

IDENTIDAD Y ORÍGENES EN EL MENOR ADOPTADO

Marta San Martino Pomés

Introducción

El menor adoptado necesita resolver su historia para resolver su identidad. El proceso de identidad incluye aceptar que, aún siendo entidades únicas, formamos parte de una familia. En la adopción coexisten dos familias. Por ello la persona adoptada debe realizar un sobreesfuerzo para avanzar en su proceso de identidad.

A lo largo de los años que llevo trabajando con niños y adolescentes adoptados, junto con el equipo de adopciones hemos ido constatando la importancia de profundizar en la necesidad que tiene el menor de que le ayuden a colocar en su historia de vida el abandono y el doble árbol genealógico: el de la familia adoptiva y el de la familia progenitora. El proceso de búsqueda de su identidad implica la integración de esta tríada: padres, hijo y progenitores biológicos.

El menor adoptado tiene un pasado, una historia previa a la vida en familia, en la que inició su existencia y por tanto, su identidad. Con frecuencia siente un vacío en su pasado porque no hay nadie cerca de él que pueda poner palabras a sus vivencias, a sus recuerdos. Una niña de 5 años le decía a su madre: “mamá, cuando nací, ¿quién me miró?”.

Su proceso de identidad es más complejo porque hay un agujero en su pasado. Siente que en su vida ha habido un hilo discontinuo: algo esencial se rompió y empezó una nueva vida.

La persona adoptada necesita hacer un proceso de búsqueda, completar la pieza del puzle que le falta, que no le deja estar en paz consigo misma ni con su entorno. Tal como dicen Fabrice Delfieu i Joëlle de Gravelain: “Uno puede construir su personalidad sobre un

pasado aunque sea difícil y duro, si lo conoce y lo asume. No puede construirla en cambio sobre el vacío, sobre una especie de agujero en la vida o en el nacimiento”.

Padres y terapeutas hemos de estar preparados para ayudarlo a seguir el hilo y llenar el vacío: él sigue siendo la misma persona que antes de la adopción y tiene una identidad, la suya, que es más compleja e implica un proceso más complejo de integración.

David Brodzinsky (2002) explica que la búsqueda implica cuatro componentes: la búsqueda intrapersonal, la interpersonal, la búsqueda de información y la búsqueda de familiares biológicos y otras personas significativas.

En este artículo me propongo explicar brevemente los puntos clave que debemos tener en cuenta profesionales, padres y terapeutas, para entender el proceso que hace el menor adoptado en la búsqueda y comprensión de sus orígenes, proceso indispensable para ir construyendo su identidad. Expondré recursos que pueden ayudar a profesionales que trabajan con familias adoptivas.

La identidad

León y Rebeca Grimberg (1971) proponen en el libro *Identidad y cambio* que: “la identidad es la resultante de un proceso de interacción continua de tres vínculos de integración: espacial, temporal y social”. El vínculo de integración espacial se refiere a la relación entre las diferentes partes de una persona a nivel corporal y es el que permite sentirse diferente de los otros y de los objetos. Corresponde al sentimiento de individuación. El vínculo temporal viene dado por las diferentes representaciones que tiene la persona de sí misma a lo largo del tiempo. Es el que corresponde al sentimiento de mismidad, que permite reconocerse a sí mismo a pesar de los cambios al pasar los años. El vínculo social es el que da lugar al sentimiento de pertenencia social y se basa en los mecanismos de identificación con los otros y entre si.

Jolanda Galli (2000) se pregunta: “¿qué trabajo mental debe realizar el niño adoptado para poder continuar sintiéndose sí mismo cuando pierde de un momento a otro todos sus puntos de referencia ambientales, tanto de objetos como de relaciones

interpersonales, de idioma, de sabores, de cambio de nombre, etc.? ¿Qué trabajo mental debe realizar el adolescente adoptado para lograr una identidad suficientemente integrada, en la que su historia, la de antes de la adopción y la de después, puedan enlazarse de manera armónica?”.

La búsqueda de la identidad no es un proceso sencillo para ningún ser humano. Todas las personas se preguntan quiénes son, cómo les ven y cómo les sienten los demás. Padres, madres, parejas y hermanos, ponen gestos y palabras sobre cómo perciben nuestro cuerpo, nuestra salud o nuestra manera de ser. Para Félix Loizaga, en su artículo publicado en Cuadernos de Psicomotricidad, este proceso se llama *marcaje* y se basa en “la comprensión, escucha, entendimiento y sobre todo en el reconocimiento del otro, que envía mensajes y hace incorporar esquemas sobre cómo nos siente, visualiza, comprende y cómo nos reconoce” (Loizaga, 2013). Por tanto, es el otro quien con su comunicación verbal o no verbal, nos ayuda o nos complica en la formación de la identidad.

La familia es la que realiza el marcaje principal y aporta valores de referencia para toda la vida. Todos estamos afectados ante el marcaje que realizan nuestras familias biológicas, adoptivas o acogedoras.

El abandono

El menor adoptado llega a la familia teniendo incorporados unos modelos de trato y de relación, unas vivencias y unas expectativas sobre qué puede esperar de los adultos, del mundo y con una imagen de sí mismo que viene dada por cómo se haya sentido tratado, cómo le han mirado... cómo le han pensado.

Los profesionales decimos que el menor llega con una mochila interna llena de vivencias de pérdida, de vínculos frágiles y rotos. Explicamos a los padres que lo primero no es hablar de orígenes sino apegarse, convertirse en padres e hijo. Lo primero que necesita saber el menor es: *para quién es único y exclusivo, y tener la confianza básica que alguien que no cambia le piensa.*

El menor necesita establecer un apego seguro para ir adquiriendo la confianza

básica que le permitirá asumir nuevos conocimientos, entender y elaborar sus orígenes.

La herida del menor adoptado no es la adopción, es el abandono. El sentimiento de abandono genera un gran sentimiento de soledad, rabia e incompreensión. No se puede separar abandono y adopción. El sentimiento de abandono afecta directamente al vínculo y a la autoestima. Cuando una persona crece pensando que quien le dio la vida lo abandonó, piensa que es alguien “abandonable”. Ello le lleva a tener una mayor desconfianza en los vínculos y a pensar que todo vínculo que establezca puede romperse.

Dice Grinberg : “Haber sido abandonado en la realidad (no en la fantasía) provoca dolor y rabia, y mantiene el peligro actualizado de un nuevo abandono, con la ansiedad de que ello pueda ocurrir. Es decir, no sólo existe la pérdida ocurrida sino la angustia de que pueda repetirse” (Grinberg, 2006).

Los padres adoptivos

En la familia adoptiva el vínculo afectivo está formado por: los padres, el hijo y “los otros”, es decir, los progenitores biológicos. En la mayoría de casos de adopción internacional los progenitores son personas desconocidas, pero aparecerán en algunas etapas, en la mente tanto de los padres como del hijo, en forma de fantasía.

Asumir esta realidad es doloroso a veces porque todo padre necesita sentir que su hijo le es exclusivo, propio y único. El riesgo y lo que provoca dolor, sería pensar que “los otros” tienen la fuerza de la sangre, de la biología y que esto es lo que realmente cuenta para el niño. Esto podría llevarles a sentirse padres de segunda. En la fantasía de los padres puede haber el temor a que su hijo se vaya un día en busca de sus progenitores, descubra su verdadero vínculo y no vuelva. Con frecuencia, vemos a algunos padres tentados de desvalorizar la existencia de los progenitores guiados por este temor. Otras veces los padres pueden estar tentados a hacer lo contrario: dar demasiada importancia a los progenitores haciendo juicios de valor poco realistas como: “te querían muchísimo”, “eran muy buenas personas e hicieron un gran acto de amor” o “eran tan pobres...”. Estas expresiones responderían a la necesidad de los padres adoptivos de desculpabilizar a los

progenitores, pero pueden confundir al hijo.

Conviene pensar en profundidad en ¿qué significa ser padre?: ¿dar la vida, o criar y sentar las bases para el desarrollo del hijo? Padre es quien cuida (con todo su significado), quien ama, quien cría, quien convive con el hijo. Engendrar no nos constituye como padres si no hay una continuidad.

Los padres se preguntan: “¿Qué piensa mi hijo? ¿Qué imagina? ¿Cómo le hablamos de sus orígenes si no pregunta? ¿Debemos decirle todo lo que sabemos? ¿Cuándo? Si filtramos ciertas informaciones complejas, ¿no le estamos mintiendo? ¿Hablamos de madre biológica o de progenitora?”.

A menudo los padres piensan que cuando el hijo pregunta por sus orígenes, significa que está cuestionando la filiación. Los profesionales les ayudamos a entender que el hijo que pregunta, que quiere saber, se siente suficientemente confiado como para querer ir más allá pese a saber que lo que le dirán no le gustará. Querer saber, tener curiosidad, hacer preguntas, son signos de salud mental. Cuando un menor no puede o no quiere acceder al conocimiento de su verdad, entonces es necesario que, con ayuda profesional, se explore las fantasías que se está haciendo sobre sí mismo. Hablar del abandono, en la terapia o con los padres, ayuda a poner límites a la fantasía y a sentirse menos abandonado.

El hijo adoptado tiene que hacer el duelo por los progenitores perdidos, por aquella relación que pudo ser y no fue. Este es un proceso que, como toda pérdida, conlleva dolor. Por eso los padres deben poder acoger, aguantar, comprender y contener el dolor por haber sido abandonado y el dolor por no poder saber más sobre su origen. Los padres deben hacerse cargo de todo aquello que el hijo no puede encargarse.

Los padres adoptivos deben asumir que están haciendo un relevo: “otros” le han dado la vida y “ellos” le dan el resto. Desde el momento de la adopción todo el pasado biológico del hijo pasa a formar parte de la familia adoptiva. Debe ser una historia compartida por todos para que el hijo no se sienta solo con sus orígenes: como son suyos también son de los padres. El hijo no busca unos padres cuando piensa en su pasado biológico sino que busca completarse, llenar un vacío.

La elaboración de los orígenes

Los menores adoptados pasan por unas etapas en la elaboración de sus orígenes:

1ª: La adopción como un hecho anecdótico.

2ª: La adopción como un hecho esencial.

3ª: Etapa de la elaboración.

En la primera etapa (aproximadamente desde la llegada a la familia hasta los 4 años), el menor tiende a vivir su llegada como un hecho anecdótico y en general puede hablar de ello con naturalidad. El niño parece que asuma todo lo referente a su adopción con bastante tranquilidad.

Con los padres trabajamos la idea de crear un clima confiado y natural en casa. Usar las fotos del primer encuentro, el video del viaje al país de origen, cuentos que hablen de las diferentes formas de ser familia como: *El libro de la selva*, *Tarzán*, un cuento personalizado de su historia...

Que el niño perciba que las palabras “adopción, China, Etiopía... la casita donde estabas, cuando te conocimos, cuando vinimos en avión...” forman parte del vocabulario familiar. Con ello se crea un clima confiado y natural en casa y el niño va percibiendo que su historia y la forma en que ha llegado a la familia no es un tabú, sino que es algo de lo que se puede hablar, que no se ha de ocultar y que forma parte de la familia.

Es bueno que el menor haya oído estas palabras de los padres, antes de que alguien del entorno se las diga.

Es recomendable no cambiar el nombre al menor. Si la familia ha optado por cambiárselo, deben explicarse muy bien los motivos al hijo porque puede entenderlo como un doble mensaje: *parte de tu identidad debe ser olvidada*.

En la segunda etapa (aproximadamente desde los 4 años hasta la adolescencia), el menor empieza a conectar con el abandono. Va entendiendo que si está con los padres es porque alguien lo dejó. Va tomando conciencia que en su vida se rompió el vínculo de la sangre, el de la concepción, que, en la cabeza de un niño es lo que le hace indiscutiblemente hijo exclusivo y único de sus padres. Siente que en su historia hay un

hilo discontinuo. Todo niño saludable, a medida que crece, va desarrollando el lenguaje y estructurando el pensamiento. Adquiere la capacidad de razonar y hacer asociaciones. Su capacidad para pensar y hacerse preguntas hacen que conecte con el abandono y la adopción ya no es un hecho anecdótico sino un hecho esencial.

Esta es una etapa compleja en la que el menor pasa por diferentes estados de ánimo debidos a su inquietud y su deseo de saber y entender. Necesita hacerse preguntas dirigidas a profundizar en lo que sus padres le han dicho hasta ahora.

Preguntas que se hace el hijo en la primera infancia

Hacia los 3 años los niños empiezan a interesarse por la vida. Despierta la curiosidad por saber y entender acerca de todo lo que les rodea. Preguntas sobre la luna, el mar, la naturaleza, los pobres... y sobre el origen: “¿estuve yo en tu barriga mamá? ¿dónde estaba? ¿quién me llevó allí? ¿era mala aquella señora? ¿porqué me dejó? ¿tú también viniste de Rusia mamá?”

Recursos. ¿Qué ayuda?

-*Poner palabras.* El menor necesita poner palabras a su historia para hacerla comprensible, digerible, para entender qué hace en esa familia. Si no se le explica con palabras adecuadas a su edad, se le desvelan *fantasías* y éstas tienden a ser destructivas porque no tienen límites y, al buscar respuestas, tiene dos opciones: “o yo era un bebé feo y poco valioso o la señora que me dejó era mala”.

-Es muy importante transmitirle que una persona que llamamos “madre del nacimiento” o “la señora de la barriga”, le dio la vida, permitió que naciera pero no lo podía cuidar como él merecía y lo confió a unas personas para que le cuidaran mientras le buscaban unos padres. Es básico reconducir *la idea de abandono por la idea de confiar*, sobretodo

durante los primeros años. Más adelante se profundizará, cuando tenga la suficiente base personal.

- Hablar de la adopción como *un relevo*: “ellos te dieron la vida, nosotros te damos el resto”. “Por eso eres nuestro hijo: porque padre y madre son los que cuidan, los que te educan, los que viven contigo, los que te regañan, etc.” Siempre buscando argumentos que *desculpabilizen* al menor.

- Evitar hacer *juicios de valor* de los progenitores. Cuidar de no caer en la idealización ni en la desvalorización. Se tenga la información que se tenga, siempre hay que hablar con respeto para que, cuando empiece a pensar en sus padres biológicos, pueda respetarse a si mismo.

- Dar *respuestas verdaderas*, nunca mentir, pero respuestas que pueda entender, que no lo destruyan como persona. Hay que tener en cuenta la edad y la madurez del menor. Por ello, algunas informaciones se deberán *filtrar* (prostitución, alcoholismo, retirada de tutela, malos tratos...) y cuando esté suficientemente estructurado y tenga un pensamiento abstracto, se podrá hablar de toda su verdad.

- Los padres han de poder comprender y *poner palabras al dolor* del hijo por no haber nacido de ellos: “entiendo que te hubiera gustado salir de mi barriga. A mí también me hubiera gustado. Esto no pudo ser, pero no nos invalida para ser felices y que seas nuestro hijo”. Hablar de que a lo largo de la vida todos tenemos deseos que no pudieron ser y duelos a resolver. Este es uno de ellos, pero no impide que pueda ser feliz. No impide la filiación y verbalizar lo que les convierte en padres e hijo, lo que sí tienen en común: gustos, aficiones, gestos y, sobretodo, el corazón y el amor mutuo e irreversible.

- Hablar del *deseo y jugar*. El juego es un gran recurso reparador. Con los padres y en la terapia, se puede jugar a que el hijo nace, jugar a que es un bebé a quien le ponen un pañal o le dan un biberón, jugar a que toma el pecho... El juego permite que padres e hijo puedan

vivir algo que desearon y que no pudo ser en la realidad, pero se hace posible en la simbología.

- *Relatar la novela familiar* y explicar cómo nació en la mente de los padres, cómo fue deseado, cómo le esperaban. El menor necesita ubicarse en la historia de la pareja. Un niño adoptado a los 5 años les decía sus padres: ¿por qué esperasteis tanto en venir a buscarme? ¿qué hacíais? Es bueno hablar sobre cómo pensaban en él, cómo le imaginaban, con la idea de expresar cómo fue naciendo en sus mentes, cómo fueron haciendo un embarazo mental.

-Reafirmar la *exclusividad*: “Fuiste tú y no otro”

- Dibujar el *doble genograma* familiar.

En esta etapa el hijo puede pensar que no es igual que un hijo biológico, que es un hijo “de segunda”. Desde la terapia vemos muchos niños que actúan la necesidad de reafirmar el vínculo, es decir, de reafirmar que no habrá un nuevo abandono: pueden mostrarse destructivos y parece que atacan la relación con el terapeuta, pero en realidad necesitan comprobar repetidas veces que los vínculos son sólidos y que él no es “dejable”: haga lo que haga, estaremos con él.

Es muy importante haber pasado por esta etapa antes de llegar a la pubertad, ya que en la adolescencia el tema de los orígenes aparece en primer plano. La familia biológica cobra una importancia enorme para la formación de la identidad.

Los profesionales podemos prevenir situaciones de riesgo si ayudamos a los padres y al menor a verbalizar todo este tema antes de la adolescencia.

Identidad y orígenes en la adolescencia

No profundizaré en la explicación sobre la adolescencia, tan solo la describo tal como la explicamos a los padres.

Los interrogantes en torno a su pasado, su genética y la identidad de sus progenitores, irrumpen con más fuerza en la adolescencia, ya que por definición es una etapa de crisis, en la que el joven se cuestiona de manera profunda su identidad y el sentido de su vida. Como sabemos, la adolescencia comienza con los cambios corporales de la pubertad: el menor tiene que dejar el cuerpo de niño para convertirlo en cuerpo de adulto, a la vez que irá dejando la personalidad de niño para ir buscando la personalidad de adulto. Pero no es ni un niño ni un adulto, está en plena etapa de transformación.

El adolescente adoptado necesita que le reafirmen las bases de nuevo, ayudándolo a diferenciar qué es lo que realmente le hace pertenecer a la familia, a un grupo, a una cultura y qué le convierte en hijo. Necesitará que le acompañen también en la reflexión acerca de qué es hereditario y qué no.

Ante la vivencia de los cambios corporales al hijo biológico le calma ver que sus padres, sus hermanos y la familia extensa le permiten intuir en qué adulto se convertirá. Tiene un punto de referencia externo que pone límites a la fantasía, le gustará más o menos, pero lo tiene.

Al adolescente adoptado los cambios le generan mayor inquietud e inseguridad. Por una parte porque toda cambio implica la vivencia de pérdida, de duelo, y la persona adoptada tiene una historia de duelos que se reactivan ante un nuevo duelo.

Por otra parte, los cambios corporales, la herencia genética, su origen diferente y su procedencia, es decir, sus progenitores. La genética se impone en la pubertad. El hijo adoptado no encuentra el referente externo en sus familiares y no puede intuir en qué adulto se convertirá. No sabe a quién se parece. Esto le crea confusión, soledad y mayor inseguridad. Una chica se preguntaba: “yo no sé si soy guapa o fea”.

Además, tampoco puede identificarse con sus amigos, en una etapa en que el grupo de amigos cobra una gran importancia porque son “sus iguales” con los que puede compartir esta transición de niño a adulto. Con todo ello, va apareciendo un profundo sentimiento de soledad y aumenta el sentimiento de diferencia.

En adolescentes de *etnia diferente* estos sentimientos pueden aparecer con mayor intensidad. Ellos viven una ambivalencia entre la imagen externa que tienen (por ejemplo, como un africano) y con quién se identifican ellos (con la cultura en la que han sido

educados por sus padres adoptivos). El entorno los identifica con determinados grupos sociales, les confunden con un inmigrante. Por ejemplo: un chico a quien le piden el carné para entrar en una discoteca o le piden los papeles por la calle. Todo ello provoca que perciban que el entorno pone en duda su pertenencia. A veces, para calmar al menor y quitarle importancia al hecho de ser diferente, se argumenta que vivimos en un mundo plural y diverso, cayendo en el error de igualar al menor adoptado con el menor inmigrante: no es lo mismo ser adoptado que ser inmigrado. Cuando al chico/a adoptado le dicen que es chino o que es negro, esta referencia le pone en contacto con sus orígenes y por tanto con el sentimiento de abandono.

El riesgo es que el adoptado sienta que su diferencia externa le convierte en “menos hijo” y duda de su pertenencia al entorno social en el que vive. Empieza el conflicto de identidad y puede entrar en una espiral de confusión. Sus inquietudes le llevan a pensar que no solo ha heredado una constitución física sino también psíquica (el carácter, los valores, la forma de ser) y ya no sabe quién es ni dónde pertenece realmente.

Es una etapa en la que el menor necesita tener la certeza de que, a pesar de los múltiples cambios, hay algo que no cambiará nunca: su condición de hijo irreversible.

Preguntas del adolescente adoptado

¿A quién me parezco? ¿Quiénes eran y cómo eran mis padres biológicos? ¿Eran buenos o malos? ¿Qué les pasó? ¿Cómo deben estar ahora? ¿Pensarán en mi alguna vez? Porque, en realidad, lo que quieren saber es: ¿Qué tengo de ellos? ¿Qué he heredado? ¿Dónde pertenezco realmente? ¿No me gusta mi cuerpo?

También aparece la necesidad de verbalizar preguntas a los padres adoptivos: *¿Cuánto pagasteis por mí? ¿Por qué no dabais dinero a mi madre biológica? ¿Por qué no podíais tener hijos? ¿Si hubierais podido tener hijos me habríais adoptado? ¡Tú no eres mi padre!!*

El adolescente adoptado tiene que hacer un doble duelo: el de los padres de la infancia y el de los padres biológicos. En la adolescencia los padres dejan de ser padres

ideales. Para el hijo adoptado este puede ser un momento en que ante la decepción y la frustración tenga la necesidad de idealizar a sus progenitores: “ellos si que me entenderían, ellos serían como yo, quizás hubiera sido mejor que no me adoptarais, estaría mejor allí...”

Recursos. ¿Qué ayuda?

- Transmitir que sus dudas, su pasado no es “cosa de él” sino también de los padres. El hijo necesita percibir que le entienden y que *no está solo* para soportar el dolor.

- Ante el sentimiento de diferencia, algunos chicos y chicas buscan entrar en contacto con personas de su misma etnia como referentes de identificación. Conviene acompañar este intento y facilitar el *contacto con personas* de la misma etnia pero que también sean *adoptadas*, porque muchos chicos y chicas van con grupos de, por ejemplo, paquistaníes, rumanos o sudamericanos que han venido inmigrados y esto les genera un nuevo sentimiento de soledad, al comprobar que no comparten los mismos valores, cultura o estilo de vida.

- Para los padres no es fácil soportar las críticas, los ataques o los interrogantes del hijo. Se requiere una sólida capacidad de consistencia, firmeza y flexibilidad. Por ello, es bueno que los padres tengan un *espacio terapéutico* que les ayude a expresar sus sentimientos, sus temores, sus dudas y sus duelos para no proyectarlos en el hijo. El hijo necesita percibir que sus referentes no dudan de él, a pesar de sus ataques al vínculo y a la filiación.

- Todo los padres tienen expectativas y deseos inconscientes hacia sus hijos, pero la realidad casi nunca es como la habíamos imaginado. A pesar de ello, todo hijo necesita comprobar que, tenga el carácter que tenga, su filiación no se pone en duda. Tanto los padres como a lo largo del proceso terapéutico del hijo, se debe poder expresar con claridad y *sin dudar* lo que es básico: “eres su hijo y siempre lo serás, te guste o no. Quizás habrían podido hacerlo mejor pero es lo que hay”.

- Dar *respuestas verdaderas, no omnipotentes*, a todos los interrogantes del menor para que escuche que hubo una reflexión previa: “*decidimos adoptarte porque pensamos que era lo mejor, lo deseábamos...*”. Los hijos *valoran* la reflexión y la buena intención.

- *Acompañar el dolor* por “no saber”. Al adolescente adoptado le ayuda tener un *espacio terapéutico* en el que se le acompañe en la elaboración de sus duelos: poner palabras a su rabia, su impotencia, sus distintos estado de ánimo...

- Ante los interrogantes acerca de sus padres biológicos es reparador *hacer hipótesis* juntos, reflexiones en voz alta sobre que les debía pasar, sobre cómo debían ser, etc.

- Expresar que algún día puede realizar *un viaje* con sus padres si necesita buscar.

- Expresar que *es lícito hacerse preguntas y dudar*. Cuando lo verbalizo en la terapia, el usuario generalmente se siente muy comprendido y se tranquiliza. Es como si le estuviera autorizando y desculpabilizando, ayudándole a sentirse menos raro.

- Hablar de *su país natal* con toda su realidad social y cultural, pero rescatando todos sus elementos admirables y agradables.

- *Legitimar su historia* sin victimizarlo. Expresar algo como: “es cierto, la vida te lo ha puesto un poco más difícil”. Una chica adoptada de 18 años decía: “me hubiera gustado que en vez de decirme ¡qué suerte que te adoptaron!, alguna vez me dijeran: tiene que ser duro ser adoptada”.

Es difícil que una persona avance en su evolución personal y en el proceso de identidad si no puede o no quiere acceder al conocimiento de su verdad. Si esta genera demasiado dolor, quizás tampoco podrá acceder a otros contenidos. Por ello, es preciso que el adolescente tenga una base sólida, un apego seguro y un arraigado sentimiento de

pertenencia. Este proceso debe hacerse desde que llega a la familia, con la ayuda de los padres, los terapeutas, los profesores y la familia extensa.

Tal como expresa Milagro Martín (2006): “La huella de unos progenitores que abandonan al hijo solo se puede resolver elaborando este duelo. Hablar, tener respuestas a las preguntas, aunque no pueda ser a todas, permitirá fantasear, elaborar y simbolizar, permitirá el pensamiento. Este proceso es precisamente el que puede contener y frenar el paso a la acción, a las situaciones de riesgo”. Yo añadiría: al proceso de identidad.

La última etapa en el proceso del conocimiento del hecho de haber sido adoptado, es la de la elaboración. La persona adoptada llega a entender la situación de forma más completa, más profunda. Entiende que la adopción es para siempre y es irreversible. Entiende que el amor de sus padres no está condicionado a nada. Percibe la situación con más realismo, con menos fantasías y menos temores. Puede entender que las causas de haberlo dejado no están en sí mismo sino que son externas a él, por la situación vivida de sus progenitores, por la falta de apoyo o de recursos. Entiende que su identidad es más compleja, pero es la suya.

Para concluir, quiero citar a Pierre Levy Susanne, psicólogo francés, que dice: “Podemos considerar que una adopción ha sido fructífera, cuando el hijo puede decir: padres, ya sé que no he salido de vosotros, pero como si”.

Y desde el ángulo de los padres, rescataría una frase de una madre adoptiva cuando hablaba de su hijo: “no es el sueño de hijo biológico, esto no lo esperaba. Tampoco es el sueño de hijo adoptado, pero es el mío.”

Referencias bibliográficas

Berástegui, A. y Gómez, B. (2007), *Esta es tu historia: Identidad y comunicación sobre los orígenes en adopción*, Madrid, Universidad Pontificia Comillas.

Brodzinsky, D., Schechter, M. y Marantz Henig, R. (2002), *Soy adoptado*, Barcelona, Random House Mondadori.

Daurella, N. (2013), *Falla básica y relación terapéutica*, Madrid, Ágora Relacional.

Galli, J. (2000), *Adolescencia y Adopción* (artículo no publicado).

Loizaga Latorre, F. (2013), *Trabajando la Identidad Positiva con las personas adoptadas*, *Cuadernos de Psicomotricidad*.

Martín, M. (2006), *Crisis adolescente y adopción*, en Cid, M. y Pérez Galdós, S. (comp.) (2006), *La adopción. Un tema de nuestro tiempo*, Madrid, Biblioteca Nueva.

Mirabent, V. y Ricart, E. (comp.) (2012), *Adopción y vínculo familiar*, Barcelona, Herder Fundació Vidal i Barraquer: Temas de salud mental.

Mirabent, V y Ricart, E. (2010), *El espacio imaginario y simbólico de la familia biológica (o donante) en el seno de la familia adoptiva*, en Loizaga, F. (Coord.) *Adopción hoy: Nuevos desafíos, nuevas estrategias*, Bilbao, Mensajero.

Newton, N. (2010), *El niño adoptado: comprender la herida primaria*, Barcelona, Albesa.

Rius, M., Beà, N., Ontiveros, C., Ruiz, MJ. Y Torras, E., (2011), *Adopción e identidades*, Barcelona, Octaedro.

Marta San Martino Pomés

Psicóloga y Psicoterapeuta

Fundació Vidal i Barraquer

msanmartino8@telefonica.net