við menningu heimalands síns en eru um leið frædd um menningu og hefðir í heimalandi sínu. Einnig er í greininni vikið að því hvernig sjálfsmynd ættleiddra einstaklinga mótast eftir heimalandinu en undir áhrifum frá upprunalandinu. Í grein Jórunnar kemur einnig fram mikilvægi þess að kjörforeldrar líti opnum huga á ættleiðinguna og séu tilbúnir til að ræða hana við börn sín (Jórunn Elídóttir, 2013).

5 Sorgarferli ættleiddra einstaklinga

Hér verður fjallað um sorgarferli ættleiddra einstaklinga vegna ættleiðingar sinnar. Rætt er um þær tilfinningar sorgar sem viðkomandi kunna að bera til líffræðilegra foreldra sinna svo og jákvæða og neikvæða upplifun af ættleiðingu.

5.1 Missir ættleiddra barna og sorg

Margir verða að ganga í gegnum missi á æskuárum, jafnvel strax á fyrsta sólarhring ævinnar. Skýrt dæmi um slíkan missi er það þegar barn er gefið til ættleiðingar, en þá missir barnið sína upprunalegu móður og síðan upplifir það aftur missi þegar það er ættleitt og tekið frá þeim sem hafa annast það frá því að það fannst eða var gefið til ættleiðingar (Di Ciacco, 2008). Fræðimenn eru margir þeirrar skoðunar að reynslu barna sem verða fyrir áföllum undir fimm ára aldri hafi ekki verið sýndur nægilegur áhugi og að huga þurfi betur að því að hjálpa svo ungum börnum að vinna úr reynslu sinni. Börn byggja fyrstu æviár sín á tengslum og trausti til umönnunaraðila og sé þessum tengslum raskað getur það reynst börnunum erfitt að treysta og tengjast aftur. Ef barn verður ítrekað fyrir því að missa tengsl við umönnunaraðila aukast líkurnar á streitu og traust minnkar. Sé ekki unnið úr því áfalli sem börn verða fyrir, getur það haft sínar afleiðingar á fullorðinsárum og valdið ævilangri streitu. Þetta getur líka leitt til hræðslu við að tengjast eigin börnum og einstaklingurinn fer að vernda sjálfan sig gegn erfiðri reynslu, hann reynir að forðast að lenda í áföllum með því að gefa ekki of mikið af sér (Lieberman, Chu, Van Horn og Harris, 2011).

Barni gengur betur að átta sig á breyttum aðstæðum sé umönnun þess í föstum skorðum og föst regla á öllum hlutum getur því flýtt fyrir nýjum og góðum tengslum. Þá hefur sú umönnun sem barnið hefur hlotið fyrir ættleiðinguna einnig áhrif. Snýst þetta um það hvort margir umönnunaraðilar hafi sinnt barninu eða hvort þeir hafa verið einn eða tveir. Þó er erfitt að greina áfall hjá svo ungum börnum, einkum vegna þess hve ört þau þroskast á þessum árum. Því þurfa fagaðilar oft að reiða sig á frásagnir foreldra um það hver fortíð barnsins er og einnig kemur breytt hegðun gjarnan í ljós ef barn gengur í gegnum áfall. Þá sjá leikskóla- eða grunnskólakennarar oft breytta hegðun hjá barni sem vekur upp hjá þeim spurningar og getur það einnig gefið til kynna að barnið sé að ganga í gegnum áfall eða sorgarferli (Lieberman o.fl., 2011; Niemann og Weiss, 2011).

Rannsóknir sýna að ef barn missir sinn mikilvægasta umönnunaraðila fyrir þriggja ára aldur getur það haft áhrif á framtíð þessa einstaklings. Þegar ungubarn verður fyrir missi veldur það ringulreið og sterkum tilfinningum þó að barnið skilji missinn ekki til fulls á þessum aldri. Að missa aðalumönnunaraðila sinn getur gert það að verkum að barni fer aftur í þroska. Hafi það losað sig við bleyju fer það aftur að pissa á sig, fer aftur að sjúga putta eða kallar eftir snuði. Hvaða minningu barn hefur um þann sem það hefur misst svo og það hve samskiptin við viðkomandi voru tíð – hvort tveggja hefur áhrif á það hversu djúp sorgin verður. Þá hefur það einnig áhrif á barnið hvernig missirinn er útskýrður því að það er yfirleitt ekki fyrr en um fimm eða sex ára aldur að börn hafa andlegan þroska til að skilja það sem sagt er við þau. Fyrstu upplýsingar þurfa að vera á einföldu máli þannig að barnið skilji það sem gerst hefur og síðan þarf að bæta við og útskýra betur eftir því sem það eldist. Mikilvægt er að halda sig eins nærri sannleikanum og hægt er til að sömu upplýsingar séu gefnar eftir því sem barnið verður eldra og fer að spyrja meira. Þá er einnig mikilvægt að barnið finni að það megi spyrja um missi sinn og ræða þá manneskju sem það missti hvenær sem það er í þörf fyrir það (Norris-Shortle, Young og Williams, 1993).

5.2 Upplifun ættleiðingar

Margir ættleiddir einstaklingar upplifa ættleiðingu sína á mjög jákvæðan hátt, líta á hana sem tækifæri til betra lífs og fagna henni. Aðrir upplifa ættleiðinguna hins vegar á mjög neikvæðan hátt og líta svo á að þeir hafi misst líffræðilega fjölskyldu sína, misst stöðu sína innan þess samfélags sem þeir fæddust í, glatað uppruna sínum og týnt sjálfsvitund sinni. Þessu getur fylgt sorg og mikil streita (Smith og Brodzinsky, 2002). Hinum ættleidda einstaklingi getur þá fundist að hann eigi að líta á það sem gæfu að hafa misst það sem hann er að syrgja, því að hann fær mjög gjarnan að heyra hversu heppinn hann sé að hafa eignast ástríka kjörfjölskyldu (Smit, 2002).

Í rannsókn Smith og Brodzinsky (2002) þar sem 82 ættleidd börn tóku þátt kom fram að þátttakendur töluðu um litla til meðalmikla sorg þegar þau hugsuðu til líffræðilegra foreldra sinna og að aldur við ættleiðingu hafði þar nokkur áhrif. Einnig sýndu þau börn sem eldri voru við ættleiðingu meiri áhuga á að fá vitneskju um líffræðilega foreldra sína, en meðalaldur þátttakenda í þessari rannsókn var um 26 mánuðir við ættleiðingu. Rannsóknin sýndi einnig að þau börn sem syrgðu líffræðilega foreldra sína meira sýndu frekar merki um depurð og kvíða og höfðu lægra sjálfsmat en hin börnin (Smith og Brodzinsky, 2002).

Algenzt er að kjörforeldrar byrji á að klæða barnið úr þeim fötum sem það er í þegar að það kemur til þeirra þar sem barnið er oft í mörgum lögum af fatnaði. Hinir nýju foreldrar vilja láta barninu líða sem best, þrifa það og strjúka af því svitann og klæða í léttari föt. Þetta gerir það að verkum að barnið missir lyktina, efnið, áferðina og allt það sem það þekkti áður en það kom í hendur hinna nýju foreldra. Þetta framkallar mikið óöryggi hjá barninu því að fortíðin hefur skyndilega verið fjarlægð. Fötin sem barnið var í tengdu það við fyrra heimili og það sem barnið skynjaði sem öryggi. Þetta getur orðið til þess að barnið fær áfall og verður dofið. Það er of margt sem barnið þarf að meðtaka og því dregur það sig í hlé (Di Ciacco, 2008).

Eftir því sem vitsmunalegur þroski barns sem gengið hefur í gegnum ættleiðingu eykst, gerir almenn forvitni vart við sig svo og þörf fyrir að kanna fortíðina. Spurningar sem sækja oft á ættleidda einstaklinga eru: „Af hverju yfirgaf móðir mín mig?“ og „Af hverju áttu foreldrar mínir mig ekki?“ Þessar vangaveltur leiða einnig oft til spurningarinnar: „Því ætti það ekki að gerast aftur?“ Höfnun af nánast hverju tagi sem hún nefnist getur vakið upp þessar spurningar og orðið til þess að einstaklingnum finnst hann einskis verður eða óhæfur því að tilfinningar byggjast ekki á rökhyggju heldur á reynslu og áföllum sem mennirnir ganga í gegnum á lífsleiðinni (Di Ciacco, 2008).

Eins og áður kom fram staðfesti rannsókn Smith og Brodzinsky (2002) að ættleidd börn finna bæði jákvæða og neikvæða þætti við ættleiðingu sína. Aðeins miðlungsfylgni var með neikvæðri upplifun af ættleiðingunni og forvitni um upprunalega foreldra. Gefur það mögulega til kynna að hugsanir barnanna um að hafa misst líffræðilega foreldra geti haft neikvæð áhrif en valdi ekki alltaf uppnámi. Tvær meginkenningar voru settar fram í þessari rannsókn. Í fyrsta lagi var því spáð að mat á missi blóðforeldra tengdist við ákveðnar bjargar við að takast á við missinn. Þá var einnig sterk fylgni á milli forvitni um líffræðilega foreldra og þess að sætta sig við staðreyndir lífsins. Niðurstöður rannsóknarinnar benda til þess að börnin noti framsæknar aðferðir til að nálgast upplýsingar þegar að þau finna hjá sér þörf til að spyrja um fortíðina eða kringumstæður ættleiðingarinnar og forðist ekki að takast á við neikvæðar tilfinningar. Seinni meginkenning rannsóknarinnar var sú að þau börn, sem forðuðust að takast á við sársaukafullar tilfinningar vegna missis líffræðilegra foreldra, ættu erfiðara með að tengjast nýrri fjölskyldu. Það varð síðan til að styðja þessa tilgátu að þau börn sem forðuðust sorgina sögðu oftar frá kvíða sínum og áttu frekar við

hegðunarvandamál að stríða en önnur börn að mati kjörforeldra þeirra. En einnig lýstu tilraunir barnanna til að leysa vandann meiri félagsfærni að mati foreldranna. Þetta mynstur réðst hins vegar af aldri barns við ættleiðingu (Smith og Brodzinsky, 2002).

Niðurstöður Smith og Brodzinsky leiddu einnig í ljós að óvænt bein tenging væri á milli sorgar vegna missis líffræðilegra foreldra og aðlögunar barna. Neikvæðar tilfinningar vegna missisins tengdust þunglyndiseinkennum og lægra sjálfsmati, og forvitni um líffræðilega foreldra tengdist aukinni tíðni hegðunarvandamála (að mati kjörforeldra barnanna). Möguleg skýring á tengingu milli forvitni um líffræðilega foreldra og hegðunarvandamála kann að vera sú að forvitnin leiði til þess að börnin skynji missi sinn sterkar og það leiði síðan til þess að þau eigi erfiðara með hegðun sína þegar þau vita ekki hvernig bregðast skuli við sorginni (Smith og Brodzinsky, 2002).

Ekki er óalgengt að einstaklingar sem upplifa sorg vegna missis í frumbersku óski þess á ýmsum tímamótum í lífinu að einstaklingurinn sem syrgður er sé til staðar. Þetta getur átt við þegar barn fer fyrst í skóla eða keppir í fyrsta sinn á íþróttamóti, þegar ungmenni útskrifast úr framhaldsskóla eða þegar viðkomandi verður foreldri í fyrsta sinn. Þá kemur upp sorg yfir því að líffræðilegir foreldrar séu ekki til staðar til að deila þessari reynslu með hinum ættleidda (Di Ciacco, 2008).

Gott er einnig að hafa í huga að þau skilaboð, sem fjölmiðlar, einkum sjónvarp, senda börnum geta verið allt önnur en aðstandendur vilja að þau fái. Þar geta komið fram allt aðrar upplýsingar en þau hafa fengið heima. Teiknimyndir og leiknar ævintýramyndir kunna að gefa mjög ranga mynd af lífinu og tilverunni og valda ruglingi hvað varðar skilaboðin sem börnin hafa þegar fengið. Ekki er óalgengt að teiknimyndafígura, sem drepin er í einum þætti, lifni við og birtist aftur, og ævintýri enda gjarnan vel og á þann veg sem aðalsöguhetjan óskar sér. Þjóðerni „vonda karlsins“ getur átt við hið upphaflega þjóðerni barnsins og hinn góði getur verið af sama þjóðerni og samfélagið sem barnið býr í. Börn sem takast á við sorg og missi fyrir þriggja ára aldur hafa ekki næga rökhugsun til að vega og meta málin þegar þau fá upplýsingarnar. Þetta verður til þess að þau spyrja oft og á ólíklegustu tímum og gjarnan sömu spurninganna aftur og aftur. Það er eins og þau þurfi að fullvissa sig um þau svör sem þau hafa þegar fengið (Norris-Shortle o.fl., 1993).

5.3 Sjálfsmynd, skömm og höfnun

Ef barn reynir að firra sig sorginni og forvitninni um líffræðilega foreldra sína dregur það ekki úr sorginni heldur gefur til kynna að barnið skynji þörf fyrir fjarlægð frá aðstæðunum. Þessi fjarlægð getur gefið barni kost á að róa sterkar tilfinningar sem tengjast ættleiðingunni. Ef hinn ættleiddi einstaklingur er hins vegar að ganga í gegnum sorgarferli getur það að loka á tilfinningarnar truflað úrvinnsluferli sorgarinnar og leitt til sjúklegrar sorgar. Þarna verða fagfólk og foreldrar að hafa varann á og túlka ekki birtingarform erfiðra tilfinninga sem hegðunarvandamál. Slík einkenni geta endurspeglað tilraunir barns til að stjórna tilfinningum og reynslu sem togast á í því, forvitni, hugðarefni, ringulreið, depurð og reiði, en allt geta þetta verið eðlilegir þættir sorgarferlisins. Það að hugsa um missinn á jákvæðan hátt kann að bera vitni um tilhneigingu til að vilja greiða úr málum og leita lausna og getur þannig haft góð áhrif á félagsfærni (Smith og Brodzinsky, 2002).

Vangaveltur um uppruna og sjálfsmynd sem leiða til hegðunarörðugleika, vímuefnaneyslu og ofbeldisfullrar hegðunar svo og dagdraumar um það hvernig líf með líffræðilegum foreldrum væri, getur vakið upp mótþróa gegn kjörforeldrum. Vitund um að hinn ættleiddi einstaklingur sé að einhverju leyti öðruvísi en aðrir vegna ættleiðingarinnar kemur fram af fullum þunga hvað varðar tilfinningar, félagslega þætti og og vitsmunabroska. Afleiðingin getur orðið sú að hinn ættleiddi einstaklingur reynir að forðast nán sambönd og spilla þeim nánu samskiptum sem hann hefur þegar stofnað til. Aðrir upplifa sig aldrei í nánu sambandi við neinn. Það sem veldur því oft að hinn ættleiddi leitar uppruna síns er þrá eftir því að vita hverjar upprunalegar rætur eru, hvaðan líkamlegir eiginleikar koma og að komast að því af hverju þeir kunna að hafa misst við að alast ekki upp með líffræðilegum foreldrum heldur í öðrum menningarheimi (Pearson o.fl., 2007).

Helstu ástæður þess að ættleiddir einstaklingar þurfa að leita sér aðstoðar er missir, sorg, skömm og höfnun ásamt leit að sjálfsmynd og þunglyndi. Missir líffræðilegra foreldra verður til þess að fjölskyldusögu vantar svo og menningarlegan bakgrunn. Þetta leiðir oft til mikillar sorgar meðal ættleiddra einstaklinga og kemur sorgin gjarnan upp á yfirborðið við mikilvæg tímamót í lífi þessa fólks. Um leið vaknar oft upp sú spurning hvort líffræðilegir foreldrar séu að hugsa til þeirra. Sorgin sprettur gjarnan af þeim tilfinningum að viðkomandi finnist hann óvelkominn og yfirgefinn. Sé ekki unnið með sorgina getur það orðið til þess að einstaklingur eigi erfitt með að einbeita sér, eigi erfitt með eigin sjálfsmynd og samskipti við

jafningja. Full áhrif sorgarinnar koma ekki endilega í ljós fyrr en á fullorðinsárum þegar óunnið sorgarferli kann að birtast sem þunglyndi, misnotkun á vímuefnum eða ofbeldisfull hegðun. Höfnunartilfinning getur svo gert það að verkum að hinn ættleiddi einstaklingur telur að líffræðilegir foreldrar hafi yfirgefið sig og að hann eigi ekki samleið með kjörfjölskyldu sinni. Þær manneskjur sem svo er ástatt fyrir velta því gjarnan fyrir sér hvort þær hafi ekki verið nægilega fullkomnar og hafi því verið hafnað af líffræðilegum foreldrum sínum. Þetta getur orðið til þess að þær telja sig eiga það skilið að kjörforeldrarnir beri sömu tilfinningar til þeirra og hljóti því einnig að hafna þeim. Skömm og lágt sjálfsmat verður til þess að þessir einstaklingar reyna að forðast aðstæður sem gætu leitt til þess að þeim verði hafnað. Flestar rannsóknir sem fyrir liggja og sýna að ættleiddir einstaklingar þurfi frekar að leita sér aðstoðar fagmanna vegna vanlíðunar en jafnaldrar þeirra, gera ekki greinarmun á því við hvaða aldur viðkomandi voru ættleiddir. Rannsókn Smith og Brodzinsky (2002) bendir þó til þess að aldur hafi áhrif og því er erfitt að segja til um hvort aldur við ættleiðingu hefur áhrif á það hvort ættleiddir einstaklingar gangi í gegnum sorgarferli eða aðra erfiðleika vegna ættleiðingar sinnar. Hins vegar virðist það hafa áhrif að kjörforeldrar eru gjarnan vel menntað og vel upplýst fólk, þeir þekkja vel til félagsmálafirvalda eftir úttekt þeirra vegna leyfis til ættleiðingar og eru því viljugri til að óska eftir faglegri aðstoð fyrir börn sín en aðrir foreldrar (Pearson o.fl., 2007).

6 Þörf fyrir aðstoð

Í þessum kafla verður leitast við lýsa þeim ráðum sem sérfræðingar og fræðimenn hafa bent á til að aðstoða ættleidda einstaklinga í gegnum sorgarferli sitt. Ættleiddur einstaklingur sem gengur í gegnum sorgarferli vegna ættleiðingar sinnar, hvort sem hann er barn eða fullorðinn, getur þurft á að stoð að halda við að vinna úr sorg sinni og skilja hana. Kjörforeldrar geta aðstoðað börn sín á ýmsan hátt en ef sú hjálp dugar ekki kann að vera ástæða til að leita til fagaðila svo sem félagsráðgjafa.

6.1 Sorgarþríhyrningur

Sorg vegna ættleiðingar er sem fyrr segir þríhyrningur sem í eru hinn ættleiddi, líffræðilegir foreldrar og kjörforeldrar. Líffræðilegir foreldrar syrgja barnið sem þeir þurftu að láta frá sér og þurfa aðstoð við að takast á við þá sorg. Einnig kemur oft upp löngun hjá líffræðilegum foreldrum til að leita uppi þau börn sem þeir hafa þurft að láta frá sér. Þótt kjörforeldrar hafi ættleitt barn þurfa þeir mögulega líka á aðstoð að halda þar sem þeir kunna að næra með sér sorg yfir að hafa ekki getað eignast börn sín á líffræðilegan hátt. Sorg slíkra foreldra snýst um það að vera ekki líffræðilega eins og fólk er flest þar sem getnaður og meðganga tókst ekki, ellegar er um að ræða sorg vegna þess að þeir gátu eignast eitt barn með líffræðilegum hætti en önnur ekki, og síðan kunna foreldrar að syrgja það að draumurinn um barn sem þeir hafa sjálfir getið og alið er ekki lengur raunsær. Í þriðja horni þríhyrningsins stendur barnið sjálft, sem einnig glímir oft við sína sorg eftir að hafa misst af líffræðilegum foreldrum sínum og því sambandi sem oftast er á milli barns og líffræðilegra foreldra (Janus, 1997). Fáir ættleiddir einstaklingar ekki aðstoð vegna sorgar sinnar og þess áfalls sem ættleiðingin hefur valdið, er líklegt að viðkomandi þrói með sér áfallastreituröskun (e. *posttraumatic stress disorder* – PTSD). Því er mikilvægt að gefa gaum að mögulegri sorg ættleiddra einstaklinga, sorg sem snýst um líffræðilega foreldra þeirra eða ættleiðinguna. Þar ber að hafa í huga að áfallastreituröskun getur komið fram hvort sem um ung börn er að ræða eða fullorðna einstaklinga (De Young o.fl., 2011).

Þó svo að fyrsta sorg einstaklings tengist hinum líffræðilegu foreldrum og gerist snemma á lífsskeiðinu, gleymist sú sorg ekki endilega með árunum. Hún dofnar og felur sig í undirvitundinni en ef viðkomandi verður aftur fyrir djúpri og sárri sorg getur hún brotist fram af fullum krafti. Þetta kemur viðkomandi oft mjög á óvart og getur valdið hugarangri á

meðan einstaklingurinn er að átta sig á því hvað er að gerast. Eftir því sem fólk eldist skilur það sorgina betur og á auðveldara með að takast á við hana. Oft leggst sorgin í dvala en vaknar upp aftur við ákveðnar aðstæður en eftir því sem lengra líður er auðveldara að endurnýja kynnin við þá sorg sem áður olli miklum sárauka (Kübler-Ross og Kessler, 2005).

Niðurstöður rannsókna sem birtar voru árið 2013 gefa til kynna að börn allt niður í tveggja mánaða aldur eigi minningar um atburði sem valda þeim streitu og vanlíðan. Ekki er vitað til þess að seilst hafi verið aftar í ævi manna til að kanna minni og minningar en þessi rannsókn gefur til kynna að einstaklingar eigi sér langtum eldri minningar en áður hefur verið talið. Ættleiddir einstaklingar geta því mögulega upplifað missi vegna líffræðilegra foreldra sinna þegar þeir verða eldri þó að leiðir hafi skilið á fyrsta sólarhring ævinnar (Montirosso, Tronick, Morandi, Cicieri og Borgatti, 2013).

Til að viðkomandi eigi kost á að takast á við sorgina þarf hann á því að halda að á hann sé hlustað. Leiðin í gegnum sorgarferli er löng og einstaklingurinn þarf lengi á hlustandanum að halda, en ef vel tekst til byggir hann upp gott sjálfsmat og trú á sjálfan sig. Stærsti munurinn á fullorðnum og börnum þegar kemur að úrvinnslu sorgar er sá að þegar menn eru komnir á fullorðinsár hefur reynsla liðinna ára búið þá undir það að missa sér nákomna. Barnið býr hins vegar ekki að neinni slíkri reynslu (Di Ciacco, 2008).

6.2 Hlutverk kjörforeldra í sorgarferli barna sinna

Algenzt er að ættleitt barn hefji sorgarferli sitt um sex til átta ára aldur og þá er virk hlustun mikilvæg svo og það að hlustað sé eftir því sem barnið segir ekki eða lætur sig dreyma um í dagdraumum. Gott getur líka verið að lesa bók um sorg og sorgarferli með barninu til að auðvelda því að koma eigin tilfinningum í orð. Ef mikil reiði fylgir sorginni er mikilvægt að reyna að ná tökum á henni og aðstoða barnið við að beina henni í annan farveg. Einnig þarf að fylgjast með annarri hegðun barnsins, svo sem áhugamálum þess og mataræði, en breytingar á hvoru tveggja geta gefið vísbendingar um innibyrgða sorg sem barnið þarf að fá að tala um. Lifi barnið oft í dagdraumum er mikilvægt að spyrja það um þá og fá það þannig til að tjá tilfinningar sínar og sorg (Di Ciacco, 2008).

Kjörforeldrar sem iðka einlæg og opin samskipti við börn sín geta mun betur hjálpað börnum sínum í gegnum sorgarferli vegna ættleiðingarinnar og aðstoðað þau við að staðsetja sig í samfélaginu. Börn sem geta rætt opinskátt um ættleiðingu sína, drauma og sorgir vegna líffræðilegra foreldra, eru líklegri til að hafa mun betra sjálfsmat og sjálfsöryggi

en þeir ættleiðdu einstaklingar sem ekki fá aðstoð og/eða leyfi til að ræða tilfinningar sínar vegna ættleiðingarinnar. Þá geta ættleiddir einstaklingar verið í þörf fyrir að sorgin sem þeir bera vegna líffræðilegra foreldra sé viðurkennd, en sú sorg er flestum mjög hulin og því er henni ekki gefinn nægilegur gaumur. Þá kemur einnig fyrir að sorg af þessu tagi sé ekki viðurkennd af samfélaginu þar sem barnið á að vera svo þakklátt fyrir nýja fjölskyldu. Þá reynir mjög á kjörforeldra og fagfólk að viðurkenna sorgina og aðstoða barnið við að vinna úr henni (Smit, 2002).

Mikilvægt er að hafa þær upplýsingar við höndina sem fylgdu barninu við ættleiðingu svo og fyrsta fatnað þess og leikföng. Barnið þarf að hafa góðan aðgang að þessum hlutum og þora að snerta þá og skoða því að þeir eru hluti af þeirri fortíð sem barnið ber. Þessir hlutir geta opnað barninu leið til að tjá sorg sína og hvað það er sem það saknar að vita um uppruna sinn. Sú hætta getur þó verið að barnið skemmi hlutina í sorg eða reiði og því er best að vera með afrit af því sem hægt er að afrita, þannig að frumrit séu til staðar þegar barnið er orðið eldra og ekki er lengur hætt á slíkri hegðun. Mikilvægt er líka að ræða um líffræðilega foreldra barnsins og mögulegar tilfinningar þeirra varðandi það að hafa orðið að gefa barnið til ættleiðingar, að þessir foreldrar beri einnig sorg vegna þess (Di Ciacco, 2008). Þá getur leikur verið mjög gagnlegur til að aðstoða börn við að komast í gegnum sorg og sorgarferli. Að lesa bækur um sorg getur einnig hjálpað til en lestur um efnið getur orðið til þess að barn spyrji frekar spurninga og leiti þeirra svara sem það vantar (Norris-Shortle o.fl., 1993).

6.3 Hlutverk og undirbúningur félagsráðgjafa

Félagsráðgjafi kemur að tilveru ættleidds einstaklings löngu áður en vitað er hverjir verða kjörforeldrar hvers kjörbarns. Félagsráðgjafar sjá um úttektir og umsagnir varðandi ættleiðingar og hverjir teljist hæfir til að ættleiða barn, hvort sem það er ættleitt erlendis frá með frumættleiðingu, ættleitt frumættleiðingu innanlands eða ef um stjúpættleiðingu er að ræða. Félagsráðgjafar sem starfa á vegum barnaverndarnefnda sveitarfélaga hafa umsjón með þeirri könnun á höfum fólks sem fara þarf fram ef óskað er eftir því að ættleiða barn (*Lög um ættleiðingar* nr. 130/1999). Ekkert segir hins vegar um það í lögum að félagsráðgjafi eða barnaverndarnefnd fylgi líðan barnsins eftir þegar ættleiðing hefur átt sér stað. Það þýðir þó ekki að félagsráðgjafi geti ekki aðstoðað ættleiddan einstakling síðar á lífsleiðinni ef

vanlíðan sem tengist ættleiðingunni kemur upp, til dæmis ef viðkomandi gengur í gegnum sorg og sorgarferli vegna ættleiðingar sinnar og óskar eftir hjálp (Smit, 2002).

Félagsráðgjafar starfa á breiðum vettvangi og líklegt er að barn eða fullorðinn einstaklingur rekist á félagsráðgjafa á leið sinni í gegnum lífið í grunnskóla, á heilbrigðisstofnun eða öðrum vettvangi. Þegar einstaklingur leitar eftir aðstoð vegna sorgar sinnar vegna ættleiðingar er mikilvægt að hafa valdeflingu að leiðarljósi en þar fær einstaklingurinn aðstoð við að vinna úr sorg sinni til fulls. Aðstoða þarf viðkomandi við að sætta sig við orðinn hlut og leiðrétt hugsanir sem varða sektarkennd og rangar hugmyndir sem viðkomandi hefur um það af hverju ættleiðingin átti sér stað. Þá getur einnig verið mikilvægt að fjölskyldan öll taki þátt í meðferð til að hinn ættleiddi hafi góðan stuðning í hversdagslífi sínu (Cullberg, 1975). Það er mikilvægt fyrir alla ráðgjafa að gera ættleiddum einstaklingi grein fyrir því að líffræðilegir foreldrar hafi ekki gefið viðkomandi frá sér af léttúð. Foreldrar vilja í langflestum tilvikum hafa börn sín hjá sér ef mögulegt er en um leið vilja þeir gera það sem barninu er fyrir bestu og í sumum tilfellum getur það verið að gefa barnið til ættleiðingar í von um betri framtíð því til handa. Líffræðilegu foreldrarnir hentu ekki barninu frá sér, heldur lögðu þeir á ráðin um góða framtíð fyrir barn sitt. Ekki er góður kostur að segja að líffræðilegir foreldrar hafi valið þessa leið af því að þeir elskuðu barnið svo mikið því að það kann að kveikja hugsanir um það hvað kjörforeldrarnir muni gera þegar þeir segjast elska barnið óendanlega mikið (Smit, 2002).

Félagsráðgjafi sem veitir ráðgjöf í sorg og sorgarferli þarf að hafa góða kunnáttu og skilning á félagslegum aðstæðum í þjóðfélaginu. Hann þarf að þekkja til þeirra reglna sem eru í hverju upprunalandi fyrir sig og hvaða lög ná yfir upplýsingar um ættleiðingu og geta sýnt alúð og sett sig spor þess sem hann er að vinna með (Cullberg, 1975; Janus, 1997). Um leið þarf félagsráðgjafinn að beita innsæi sínu og þekkja til greinandi þátta sem hjálpað geta hinum ættleidda (Munroe, 2008). Mikilvægt er að hlusta á hinn ættleidda einstakling og aðstoða hann við að koma tilfinningum sínum í orð, leyfa viðkomandi að gráta og syrgja missi sinn (Cullberg, 1975).

Félagsráðgjafar sem hafa áhuga á að sérhæfa sig í að aðstoða ættleidda einstaklinga ættu að fræðast nánar um sorg og sorgarferli og kynna sér fjölskylduráðgjöf vel (Janus, 1997). Mikilvægt er einnig að sérhæfa sig í að takast á við leitina að líffræðilegum foreldrum og möguleikann á að finna þá eða finna þá ekki. Gott er að þekkja ýmsa þætti sem tengjast

ættleiðingum og vita hvernig staðið er að ættleiðingum í eigin landi og hvaða þjónusta er í boði eftir ættleiðingu til fjölskyldna. Þá er mikilvægt að ráðgjafinn geri sér grein fyrir því að hver og ein kjörfjölskylda er sérstök, hann þarf að þekkja til sorgarþríhyrningsins, vita hvernig skortur á vitneskju um líffræðilega foreldra getur haft áhrif á sjálfsmynd hins ættleidda og hvernig hægt er að bæta hana án þess að fá vitneskju um líffræðilega foreldra. Þá er mikilvægt að búa þá einstaklinga, sem fara af stað í leit að líffræðilegum foreldrum sínum, undir endurfundi við þá og hvernig mál kunni að þróast þegar þeir finnast. Einnig er mikilvægt að búa viðkomandi undir það að líffræðilegir foreldrar muni ekki finnast (Pearson o.fl., 2007).

6.4 Félagsráðgjöf fyrir ættleidd börn í sorgarferli

Að aðstoða ættleiddan einstakling krefst þess að talað sé um þann missi sem hann varð fyrir, ræða sársaukann sem því fylgir og reyna að aðstoða viðkomandi við að skilja tilfinningar sínar sem tengjast missinum og breyta þeim í jákvæðar tilfinningar og hugsanir. Hafa þarf hugfast að í sumum tilfellum tekst þetta aldrei að fullu leyti, en einhver árangur næst og sorgin getur breyst. Það getur hjálpað hinum ættleidda einstaklingi við að komast í gegnum sorgarferli sitt að fá að segja sína sögu, sína upplifun og tjá tilfinningar sínar. Sumum hentar að segja sögu sína aðeins fagmanni en aðrir þurfa að fá að segja fleirum frá og deila reynslu sinni með öðrum, jafnvel einhverjum sem þeir þekkja ekki (Schick, 2011). Ef félagsráðgjafi veit um fleiri börn sem eru að vinna í sorgarferli sínu, getur verið gott að stofna stuðningshóp þar sem þau koma saman og ræða mál sín á milli með umsjón félagsráðgjafa. Þetta getur hjálpað börnunum að skilja að tilfinningar þeirra eru eðlilegar og um leið sjá þau að þau eru ekki ein um að hugsa á þessum nótum (Janus, 1997). Tónlistarnám og listmeðferð geta einnig komið að gagni til að aðstoða ættleidd börn við að vinna úr tilfinningum sínum vegna sorgarinnar sem tengist ættleiðingunni og missi á líffræðilegum foreldrum (Smit, 2002).

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR-meðferð) hefur reynst vel við meðferð á streitu og áfallaminningum hjá börnum. Þá eru þau látin takast á við sárar og erfiðar minningar og um leið beinir ráðgjafinn hugsunum þeirra inn á nýjar brautir svo að hin slæma minning sé ekki lengur eins slæm og valdi ekki þeirri vanlíðan sem hún olli áður. Þá hefur Trauma-Based Cognitive Behavioral Therapy (TB-CBT) einnig reynst vel við áföllum sem einstaklingar upplifa vegna ættleiðingar sinnar. Í því meðferðarúrræði vinna börn og kjörforeldrar saman á þann hátt að þau ræða áfallið sem barnið hefur orðið fyrir og hvaða

tilfinningar þau bera vegna þess. Ef barnið þjáist af mikilli streitu læra bæði foreldrar og barn æfingar sem róa taugarnar. Þeirri tækni er hægt að beita þegar streita gerir vart við sig, hvar sem viðkomandi eru staddir (Hegar og Watson, 2013).

6.5 Ráðgjöf fyrir fullorðna ættleidda einstaklinga

Ættleiddir einstaklingar eru stundum komnir á fullorðinsár þegar þeir ákveða að óska eftir hjálp til að glíma við tilfinningar sínar gagnvart ættleiðingu. Þeir eru þá gjarnan að fást við vandamál sem tengjast skorti á upplýsingum um uppruna sinn og spurninguna „hver er ég?“ Þegar fullorðnir ættleiddir einstaklingar fá ráðgjöf er mikilvægt að hlusta á þá og leyfa þeim að segja sögu sína aftur og aftur. Hópmeðferð getur einnig reynst vel á fullorðinsárum því að þá geta hópmeðlimir samsamað sig hver öðrum. Á fullorðinsárum safnast saman reynsla bernskuáranna og það kemur mörgum fullorðnum ættleiddum einstaklingum mjög á óvart að sorg og sársauki vegna ættleiðingar skýtur upp kollinum hér og þar á lífsleiðinni. Þættir sem gjarnan vekja upp slíka sorg eru meðganga, að ganga í hjónaband eða andlát kjörforeldra (Janus, 1997).

Það er mikilvægt fyrir félagsráðgjafa sem vinnur með fullorðnum ættleiddum einstaklingi að gera ekki ráð fyrir að viðkomandi hafi farið í gegnum sorg sína og unnið úr henni og annarri vanlíðan sem tengist ættleiðingu á meðan hann var barn eða unglingur. Þó svo að ástæða þess að viðkomandi óskar eftir ráðgjöf og aðstoð sé allt önnur, getur einnig reynst nauðsynlegt að vinna í málum tengdum ættleiðingunni til að viðkomandi geti lokið úrvinnsluferli sínu. Um leið þarf að forðast að gera ráð fyrir að ættleiðingin sé rót allra vandamála. Þegar ættleiddur einstaklingur gengur í gegnum ýmsa reynslu í lífinu, hvort sem hún tengist gleði eða sorg, á hann það til að endurmeta líf sitt og skoða farinn veg og getur það um leið vakið upp tilfinningar sem tengjast ættleiðingunni (Janus, 1997).

6.6 Mikilvægi þess að vinna úr sorg

Ef einstaklingi er ekki gert kleift að vinna úr áfalli getur það haft áhrif á hann um alla lífstíð. Áfall og sorg vegna ættleiðingar getur komið fram töluvert löngu eftir ættleiðinguna, seintlað hægt og rólega inn í vitundina, og sú staðreynd að „vita ekki“ getur gert það að verkum að hinum ættleidda finnst hann borinn ofurliði. Að geta aldrei fengið að vita með vissu eða skilja af hverju viðkomandi var gefinn til ættleiðingar dregur ekki úr þörfinni á að ræða um sorgina sem því fylgir og að henni sé gefin rödd og að sorgin sé viðurkennd (Schick, 2011).

Rannsóknir hafa sýnt að ættleidd börn eiga í ýmsum geðrænum vandkvæðum og að þessi vandkvæði fylgi þeim fram á fullorðinsárin. Þá halda sumir fræðimenn því fram að ættleiddir einstaklingar séu líklegri til að þurfa að leita sér aðstoðar vegna sálrænna vandamála eða hegðunarörðugleika. Um það efni greinir fræðimenn raunar á þar sem aðrir segja að ekki sé munur á þeim sem ættleiddir eru og þeim sem eru það ekki þegar við sálræna kvilla er að glíma (Pearson o.fl, 2007).

Um leið og þeir einstaklingar sem eru ekki ættleiddir taka því sem sjálfsögðum hlut að þekkja til uppruna síns og þekkja rætur sínar og fjölskyldusögu er hinum ættleidda aftur á móti iðulega gert að taka því að hafa þessar upplýsingar ekki. Hinn ættleiddi getur efast um sannleiksgildi þess sem honum hefur verið sagt um uppruna sinn. Þá er hinum ættleidda einstaklingi einnig oft gert að sætta sig við ákvörðun sem var tekin fyrir hans hönd löngu áður en hann gat nokkuð haft um málið að segja þegar hann var ættleiddur. Þá þarf hinn ættleiddi að taka upp hefðir og siði þess samfélags sem kjörforeldrarnir búa í og geta verið gjörólíkir þeim siðum sem tíðkast í upprunalandi hins ættleidda. Skortur á upplýsingum um líffræðilega foreldra svo og löngun til að fá nánari vitneskju um það tímabil sem einstaklingurinn bjó í upprunalandi sínu getur orðið til þess að viðkomandi á erfitt með að festa rætur á meðan hann leitar svara og getur það haft veruleg áhrif á sjálfsmynd viðkomandi (Krueger og Hanna, 1997).

7 Niðurstöður

Ljóst er að ekki ganga allir ættleiddir einstaklingar í gegnum sorgarferli vegna ættleiðingar sinnar. Margar ættleiddar manneskjur upplifa ættleiðingu sína sem jákvætt ferli á lífsskeiðinu og lifa í sátt við hana. Aðrir eiga erfitt af þessum sökum, upplifa mikla sorg og missi vegna líffræðilegra foreldra sinna og eru í þörf fyrir nánari vitneskju um uppruna sinn en upplýsingar geta veitt. Slíkt fólk gengur í gegnum áfall og sorgarferli sem það þarf að vinna úr. Bowlby (1978) hélt því fram að ef tengsl við umönnunaraðila væru rofin í frumbersku gæti reynst erfitt að koma á nýjum og góðum tengslum við umönnunaraðila. Ainsworth og félagar (2014) hafa þróað kenningar hans lengra og telja að tengsl sé hægt að laga með markvissri og formfastri vinnu. Undir það tekur taugasálfræðingurinn Federici (e.d.) eftir að hafa sinnt börnum með tengslaröskun. Svo virðist að ungbörn muni reynslu sína og því er ekki ólíklegt að ungbarn geti munað þann aðskilnað sem verður þegar það er gefið til ættleiðingar. Við það upplifir barnið aðskilnað við móður sína, jafnvel á fyrsta sólarhring ævinnar. Þessi aðskilnaður ásamt þrá eftir vitneskju um uppruna sinn og líffræðilega foreldra veldur mörgum ættleiddum einstaklingum sorg á lífsleiðinni. Börn byggja fyrstu æviár sín á tengslum og trausti til umönnunaraðila og sé því raskað, geta þau þróað með sér vantraust, óöryggi og streitu. Streitan og óöryggið getur fylgt einstaklingnum fram á fullorðinsár.

Aldur við ættleiðingu getur haft áhrif á það hvort barn fer í gegnum sorgarferli og hversu djúpstæð sorgin verður, en talið er að eftir því sem börn eru eldri við ættleiðingu, því meiri líkur eru á að þau gangi í gegnum sorgarferli. Niðurstöður rannsókna varðandi aldur við ættleiðingu og tengsl við sorg eru þó misvísandi og eins og fram kemur í 5. kafla. Þá sýna börn því meiri áhuga að fá vitneskju um líffræðilega foreldra eftir því sem þau eru eldri við ættleiðingu. Börn sem syrgja mjög líffræðilega foreldra sína, sýna frekar merki um kvíða og depurð en önnur börn. Vangaveltur ættleiddra einstaklinga um það af hverju þeir voru gefnir til ættleiðingar og af hverju líffræðilegir foreldrar vildu þá ekki, leiða oft til hugsana eins og þeirra af hverju þeir ættu ekki að upplifa slíkt aftur frá kjörforeldrum sínum.

Þeir einstaklingar sem skynja ættleiðingu sína sem jákvæðan atburð velta sjaldan vöngum yfir uppruna sínum eða takast á við sorgarferli. Þau ferli virðast frekar tengjast neikvæðri upplifun af ættleiðingu. Vangaveltur um sjálfsmynd og uppruna geta leitt til hegðunarörðugleika. Viðkomandi hneigist til að forðast nán sambönd og hefur mögulega

ekki getu til að eiga í nánu sambandi við neinn. Þetta tengist oft þeirri vitund hins ættleidda að hann sé öðruvísi og skeri sig úr vegna ættleiðingar sinnar. Að hann sé stimplaður og að það fylgi honum alla ævi að vera ættleiddur.

Í rannsókn Smith og Brodzinsky (2002) kemur fram að ættleiddir einstaklingar leita sér helst aðstoðar vegna sorgar, skammar og höfnunar og í leit að sjálfsmynd. Skortur á fjölskyldusögu og menningarlegum bakgrunni valda þessum tilfinningum. Vangaveltur um það hvort viðkomandi hafi ekki verið nægilega fullkominn fyrir líffræðilega foreldra sína valda sterkri höfnunartilfinningu sem lýsir sér í því að aðrir eigi að hafna þeim að sama skapi. Þetta gerir það að verkum að einstaklingar í þessari stöðu reyna að forðast aðstæður þar sem þeim kynni að vera hafnað.

Sorg vegna missis líffræðilegra foreldra og ættleiðingar getur vaknað snemma á lífsleiðinni en dofnað og legið í undirvitundinni og vaknað aftur við ýmsar aðstæður. Leiðin í gegnum sorgarferli getur verið löng og er virk hlustun mikilvæg til að aðstoða einstakling við að takast á við hana. Bæði foreldrar og fagfólk þurfa að hlusta á það sem barnið hefur að segja en ekki er síður mikilvægt að hlusta á það sem barnið segir ekki en er að brjótast um í huganum. Reiði getur fylgt sorgarferli og mikilvægt er að beisla reiði ef hún er mikil og beina henni í nýjan farveg. Opin samskipti kjörforeldra og barns skipta einnig öllu máli. Að kjörforeldrar geti rætt ættleiðinguna, líffræðilega foreldra barnsins og gert barninu ljóst að slíkar umræður standi ávallt til boða, flýtir fyrir úrvinnslu sorgarferlisins. Þurfi einstaklingar meiri aðstoð en kjörforeldrar geta veitt, getur verið gott að leita til félagsráðgjafa eða annars fagfólks sem hefur sérhæft sig í fjölskylduráðgjöf, sorg og sorgarferli. Ýmis meðferðarúrræði geta hentað ættleiddum börnum í sorgarferli, svo sem talmeðferð, listmeðferð og tónlistarnám. Ættleiddir einstaklingar geta verið komnir á fullorðinsár þegar að þeir leita sér aðstoðar vegna sorgar sem tengist ættleiðingu. Ástæða þess að viðkomandi óskar eftir aðstoð getur verið önnur en sorgin en hún getur verið undirliggjandi þáttur sem vinna þarf með. Jafnframt þarf að forðast að gera ættleiðinguna að rót allra vandamála. Það að þekkja ekki uppruna sinn, líffræðilega foreldra og ástæður þess að hafa verið gefinn til ættleiðingar, virðist fyrst og fremst valda sorg ættleiddra einstaklinga. Að auki er höfnunartilfinning afdrifaríkur þáttur í slíkum tilvikum svo og skömm og fullvissa um að hafa ekki verið nægilega fullkominn.

Niðurstöður rannsóknaðar Jórunnar Elíðóttur (2013) eru samhljóða mörgum erlendum rannsóknum (Smit, 2002 svo dæmi sé tekið), en þar kemur fram mikilvægi þess að kjörforeldrar ræði opinskátt við börn sín um ættleiðingu þeirra og líffræðilega foreldra og geri sér fulla grein fyrir nauðsyn þess. Þær erlendu rannsóknir sem hér hefur verið vitnað til (nefna má Di Ciacco, 2008 og Norris-Shortle o.fl., 1993 í kafla 6.2) sýna að fáir barn að ræða við kjörforeldra sína um þær vangaveltur sínar sem tengjast ættleiðingunni veitist því léttara að vinna úr sorg sinni. Sorgin hverfur ekki endilega en einstaklingurinn ræður betur við hana og þá er sennilegt að hún dofni og verði meðfærilegri. Að auki ættu opin samskipti að auka líkur á því að barn finni sjaldnar fyrir höfnunartilfinningu sem er gjarnan fylgífiskur sorgar vegna ættleiðingar og ætti því um leið að hafa sterkari og jákvæðari sjálfsmynd.

Vangaveltur um uppruna og líffræðilega foreldra virðist fyrst og fremst valda sorg ættleiddra einstaklinga vegna ættleiðingar þeirra. Ástæður sorgarinnar eru þá þær að ættleiddir einstaklingar geta ekki fengið svör við spurningum sem á þeim brenna varðandi tilveru líffræðilegra foreldra og að mögulega er aldrei hægt að fá þau svör sem leitað er eftir.

Félagsráðgjafar eru vel menntuð starfsstétt sem getur aðstoðað ættleidda einstaklinga í sorgarferli sínu með viðtölum og meðferðarúrræðum. Félagssráðgjafi sem ætlar að taka slíkt að sér þarf að undirbúa sig vel á sviði fjölskylduráðgjafar og sorgar. Þá er einnig mikilvægt að hafa þekkingu á ættleiðingarferlum og lögum um ættleiðingar hérlandis og erlendis, sérstaklega í upprunalandi viðkomandi aðila. Hegar og Watson (2013) nefndu úrræði sem hafa gefist vel í meðförum fagfólks þegar kemur að því að vinna úr sorg og sorgarferli sem tengist ættleiðingu. Þar hafa samtalsmeðferðir, EMDR-meðferð og TB-CBT-meðferð reynst vel í úrvinnsluferli ættleiddra einstaklinga vegna sorgar sinnar.

8 Umræður

Erfitt er að fjalla um ættleiðingar nema víkja jafnframt að einhverju leyti að tengslum barna við umönnunaraðila sína. Frumtengsl einstaklinga hafa áhrif á þá fyrir lífstíð – ekki síst þau tengsl sem rofna. Hvernig unnið er með tengsl sem rofin hafa verið skiptir miklu máli fyrir framtíð viðkomandi manneskju. Þá skipta venjur og reglufesta miklu máli svo og umhyggja og ástúð. Að kjörbarn tengist kjörforeldrum sínum vel skiptir öllu máli um framtíð barnsins. Þegar um er að ræða sorg fólks sem ættleitt hefur verið, hvort sem það er fullorðið eða á barnsaldri, er mikilvægt að kjörforeldrar séu fúsir til að ræða um ættleiðinguna og þá ekki síður um líffræðilegu foreldrana. Að kjörbarn finni að kjörforeldrar séu tilbúnir hvenær sem er til að ræða þessi mál getur skipt sköpum þegar kemur að úrvinnslu sorgarinnar.

Í ljósi þess hve margir ættleiddir einstaklingar eiga í hegðunarörðugleikum, má velta því fyrir sér hvort fagaðilar séu sér nægilega meðvitaðir um þá sorg sem ættleiddir geta borið vegna ættleiðingar sinnar. Er mögulegt að rót hegðunarvandans liggi í tilfinningum sem tengjast óunninni sorg og að þar þurfi að stinga á kýlinu til að geta leyst önnur mál sem einstaklingurinn glímir við? Enn hefur lítið verið rannsakað hvaða áhrif sorg og sorgarferli ættleiddra einstaklinga hefur á líðan þeirra og þess vegna er því vart að treysta að fagfólk geri sér fyllilega grein fyrir því hversu mjög sá þáttur reynslunnar getur haft áhrif á hegðun.

Það vakti athygli ritgerðarhöfundar hve fátt er um rannsóknir sem sýna hvernig þeim einstaklingum farnast sem eru sáttir við ættleiðingu sína og ganga ekki í gegnum sorgarferli. Væri ekki mikilvægt að komast að því af hverju viðkomandi líður jafn vel með vitundinni um ættleiðingu sína og raun ber vitni og af hverju sorgin leitar ekki jafn stíft á viðkomandi og þá sem ganga í gegnum erfitt sorgarferli. Niðurstöður slíkrar rannsóknar gætu mörgulega hjálpað þeim sem glíma við sorg og aukið þekkingu kjörforeldra á því hvað betur mætti fara við upphaf vega.

Mikilvægt er að fólk fái að fara í gegnum sitt sorgarferli og ljúka því en svo er þó ekki um alla. Þá fara ekki allir í gegnum ferli áfalla og sorgar í sömu röð en mikilvægt er að viðkomandi fái að vinna úr þeim tilfinningum sem hann er að fást við. Börn þurfa upplýsingar og útskýringar á því sem gerst hefur en mikilvægt er bæði að halda sig alltaf eins nærri sannleikanum og hægt er og útskýra á þann hátt sem hæfir skilningi og aldri barns. Með því móti má komast hjá því að barnið fái misvísandi upplýsingar eftir því sem það verður eldra.

Flestir þeir fræðimenn, sem vitnað er til í þessari ritgerð (sjá til dæmis Norris-Shortle, Young og Williams, 1993), eru sammála um mikilvægi þess að halda sig eins nærri sannleikanum og hægt er og forðast það að búa til sögur sem eiga sér ekki stoð í raunveruleikanum.

Smit (2002) vísar á því í grein sinni, sem hér er stuðst við, að við úrvinnslu á sorgarferli vegna ættleiðingar sé mikilvægt að fullvissa hinn ættleidda um að líffræðilegir foreldrar hafi ekki gefið viðkomandi frá sér af léttúð og að foreldrar vilji hafa börn sín hjá sér ef þess er nokkur kostur. Ritgerðarhöfundur setur spurningamerki við þetta; kjörforeldrar vita í fæstum tilvikum neitt um aðstæður líffræðilegra foreldra og því ætti að varast að halda slíkum fullyrðingum á lofti. Mögulega léttir hinum ættleidda við að heyra eitthvað þessu líkt en um leið er hætt við að ekki sé verið að segja sannleikann og ef hinn ættleiddi einstaklingur leggur upp í leit að uppruna sínum kann allt annað að koma í ljós. Það getur að sjálfsgöðu reynst erfitt að segja við barn eða fullorðinn einstakling að ekkert sé vitað um líffræðilega foreldra viðkomandi eða fortíð en hinum ættleidda einstaklingi gengur trúlega betur að takast á við það en að mæta þeirri staðreynd að logið hafi verið að honum ef slíkt kemur í ljós. Að segja manneskju ósatt um uppruna sinn og stefna þannig trúnaðartrausti hennar í hættu er í fæstum tilfellum ásættanlegt.

Sá stimpill sem ættleiddur einstaklingur fær við ættleiðingu á milli landa fylgir honum alla tíð. Spurningar um það hvaðan viðkomandi sé ættaður og beinist í upphafi að kjörforeldrunum en síðar einstaklingnum sjálfum, munu fylgja viðkomandi manneskju alla tíð. Einstaklingurinn fær á einhvern hátt aldrei að vera hann sjálfur, heimamanneskja, heldur þarf hann að auðkenna sitt upprunaland þótt sárafátt sé vitað um það líf sem þar hefði mætt honum. Þar með er hinum ættleidda einstaklingi gert að skilgreina sig á annan hátt en aðrir í þjóðfélaginu skilgreina sig, hann stendur alltaf á einhvern hátt til hliðar við það samfélag sem þó er hans og ber með sér þann stimpil að vera ættleiddur. Þetta getur mótað kjörbörn og það hvaða augum þau líta ættleiðingu sína og að sama skapi getur þetta ýtt undir sorg þeirra þar sem þau heyra þessa spurningu gjarnan. Það að þurfa að gera grein fyrir upprunalandi sínu og vera þannig sífellt minntur á að vera kjörbarn getur aukið vangaveltur um líffræðilega foreldra og ýtt undir kröfur um svör um uppruna og af hverju viðkomandi var gefinn til ættleiðingar.

Talið er að kjörforeldrar óski frekar eftir hjálp fyrir börn sín en aðrir þar sem þeir þekki vel til þjónustu félagsmálayfirvalda og annarra úrræða eftir úttekt vegna ættleiðingarinnar

og hafi þá trúlega jákvæðara viðhorf til þeirrar aðstoðar sem í boði er. Þetta varpar vissulega jákvæðu ljósi á fjölskyldur ættleiddra einstaklinga en kann jafnframt að skýra af hverju niðurstöður rannsókna sýna gjarnan að ættleiddir einstaklingar séu í meiri þörf fyrir faglega aðstoð en aðrir. Ef kjörforeldrar eru sér meðvitaðir um mikilvægi þess að sýna opinn og einlægan huga í samskiptum við börn sín þegar rætt er um ættleiðinguna eykur það einnig líkurnar á að hinn ættleiddi einstaklingur leiti sér aðstoðar þar sem hann hefur lært að tala um tilfinningar sínar og tjá sig. Það er eðlilegt að kjörforeldrar hafi ekki öll þau svör á reiðum höndum sem börn þeirra þarfnast og stundum getur verið þægilegra að tala við aðila sem ekki tengist viðkomandi tilfinningaböndum. Þetta getur verið hluti af þörf einstaklinga til að firra sig nánd sorgarinnar sem stundum umleikur þá vegna uppruna síns. Þá kann hræðslan við að vera hafnað aftur að gera það að verkum að ættleiddir einstaklingar veigri sér við að ræða við kjörforeldra sína um þá sorg sem tengist hinum líffræðilegu foreldrum.

Svör hafa fengist við þeim rannsóknarspurningum sem lagt var upp með: Flestar rannsóknarniðurstöður benda til þess að leit að uppruna og þrá eftir vitneskju um líffræðilega foreldra og það sem hefði getað orðið haldist í hendur við sorg ættleiddra einstaklinga. Þá hafa félagsráðgjafar ýmis úrræði á sínum höndum til að aðstoða ættleidda einstaklinga í sorgarferli, börn sem fullorðna.

Áhugavert væri í ljósi niðurstaðna þessarar ritgerðar að gera íslenska rannsókn sem snýst um það hvaða reynslu fullorðnir ættleiddir einstaklingar hafa af sorg vegna ættleiðingar sinnar hér á landi. Hafa þeir upplifað það sama og fram kemur hér í niðurstöðum, hafa þessir einstaklingar fengið aðstoð hafi þeir óskað eftir henni frá foreldrum og fagaðilum eða hafa þeir tekist á við sorgina í einrúmi ef nauðsynlegt reyndist að glíma við hana?

Kristín Skjaldardóttir

Heimildir

- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Vaters, E. og Wall, S.C. (2014). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation* (1. útg. 1978). New York: Psychology Press.
- Andrés Ragnarsson. (1997). *Setjið súrefnisgrímuna fyrst á yður: Að eiga fatlað barn eða langveikt*. Seltjarnarnes: Ormstunga.
- Björg Sigríður Hermannsdóttir og Linda Björk Oddsdóttir. (2006). *Hvernig farnast ættleiddum börnum erlendis frá á Íslandi?* BA-ritgerð í sálfræði við Háskóla Íslands. Sótt 25. mars 2014 á www.skemman.is
- Bowlby, J. (1978). *Attachment and loss. Vol. II: Separation, anxiety and anger*. Middlesex: Penguin Books.
- Brodzinsky, D.M. (1993). Long-term outcomes in adoption. *The Future of Children*, 3(1), 153–166.
- Cullberg, J. (1975). *Kreppa og þroski*. Akureyri: Bókaforlag Odds Björnssonar.
- De Young, A.C., Kenardy, J.A. og Cobham, V.E. (2011). Trauma in early childhood: A neglected population. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 14(3), 231–250.
- Di Ciacco, J.A. (2008). *The colours of grief: Understanding a child's journey through loss from birth to adulthood*. Dexter, MI: Thomson-Shore.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W.W. Norton & Co.
- Federici, R.S. (e.d.). *Raising the post-institutionalized child risks, challenges and innovative treatment*. Sótt 7. febrúar 2014 á http://www.drfederici.com/raising_child.htm
- Federici, R.S. (2014). Tölvubréf til Kristínar Skjaldardóttur, 24. janúar.
- Hagstofa Íslands. (e.d.-a). *Talnaefni*. Sótt 7. febrúar 2014 á www.hagstofan.is
- Hagstofa Íslands. (e.d.-b). *Talnaefni*. Sótt 7. febrúar 2014 á www.hagstofan.is
- Hegar, R.L. og Watson, L.D. (2013). Managing special needs and treatment approaches of intercountry adoptees and families. *Adoption Quarterly*, 13(3–4), 238–361.
- Hrefna Friðriksdóttir. (2011). *Ættleiðingar á Íslandi: Í þágu hagsmuna barns*. Reykjavík: Innanríkisráðuneytið.
- Innanríkisráðuneytið. (2014). *Verkefni*. Sótt 14. apríl 2014 á www.innanrikisraduneyti.is.
- Íslensk ættleiðing. (e.d.). *Félagið*. Sótt 7. febrúar 2014 á www.isadopt.is.
- Janus, N.G. (1997). Adoption counseling as a professional specialty area for counselors. *Journal of Counselling and Family*, 75(4), 266–274.

- Johnson, D.E. (2002). Adoption and the effect on children's development. *Early Human Development*, 68(1), 39–54.
- Jórunn Elíðóttir. (2013). „... ég er fædd í Kína en á heima á Íslandi og ég er ættleidd og ég er stolt af því ...“: Tvímennningarlegur heimur ættleiddra barna. *Netla, Veftímarit um uppeldi og menntun*. Sótt 2. febrúar 2014 á <http://netla.hi.is/greinar/2013/ryn/017.pdf>.
- Krueger, M.J.J. og Hanna, F.J. (1997). Why adoptees search: An existential treatment perspective. *Journal of Counselling and Development*, 75(3), 195–202.
- Kübler-Ross, E. og Kessler, D.A. (2005). *On grief and grieving: Finding the meaning of grief through the five stages of loss*. New York: Scribner.
- Lieberman, A.F., Chu, A., Van Horn, P. og Harris, W.W. (2011). Trauma in early childhood: Empirical evidence and clinical implications. *Development and Psychopathology*, 23(2), 397–410.
- Lög um ættleiðingar* nr. 130/1999.
- Mare, L.L. og Audet, K. (2011). Communicative openness in adoption: Knowledge of culture of origin, and adoption identity in adolescents adopted from Romania. *Adoption Quarterly*, 14(3), 199–217.
- Montirosso, R., Tronick, E., Morandi, F., Cicieri, F. og Borgatti, R. (2013). Four month old infants long term memory for a stressful social event. *Plos One*, 8(12). Doi: 1371/journal.pone.0082277
- Munroe, E. (2008). *Effective child protection* (1. útg. 2002). London: Sage.
- Nieman, S. og Weiss, S. (2011). Attachment behavior of children adopted internationally at six months adoption. *Adoption Quarterly*, 14(4), 246–267.
- Norris-Shortle, C., Young, P.A. og Williams, M.A. (1993). Understanding death and grief for children three and younger. *Social Work*, 38(6), 736–742.
- Pearson, F., Curtis, R. og Chapman, A.M. (2007). Use of mental health services by adults who were adopted as infants. *Journal of Mental Health Counselling*, 29(2), 163–185.
- Schick, K. (2011). Acting out and working through: Trauma and (in)security. *Review of International Studies*, 37(4), 1837–1855.
- Smit, E.M. (2002). Adopted children: Core issues and unique challenges. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 15(4), 143–150.
- Smith, D.W. og Brodzinsky, D.M. (2002). Coping with birthparent loss in adopted children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(2), 213–223.