

La adolescencia de los adoptados, un reto a las familias adoptivas

Es en esta etapa donde la estructura psíquica se recoloca para dar paso a la identidad adulta. Uno de los retos más importantes a los que van a tener que enfrentarse todas las familias, es a la crisis de identidad por la que pasarán sus hijos, como todos los adolescentes cuando lleguen a esta etapa evolutiva, pero en la adolescencia adoptiva además deberán enfrentarse a algunos añadidos.

Este proceso de formación de la identidad es muy importante, y aunque aquí ya se ha hablado, voy a hacer un rápido repaso, para explicar cómo algunas características de los adolescentes adoptados se ven influenciadas por su historia adoptiva en la reconstrucción de su identidad y cómo sus padres pueden acompañarles en esa reconstrucción.

La identidad es como el muro que nos sostiene, y cada ladrillo representa partes de nuestra vida. En la base del muro está el primer año de vida, el más importante en nuestro desarrollo, y por encima estarían el segundo y tercer año, que si no son tan importantes, son fundamentales en la vida de todo ser humano. Estos tres años estarían constituidos por los ladrillos más sólidos que constituyen la base de la identidad futura de las personas y por encima de ella estarían todos los demás, que representan todas las experiencias, emociones, sensaciones, etc. por las que pasamos en la vida y que van conformando nuestra personalidad. En el muro encontraríamos las respuestas a las preguntas de ¿Quién soy?, ¿De dónde vengo? y ¿A dónde voy?

Imaginémonos por un momento la formación de la identidad de un niño adoptado. En ese muro hay muchas preguntas sin respuesta, ya hay muchos agujeros que van a hacer que su seguridad sea menos consistente. Dependiendo de sus circunstancias los ladrillos que le sustentan estarán dañados en un mayor o menor grado y esto repercutirá en su manera de constituir su personalidad, y como veremos más tarde, las características de la adolescencia se verán influenciadas por ellas.

El reto de los padres va a consistir en ayudarles a reparar esos ladrillos dañados, es decir, en ayudarles a rellenar los agujeros vacíos que hay en el muro, o dicho de otra manera, en acompañarles en la búsqueda de sus orígenes que es algo que está intrínsecamente relacionado con la construcción y reconstrucción de la identidad y con el proceso de revelación.

A lo largo de su vida, el niño llegará a la adolescencia con un camino recorrido en la búsqueda de sus orígenes que a lo largo de las diferentes edades habrá expresado de diferentes maneras y en la que sus padres le habrán acompañado de distintas formas.

Y en ese camino de acompañamiento, los hijos van a necesitar el apoyo de los padres, tanto para cuando encuentre respuestas como para cuando no las encuentre y para ayudarle a expresar sus sentimientos de rabia, de tristeza o de cualquier otro tipo; porque está claro que no va encontrar respuestas a todas sus preguntas, pero si se siente comprendido por sus padres, siente que ellos aceptan y respetan sus emociones, no podrá rellenar un hueco con un dato determinado, pero parte de su vacío emocional puede verse reparado por ese sostén de sus padres.

Volviendo al muro, en la construcción de ese muro sus padres pueden estar a su lado poniendo cemento, ayudándole a reconstruir las partes dañadas para que ese muro quede reparado de la mejor forma posible. ¿Y cómo se hace esto? ¿Cuál es el cemento más adecuado para rellenar las grietas?

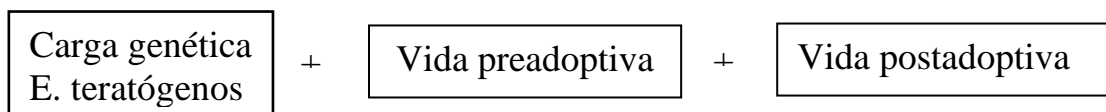
Pues bien, mi experiencia me dice que el mejor cemento es la **empatía** que acompaña la transmisión de los orígenes. Doy por sentado que siempre se dice la verdad.

Con esto no me refiero al hecho de transmitir todos los datos que se tengan del pasado del hijo en el momento adecuado, que es muy importante, o a reflejar el sentimiento de tristeza o cualquier otro que el niño pueda manifestar ante algún dato o acontecimiento relacionado con su pasado,

que también lo es, me refiero a la **comprensión profunda de lo que significa para su hijo el deseo de saber sobre sus orígenes, de entender lo importante que es para él todo lo relacionado con su historia previa.**

QUÉ RETOS DEBEN SUPERAR LOS PADRES

- Lo primero sería superar su historia de infertilidad. Si no lo han hecho, ante las dificultades no se sentirán auténticos padres, si han estado pensando, de manera inconsciente, que la auténtica vinculación es la biológica pueden enfrentarse a una situación de desencuentro con sus hijos. Si los padres no han resuelto sus duelos difícilmente podrán ayudar a su hijo a resolver los suyos.
- Su temor a que les dejen si conocen a la familia biológica. Si este temor está subyacente no harán una transmisión ni comprensión empática de los orígenes.
- Por otro lado si ante la separación normal y de reafirmación del adolescente los padres temen que les abandone, reaccionarán con distancia emocional y de esta manera confirmarán el temor al rechazo del hijo, este lo interpretará pensando “es verdad que mis padres no me quieren” y esto lo único que favorece es el desencuentro.
- Los padres tienen que entender que el “saber” no significa sustituir, los únicos padres son ellos. Buscar los orígenes significa encontrar dentro, no salir fuera.
- No todo depende de los padres. Cada persona es el resultado de lo bio + psico + social y en el caso de los niños adoptados podríamos especificar un poco más:



Si hay desencuentro, hay alternativas. A veces es necesaria la separación, cuando la convivencia es imposible, para adquirir la distancia emocional suficiente que pueda permitir establecer los vínculos de una forma diferente.

Pero además de la búsqueda de orígenes, hay otras **características adolescentes que también estarán determinadas por esos primeros meses o años preadoptivos** y que si se enfrentan con una actitud empática se afrontarán y se resolverán mejor.

Voy a intentar hablar de los ladrillos dañados en la construcción de la identidad y las consecuencias en la adolescencia:

La genética:

Los cambios corporales, el adolescente no tiene referentes con los que compararse, no dispone de un espejo en el que pueda mirarse y esto le genera inseguridad y puede generarle dudas sobre la pertenencia familiar, sobre todo si es de otra etnia, ya que en esta etapa se acentúan los rasgos específicos de la raza. Esto puede hacer que el chaval se rechace, no olvidemos la importancia actual del culto al cuerpo y la necesidad del adolescente de ser igual al grupo de pertenencia de sus iguales. (Ejemplo, la estatura en latinoamericanos)

Los padres: Reforzar las características psicológicas e intereses parecidos entre padres e hijos y otros miembros familiares (sonríes como tu madre, eres tan alegre como tu abuelo)

Vuelve a pensar en su *familia biológica*, ¿cómo será?, ¿Cómo hubiera sido su vida con ellos? Le surgen temores de parecerse a ellos (drogas, prostitución). En esta etapa se preguntará con más fuerza por qué le abandonaron, se planteará qué había de malo en él para que sus padres le abandonaran y surgirán sentimientos de rabia y de tristeza y esto hará que en muchas ocasiones su comportamiento sea agresivo y alterado y su autoestima sufra un nuevo envite.

En este momento buscará sus orígenes con más o menos intensidad. Es importante que los padres diferencien lo que es una búsqueda activa de la búsqueda psicológica, el adolescente no está buscando otros padres, ya tiene unos, lo que busca es integrar en él esas dos partes de sí mismo separadas, construir una identidad única.

Aquí el adolescente tiene que elaborar un duelo añadido, el duelo por los padres biológicos.

Duelo por los padres biológicos

El adolescente adoptado tendrá que renunciar a esos padres biológicos que no ha conocido o que lo ha hecho parcialmente, y de los que guarda recuerdos incompletos o imágenes difusas y con los que ha fantaseado a lo largo de su vida. Freud habla de que todos, en un momento determinado de nuestra vida hemos fantaseado con esa otra familia imaginaria, con la familia ideal que nos hubiera gustado tener, pero en el adolescente adoptado esa “otra familia” existe en la realidad, es su familia biológica.

Respecto a ella habrá generado fantasías positivas o negativas con las que habrá tratado de cubrir los huecos vacíos sobre sus orígenes y también habrá pretendido amortiguar el dolor de su abandono idealizando o descalificando a sus progenitores.

Por eso es importante que a lo largo de toda la infancia, los padres respondan con la verdad a todas sus preguntas, para que la fantasía ocupe el menor espacio posible. Si se hace de esta forma, no sólo se facilita la elaboración y asimilación del abandono sino que los vínculos con los padres adoptivos se refuerzan y se propicia un reencuentro del adolescente con su familia una vez pasada la crisis.

Si la revelación se ha teñido de silencios, mentiras o de medias verdades, las fantasías del adolescente sobre sus padres biológicos pueden tomar fuerza y al sentirse engañados por sus padres adoptivos pueden ir en busca de los biológicos, pero no como la fase final de una búsqueda de sí mismo sino como el desencuentro provocado por la pérdida de confianza en ellos. En algunas ocasiones es la falsa esperanza o la fantasía actuada de encontrar en “los otros” lo que no ha encontrado en los suyos.

Silencio adolescente

Es importante que los padres respeten sus sentimientos, que estén ahí para apoyarles, pero que si el adolescente desea mantenerse al margen es mejor dejarle. En este sentido habría que diferenciar varias actitudes, por un lado estaría el silencio del adolescente marcado por su deseo de intimidad, por otro está la falta de respuestas que encuentra ante sus dudas; en muchos los padres interpretan que, como el tema de la adopción es algo que ya han hablado muchas veces, su hijo ya lo tiene todo claro, piensan que sus dudas están resueltas, y no es así. Como hemos visto antes sus preguntas son mucho más profundas y su manera de preguntar es otra. El silencio también determinado por el temor a hacer daño a los padres manifestando interés por su familia biológica.

Céline Giraud, una mujer joven adoptada en Francia y nacida en Perú cuenta en su historia que ella tenía todo el apoyo de sus padres, pero que prefirió estar sola a la hora de buscar los interrogantes de su familia biológica, sentía que sus padres podían sentirse heridos y desplazados por su preocupación a pesar de su ofrecimiento de ayuda.

Cécile Fevrier, también cuenta que su madre la ofreció a los 12 años leer juntas los papeles de su adopción y que ella dijo que no, pero que cuando su madre salía por la puerta, esquilmbaba con vehemencia todos los documentos relativos a su historia. Cécile refiere que lo hacía así para evitar dañarla.

Ambas mujeres se sintieron muy aliviadas cuando al final decidieron compartir con sus padres sus inquietudes respecto de sus familias biológicas.

Vemos que a pesar del ofrecimiento de sus padres, ambas mujeres tenían miedo de dañarles, a pesar de que ellos se habían ofrecido a estar a su lado. Quizá hasta que no se sintieron preparadas para compartir sus sentimientos, prefirieron estar solas y sus padres supieron comprenderlo y respetarlo, pero siempre les dejaron claro que estaban a su lado para cuando los necesitaran. Sus actitudes empáticas hicieron que sus hijas se apoyaran en ellos cuando estuvieron preparadas para enfrentarse a sus historias.

Otro **duelo** diferente al que se tienen que enfrentar los adolescentes de otra raza es al de **renunciar a la intimidad de su condición de adoptados**. También Celine cuenta que cuando veían que sus padres eran blancos y ella morena, las preguntas no paraban, ya no era aclarar que era adoptada sino todo lo que venía después, ¿y tu verdadera madre?, ¿y tienes hermanos? Y eso era algo que ella no podía evitar y con lo que tenía que enfrentarse muy a menudo.

Abandono:

El adolescente cuyo punto de partida son las carencias afectivas, no tiene los mismos recursos psicológicos de base para aguantar situaciones que para otros niños pueden ser menos complicadas.

Por muy pequeño que haya sido abandonado un bebé, la experiencia de abandono queda registrada en su psiquismo, esa sensación de vacío será evocada por múltiples situaciones sin que él mismo sepa qué le está pasando, y lo único que sienta es malestar, y eso le genera una inseguridad que muchas veces le hace conectar con ese vacío y lo que vemos es su forma de responder con agresividad y rabia.

Pensemos en su ***poca resistencia a la frustración***:

Por un lado cuando un bebé tiene hambre, llora, su madre le da el biberón y se calma. En la siguiente situación que tenga hambre ocurre lo mismo, y poco a poco, el bebé va incorporando a esa mamá dentro de sí y aprende a confiar en que su mamá (o figura referencial) le dará la comida, aprende a confiar en el otro y en sí mismo, aprende que esa sensación de incomodidad se convierte en bienestar y aunque se demore, aprende a esperar porque sabe que su mamá aparecerá y le calmará. Ese bebé adquirirá seguridad en sí mismo y en los demás, y así mismo aprenderá a postergar su deseo, a esperar la satisfacción de su necesidad. Pero a un niño al que no han calmado sus necesidades de forma adecuada, al que no han respondido a su llanto, no aprende a confiar, simplemente deja de llorar porque el llanto no es operativo, pero crecerá con una sensación continua de incertidumbre e inseguridad hacia sí mismo y hacia los demás. No tendrá la confianza de que su malestar se convierta en bienestar y ante la mínima dificultad sentirá ese vacío primario.

Todos nosotros disponemos de un almacén psicológico de recuerdos agradables que se activa ante múltiples circunstancias. Por ejemplo, cuando vamos andando y nos cruzamos con alguien cuyo olor nos recuerda a nuestra infancia o vemos una imagen que nos sugiere a alguien querido, ese almacén de recuerdos agradables se activa haciendo que asociemos el olor a la infancia y la imagen al ser querido.

Pero en el psiquismo del bebé que ha sufrido carencias quedan grabadas muchas situaciones asociadas al vacío del abandono, al malestar, es como si el almacén del bebé estuviera ocupado

principalmente por sensaciones desagradables que también se activan con facilidad y que el adolescente actúa en conductas externalizadas. Por ejemplo ante una mirada o un empujón sin intención puede reaccionar con violencia porque se activa la sensación de malestar, el temor al rechazo, al vacío, en definitiva se evocaría esa sensación primaria de abandono y la soledad.

Por otro lado, en la adolescencia se adoptan actitudes muy regresivas, muy infantiles.

Esta actitud infantil unida a ese vacío y déficit en el aprendizaje de postergar el deseo hacen que tengan muchas dificultades en manejar la resistencia a la frustración.

Muy relacionado con esta falta de cubrir sus necesidades básicas estarían las **consecuencias derivadas de los problemas de un apego** mal establecido que aparecen en los adolescentes como **dificultad en manejar conceptos de espacio y tiempo, falta de autocontrol e impulsividad y dificultad en manejar y expresar sentimientos.**

En esa falta de satisfacción de necesidades que veíamos antes, cuando la figura referencial no calma al bebé, éste genera un patrón de relación con su madre basado en sentimientos de angustia, odio, apego paradójico, abandono, etc que quedan instaurados en su psiquismo.

En el establecimiento del apego se asientan las bases de las futuras relaciones emocionales y al llegar a la adolescencia se da una regresión a estados emocionales tempranos de relación que es inevitable y necesaria, para poder transformar toda experiencia pasada en un nuevo concepto de sí.

Pero en el adolescente que tiene problemas de apego esta regresión se produce con mucha más intensidad y aquellos modelos de relación tempranos basados en la angustia, el odio y el temor se ponen de manifiesto repitiéndose con mucha más fuerza y se proyectan sobre los padres adoptivos, las emociones pasadas se superponen a las actuales y pueden provocar las características mencionadas más arriba.

La agresividad

Es otra de las características de los adolescentes y debajo de ella puede haber varias explicaciones (con el abandono siempre de fondo)

Por un lado estaría el trastorno del apego como acabamos de ver, por otro lado puede haber una necesidad de **reafirmar del vínculo parental**. Además de la necesaria oposición parental para separarse de una forma sana, algunos adolescentes adoptados necesitan enfrentarse a sus padres para comprobar que les siguen queriendo, ahora que desde su plena comprensión cognitiva saben lo que significa el abandono, necesitan verificar que sus padres quieren seguir siéndolo, es como si pidieran que le adoptaran de nuevo.

En este punto si los padres han entendido los actos de autonomía del hijo como una forma de alejarse de ellos, y en su fuero interno han seguido considerando que la vinculación más fuerte y auténtica es la biológica, es probable que este sea un momento de desencuentro.

Si por el contrario, aguantan la embestida, reafirman el vínculo, están convencidos de que su vínculo es auténtico y no tienen miedo a que su hijo les abandone, este será un momento de crisis, duro pero pasajero con un reencuentro definitivo.

A veces cuando los niños que han sufrido **maltrato**, al llegar a la adolescencia, en este estado emocional en el que se les moviliza todo su mundo interno, se reactiva el dolor y las heridas abiertas, y puede darse una identificación con el agresor en la que sienten una atracción por todo lo que implique violencia (Juegos, videojuegos, películas). Y pueden unirse a otros adolescentes violentos (pandillas o bandas)

En estos casos son muy difíciles de controlar, casi todo falla. Hay riesgo de desencuentro.

Aquí también es importante la actitud empática de los padres, yo sé que es mucho más difícil ser empático con la agresividad que con la tristeza, pero debajo de tanta rabia muchas veces hay verdadero sufrimiento. Si se puede habría que intentar ayuda profesional.

Otra característica, consecuencia de las carencias físicas y afectivas es la **inmadurez emocional**. Al no haber pasado por todas las etapas evolutivas con normalidad, su desarrollo puede tener déficit en algunos niveles, en el madurativo, en el cognitivo y en consecuencia en el aprendizaje. No se le puede exigir a un adolescente que ha podido sufrir elementos teratótegos en el embarazo de la madre, que no ha sido bien alimentado, que no le han enseñado a querer y que no ha tenido una estimulación adecuada, que tenga el mismo desarrollo cognitivo que otro adolescente de su edad sin ningún tipo de carencia.

Probablemente el primero puede tener dificultades de concentración, atención y de rendimiento de lenguaje, etc.

Dificultades de relación

Problemas de autoestima.

CÓMO AYUDAR AL ADOLESCENTE

- Desde el primer día decirle toda la verdad sobre su historia con empatía.
- En esta etapa animarle a que exprese todas sus fantasías e intentar desmontarlas.
- Validar y empatizar con sus sentimientos ambivalentes.
- Adoptar una actitud de respeto y disponibilidad.
- Apoyar sin agobiar. Que su hijo sepa que usted está ahí para cuando le necesite.
- Decirle abiertamente que le quiere, sin pudor, aunque le responda que es una cursi o un pesado siempre le gustará (y necesitará) oírlo.
- Escucharle sin juzgar ni hacer suposiciones.
- No diga nada que no pueda cumplir.
- Intente compaginar afecto incondicional con firmeza.
- Transmítale que por el amor que le tiene no le va a permitir conductas peligrosas.
- A pesar de sus errores, trasmítale que confía en él y que confíe en usted. No es el momento de pedir agradecimiento ni del “te lo dije, te lo dije”
- Refuerce cualquier logro por pequeño que sea.
- No le recrimine continuamente por sus errores.
- Enséñele a ver sus aspectos positivos y a aceptar los negativos.
- Todo ello siempre aderezado con una buena dosis de empatía.