



Re-construcción de la historia de vida de los niños/as acogidos/as

José Luis Gonzalo Marrodán

Psicólogo Clínico y Psicoterapeuta Infantil

Importancia de las narraciones

- **¿Por qué son importantes las narraciones?** Los traumas implican interrupciones en el flujo de información que se asienta físicamente en el cableado neural.
- Las redes neurales son patrones de activación neuroquímica que transportan información (cognitiva, sensorial, emocional...)
- Si ese flujo es continuo y armónico, es porque la programación ambiental que orquesta el desarrollo cerebral se ha hecho de un modo equilibrado, sin sucesos vitales graves que hayan producido esa perturbación en el flujo de la comunicación.
- Todo el cerebro fluye como un río que discurre por el centro de su cauce.

Importancia de las narraciones

- Pero cuando hay graves sucesos, potencialmente traumáticos, continuados, a edades tempranas e incluso posteriormente, este flujo de información puede verse comprometido.
- La persona no desarrolla un sentido de sí mismo a lo largo del tiempo. Puede tener conciencia de ciertos hechos y sucesos, pero no una conciencia completa de sí misma sintiéndose coherentemente a lo largo de su biografía.
- **La persona se siente como un espejo roto, fragmentado. Eso es el trauma: un defecto en la integración de toda la experiencia (cognitiva, sensorial, emocional...)**

Nuestra propia historia

- **Para poder entenderlo mejor, pensad en vosotros/as mismos/as:** empezáis a evocar usando vuestra mente y recordáis desde lo más temprano que podáis. Recordáis las caras de vuestros/as padres, dónde jugabais, comíais, vuestros primeros contactos, besos, caricias... Los primeros recuerdos explícitos. Los primeros vínculos de apego y las personas que han marcado vuestras vidas.
- Habéis podido vivir y sufrir sucesos adversos pero probablemente ha habido alguien cerca que ha permanecido y os ha hecho sentir sentidos/as y se ha mantenido con vosotros/as. Os ha dado seguridad y os ha hecho sentir que confía en vosotros/as y en vuestras posibilidades.
- En cualquier caso, la gran mayoría no habéis pasado hambre, ni sufrido calamidades, ni abusos sexuales, ni maltrato físico y emocional, ni pérdidas de personas significativas...
- Estas terribles desgracias les han sucedido a muchos de los niños/as y jóvenes con los/as que tratamos: es un dolor inmenso el que invade su cuerpo y mente desde muy pequeños.

Nuestra propia historia

- Posteriormente, sabéis que en el año tal fuisteis a tal escuela, en el año cual pasó esto o aquello. Vuestro primer viaje, novio/a... Vuestro cuerpo/mente no ha apartado nada de la conciencia porque no ha habido nada que haya sido tan impactante y amenazante como para usar ese mecanismo.
- Vuestro cuerpo, emociones, pensamientos, sensaciones... van a una. Tenéis memoria ordenada y coherente de todo lo que habéis vivido, pero a la vez tenéis recuerdo emocional de lo sucedido (una memoria va de la mano de la otra)
- En suma, os veis a vosotros/as mismos/as a lo largo del tiempo (sentido de self coherente)

Los niños acogidos no suelen tener integrada su historia

- Los/as niños/as (a la edad de 9 años en adelante) abandonados/as y maltratados/as, con altas posibilidades de haber sufrido trauma, no pueden hacer esta evocación sin partirse. Sin sufrir alta desregulación psicofisiológica.
- A veces, no recuerdan o no pueden recordar. Otras veces, tienen el espejo, pero está roto y hay que pegarlo. Y pegarlo duele muchísimo.

Los niños acogidos no suelen tener integrada su historia

- Su vida ha estado cargada de adversidades/traumas que han minado su seguridad, además de favorecer que aprendieran, en su pasado, estrategias varias que, en su vida actual, son claramente desadaptativas y hasta inadecuadas, pero en la que les tocó vivir con anterioridad a su adopción o acogimiento les resultaron muy útiles (sus defensas)
- Y se puede decir, en muchos casos, que gracias a las mismas sobrevivieron.

Las narraciones dan coherencia a la mente

- **Dan Siegel nos dice que las narraciones son muy importantes. Recuerdo lo que dice en su libro “La mente en desarrollo”:** *“...las narrativas se han podido originar como una parte fundamental del discurso social. Las historias tratan de dar sentido a los acontecimientos y a las experiencias mentales de los personajes. Las historias funcionan para crear una sensación de comprensión coherente del individuo en el mundo a lo largo del tiempo. La mente hace un esfuerzo integrador para crear una sensación de coherencia en sus propios estados a través de diferentes momentos y contextos”*

El niño acogido trata de encontrar un sentido...

- El/La niño/a tratará de buscar un sentido a lo vivido, pero este sentido puede ser, como he dicho anteriormente, sumamente incoherente, fragmentado, suelto, deslavazado. Ahí es donde observamos que su mente no se ha integrado.

Trabajando las historias: caja arena

- Método no verbal indirecto
 - La caja de arena.
 - Hacer lo que quiera.
- Método no verbal directo
 - La caja de arena.
 - Mediante una miniatura que represente al niño, escenificar un episodio de su vida.
 - Puede ser con la colaboración de la familia, puede ser con el niño a solas con el profesional.

Visionamos un vídeo

- Familia adoptiva y niño narrando juntos el momento en el que van a buscarle al orfanato.

Trabajando las historias: la creación del relato

- Los acogedores o cuidadores del menor participan activamente en esta tarea. Se debe valorar hacerla con el niño a solas.
- Les suelo pedir que elaboren una historia donde recojan cuándo y cómo el niño llega a la misma.
- Esa historia debe recoger lo que él/la niño/a ha vivido, sin edulcorar, por orden cronológico, relatando los hechos.
- Si hay cosas que no sabemos, se hace constar precisamente eso, que se ignora. Se pueden añadir tentativas de hipótesis sobre las posibilidades que creemos que pudieron ocurrir.

La creación del relato

- La historia se adapta a la edad del/a niño/a.
- Si es más pequeño, será más en formato cuento, y se pone más el acento en el aspecto de que un/a niño/a necesitaba unos acogedores y éstos querían cuidar un/a niño/a y fueron a por él/ella precisamente porque ya estaba en su mente y en su corazón; se pueden usar personajes como animales, etc. Se pone el énfasis en el vínculo del/la niño/a hacia los padres y cómo éste no se romperá jamás, y que siempre permanecerán juntos.
- El relato de los hechos concretos y detallados acerca de los motivos de su desprotección se deja para niños/as con edades a partir de los 8 años. Los menores están ya en la etapa del pensamiento lógico, y mejor situados a nivel espacio-temporal. Yo al menos, lo he valorado así como más adecuado.
- Las edades son siempre aproximadas, nos debemos de fijar en la edad madurativa, y puede usarse un personaje que le/la represente y que él/ella admire (le da empoderamiento)

La creación del relato

- **¿Importan la historia y los hechos?** Sí, sin duda. Es la vida del/la niño/a o joven, su pasado. Hemos de honrarlo y respetarlo.
- Pero cuando hay que narrar hechos muy duros (y normalmente es así) lo que más importa de todo son tres aspectos (¡Porque no buscamos re-experimentar los recuerdos sino procesarlos, e integrar la historia de vida a nivel cerebral en un todo coherente y ordenado!)

Los hechos ya pasaron

- **En el relato se hacen constantes alusiones a que los hechos que se narran ya terminaron, y que el menor está con sus acogedores, aquí y ahora, seguro y protegido. Y que esos hechos no volverán a suceder más (maltrato o abandono)**
- **Consideraciones: A veces las visitas (sobre todo si no son positivas) les hacen revivir en su mente hechos traumáticos, les gatillan. Incidir entonces en que pase lo que pase los acogedores están ahí, para tranquilizarle y darle seguridad antes o después**
- **Es del todo necesario que los acogedores sean seguros y protejan. Si no, no se puede ni debe hacer esta tarea.**

Empatía

- Segundo, el relato debe de estar escrito desde un punto de vista de narradores (lo cuidadores), los cuales se presentan durante el mismo como **personas que reflejan empáticamente al niño/a o joven** y recogen su sentir, haciéndole sentir sentido.
- **Esto es fundamental porque repara.** Frases como, por ejemplo, si hemos de consignar los abusos sexuales que sufrió: *“ningún niño debería ser tocado en sus partes, no sabes cómo sentimos que te ocurriera eso; estamos convencidos que esa persona recibirá su merecido castigo. Si nosotros hubiéramos estado allí, habrían tenido que pasar por encima de nuestro cadáver para hacerte eso”*
- O -como es habitual cuando no sabemos nada de quién o quiénes son los padres biológicos, ni sus nombres, ni dónde pueden estar (algo que angustia a los menores, esa incertidumbre)-: *“Siento mucho que no podamos saber nada, comprendo que es doloroso para ti, estoy contigo y siento que lo sientas”*

Resiliencia

- Y tercero, **debemos de introducir el componente de la resiliencia.** También esto es vital. Primordial. Muchos/as se sienten humillados/as, inferiores, les da vergüenza lo que les ha pasado, se creen menos... **Los malos tratos y el trauma son un estigma para muchos/as de ellos/as.**
- En el relato se debe introducir en muchos momentos, alusiones a que es un héroe o heroína, que ha sufrido mucho pero ha conseguido sobrevivir. Que tiene mucho mérito, y probablemente muchas personas se habrían rendido ante lo que él/ella padeció pero es un luchador/a y ha salido triunfante.
- **Los acogedores deben de incluir que se sienten orgullosos, que le admiran: él o ella es el superhéroe o superheroína de una historia.**

Bibliografía

- Siegel, D. (2007) *La mente en desarrollo*. Bilbao: Desclée de Brouwer.