

Caminando hacia la Adopción

GUÍA PARA EL TRABAJO DE HISTORIA DE VIDA
CON NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN
PROCESO DE ADOPCIÓN¹

Versión para profesionales



TRANSFORMADOPCIÓN

PROYECTO 101105284 | AdoptARTE: Fortaleciendo
una perspectiva niño-céntrica
en la investigación, políticas
y prácticas adoptivas

Caminando hacia la Adopción

GUÍA PARA EL TRABAJO DE HISTORIA DE
VIDA CON NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES
EN PROCESO DE ADOPCIÓN¹

Versión para profesionales

1. Autoría: Irene Salvo Agoglia (IP Proyecto AdoptARTE: Fortaleciendo una perspectiva niño-céntrica en la investigación, políticas y prácticas adoptivas”, Marie Skłodowska-Curie GA No. 101105284, Horizon Europe, Comisión Europea). **Asistencia técnica:** Cristel Pérez (Magister en Clínica Relacional con niños, niñas y adolescentes, Universidad Alberto Hurtado, Chile). **Diseño gráfico:** Marcela Brogle.

Agradecemos la revisión experta de: Marisol Fernández y Virginia Guzmán (Servicio Nacional de Protección Especializada de la Niñez y la Adolescencia, Chile), Andrea Cornejo y Camila Valladares (Corporación OPCIÓN, Chile), Dra. Catherine LaBrenz (University of Texas at Arlington, Estados Unidos), Dra. Diana Marre (Grupo AFIN, Universitat Autònoma de Barcelona, España) y Mg. Christina Baglietto (Child Identity Protection, Ginebra, Suiza). Si bien esta guía está dirigida principalmente a equipos profesionales, ha sido elaborada con un lenguaje amigable y comprensible para servir de utilidad a familias o personas significativas de niños, niñas o adolescentes adoptados desde los cuidados alternativos.

A través de interacciones repetidas con otras personas, las historias sobre experiencias personales son procesadas, editadas, reinterpretadas, y relatadas nuevamente, estando sujetas a una variedad de influencias sociales y discursivas. De esta manera, el narrador va desarrollando, de manera gradual, una identidad narrativa más amplia e integradora.

(McAdams & McLean, 2013, p. 235)

Desde la infancia, las historias compartidas por familiares, amigos y personas cercanas nos ayudan a tejer una narrativa coherente sobre nuestras vidas. Estas narraciones destacan la importancia de las relaciones, los eventos familiares, los desafíos y los logros, influyendo de manera significativa en la construcción de nuestra identidad, es decir, en quiénes somos. A lo largo de la vida, también atesoramos experiencias, recuerdos, fotografías y objetos que simbolizan momentos valiosos y nos transmiten un profundo sentido de pertenencia y afecto. Sin embargo, muchos niños, niñas y adolescentes que han vivido en cuidados alternativos o son adoptados, tienen recuerdos fragmentados, marcados por vacíos de información, lo que les impide relatarse a sí mismos o a los demás una historia coherente de quiénes son, y del “viaje” que han recorrido para convertirse en quienes son hoy. Por ejemplo, la literatura científica sobre adultos que han pasado por el sistema de cuidados alternativos o que han sido adoptados muestra que

la ausencia de registros de diversas etapas de sus vidas tiene un impacto negativo en su sentido de identidad, dificultando su capacidad de comprender y conectarse con su propia historia.

Los niños, niñas y adolescentes que han vivido en cuidados alternativos o han sido adoptados suelen experimentar separaciones -en ocasiones dolorosas o traumáticas-, de sus familias de origen y otros seres queridos. Frecuentemente, han atravesado situaciones muy difíciles, como maltrato, negligencia, abuso sexual o han sido víctimas o testigos de violencia intrafamiliar. Estas experiencias adversas impactan profundamente en su desarrollo biopsico-social, espiritual y su identidad personal y familiar. La forma en que interpretan estas circunstancias varía según diversos factores, tales como su edad, el tipo de apego que han formado, los apoyos con los que han contado, o la forma en que han vivido y elaborado estas experiencias, entre otros factores diversos. Además, la separación de sus

familias de origen y la reubicación en residencias o familias de acogida interrumpen muchas de sus conexiones vinculares y su estabilidad relacional. Los frecuentes cambios que se producen dentro del sistema de cuidados alternativos pueden generar sentimientos de ansiedad, inseguridad, desconfianza y dificultad para comprender su lugar en el mundo, lo que puede llevar a que se sientan perdidos, desconectados o confusos, afectando negativamente su sentido de identidad.

Las políticas públicas y prácticas orientadas a la protección integral de la niñez y adolescencia tienen como objetivo promover el desarrollo, bienestar y cuidado de cada niño, niña y adolescente, asegurando el cumplimiento de sus derechos y necesidades. Conocer y preservar su historia es un derecho fundamental para cualquier niño, niña o adolescente, reflejado en los artículos 7, 8, 9 y 20 de la Convención sobre los Derechos del Niño, así como en las [Directrices sobre las modalidades alternativas de cuidado de los niños](#) (2009).

Explicar y comprender la adopción es un proceso continuo que dura a lo largo de toda la vida. La información que tiene un niño, niña o adolescente

adquiere nuevos significados a medida que va creciendo. En este contexto, el Trabajo de Historia de Vida (THV, del inglés Life Story Work) se presenta como una herramienta terapéutica fundamental para los niños, niñas y adolescentes que serán adoptados desde los cuidados alternativos —residenciales o acogimiento familiar—, especialmente en un momento en que este tipo de adopciones está en aumento en muchos países. También es valioso para aquellos que serán reintegrados a sus familias de origen o que continuarán en otras modalidades de cuidado alternativo. Por ello, es crucial que los equipos profesionales, familias adoptivas y quienes se ocupan temporalmente del cuidado y reciban formación especializada y continua para implementar el THV de manera efectiva. Esta guía proporciona un marco práctico, respaldado por evidencia, junto con orientaciones generales para que los equipos profesionales comprendan en profundidad el valor, los beneficios y las amplias posibilidades que el Trabajo de Historia de Vida (THV) puede ofrecer en el apoyo a cada niño, niña o adolescente. Además, detalla los enfoques y aspectos fundamentales que deben ser siempre considerados.



¿Qué es el Trabajo de Historia de Vida (THV)?

La creación de historias debe verse como la construcción de un nido.

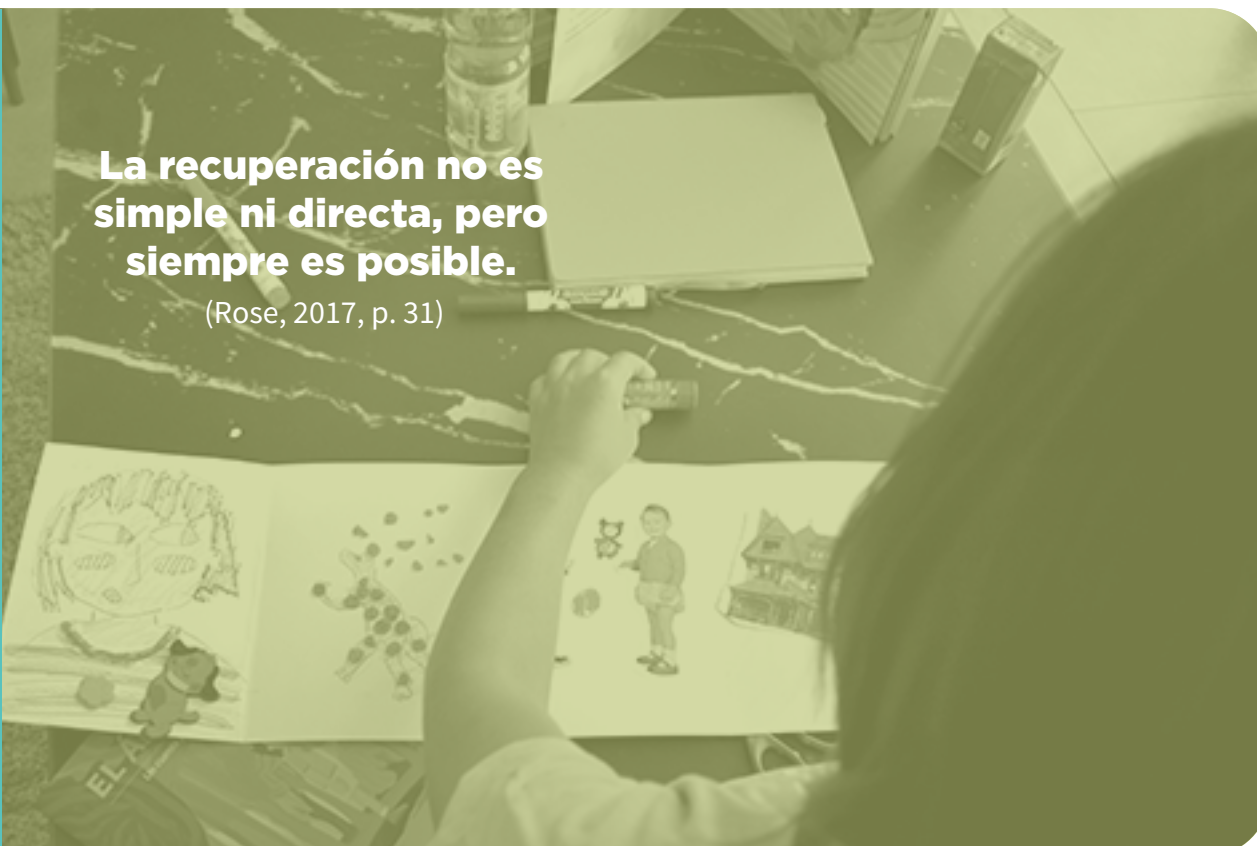
(Känkanen & Bardy, 2014, p.46)

El **Trabajo de Historia de Vida** (THV) es una intervención especializada desarrollada en la década de los sesenta, utilizada principalmente con niños, niñas y adolescentes que han vivido en cuidados alternativos o han sido adoptados. La revisión de la literatura internacional muestra que el THV ha sido implementado predominantemente por psicólogos, trabajadores sociales y cuidadores, quienes han descrito distintos niveles y enfoques para su aplicación. Algunos sugieren métodos terapéuticos profundos, mientras que otros proponen un enfoque menos intensivo que, con la capacitación adecuada, puede permitir que, incluso los propios cuidadores puedan implementar con niños, niñas y adolescentes. La evidencia también indica que, incluso dentro de un mismo país, puede haber una gran variabilidad en la forma en que se realiza el THV.

En términos generales, su objetivo principal es ayudar a niños, niñas y adolescentes a construir una narrativa personal coherente y compartida, que les permita comprender y dar sentido a sus experiencias pasadas y presentes, fomentando su confianza y seguridad. Mediante un proceso de intervención personalizado, el THV permite a los niños, niñas y adolescentes procesar sus emociones, fortalecer un sentido positivo de identidad y llenar los vacíos en su historia personal. Este enfoque les ayuda a responder preguntas clave sobre su pasado, proporcionando una estructura que apoya su

desarrollo personal y emocional, tales como: “¿De dónde vengo?”, “¿Por qué estuve en una residencia o familia de acogida?”, “¿Qué sucedió con mi familia de origen?” o “¿Quiénes forman parte de mi familia y dónde está?”, entre otras. Además, el THV ayuda a cada niño, niña o adolescente a resolver dudas cruciales sobre sus orígenes y experiencias, especialmente porque no solo han sido separados de personas significativas, sino que también pueden haber perdido recuerdos y la narrativa de su vida compartida con estas personas y sus referentes comunitarios, educativos o culturales. Sin embargo, el enfoque del THV no se limita únicamente al pasado, sino que utiliza la reflexión sobre este para proyectar un futuro más seguro y esperanzador. De esta forma, es fundamental entender que el THV es considerado como un proceso continuo, no como un producto o resultado final. Por ello, debe ser un proceso abierto, flexible y dinámico, siempre centrado en las necesidades, el bienestar y el desarrollo emocional de cada niño, niña o adolescente. Asimismo, debe adaptarse a los ritmos, los requerimientos, el estado emocional, los puntos fuertes y los intereses particulares de cada niño, niña o adolescente. Finalmente, es clave considerar que no debe entenderse como una actividad de duración limitada, llevada a cabo solamente en la infancia temprana, sino que puede ser utilizada en edades posteriores, utilizando metodologías innovadoras, incluso de tipo digital.

¿Qué beneficios tiene para niños, niñas y adolescentes realizar un THV?

A photograph of a child's hands drawing on a piece of paper at a desk. The child is using a marker to draw a figure. On the desk, there are other papers, a water bottle, and a pen. The image is overlaid with a semi-transparent green filter.

La recuperación no es simple ni directa, pero siempre es posible.

(Rose, 2017, p. 31)

Es conveniente que los niños, niñas y adolescentes que ingresan a una modalidad de cuidado alternativo -residencial o familia de acogida- comiencen un THV lo antes posible. Aunque no existen investigaciones que demuestren una relación directa entre el THV y resultados positivos para los niños, niñas o adolescentes, sí hay estudios que señalan el impacto negativo en los niños, niñas y adolescentes y sus familias adoptivas cuando este trabajo se lleva a cabo de manera inadecuada o cuando los niños, niñas o adolescentes no logran comprender bien su vida antes de la adopción.

Junto con ello, existen otros estudios en los que niños, niñas o adolescentes en cuidados alternativos han enfatizado la importancia de entender las razones por las cuales fueron ingresados en el sistema de protección. El THV es fundamental para ayudar a niños, niñas o adolescentes a crear estas narrativas coherentes, permitiéndoles integrar y procesar sus experiencias pasadas y avanzar hacia una recuperación emocional y psicológica más estable, fortaleciendo su identidad y desarrollando habilidades emocionales y sociales. A continuación, se detallan algunos beneficios:

1 Permite construir un registro.

Proporciona un registro lo más detallado posible de la vida del niño, niña o adolescente, mediante la preservación y organización de recuerdos, fotografías y documentos importantes, disipando fantasías y malentendidos sobre su familia de origen, razones que argumentaron la separación y posterior adopción, entre otros. Este registro les ayuda a entender mejor su pasado y a integrar esta comprensión en su presente y futuro, proporcionando una base sólida para su desarrollo personal y emocional.

2 Ayuda a comprender mejor la historia vital.

Permite a los niños, niñas y adolescentes explorar y entender su propia historia, integrando mejor las experiencias pasadas, sean felices y/o dolorosas, en una narrativa coherente.

3 Fortalece la identidad personal y familiar.

Al comprender su historia personal, los niños, niñas y adolescentes desarrollan una identidad más sólida y positiva. Conocer mejor sus orígenes y sus circunstancias vitales les proporciona un sentido de pertenencia y continuidad más coherente para construir una autoimagen más positiva.

4 Reduce la ansiedad, estrés o sentimiento de culpa.

Proporciona un entorno seguro para expresar y procesar emociones difíciles, reduciendo la ansiedad y el estrés al ayudar a cada niño, niña o adolescente a comprender mejor sus sentimientos y desarrollar estrategias de afrontamiento saludables. Asimismo, les libera del sentimiento de responsabilidad por las separaciones y rupturas que han vivido, lo que disminuye sus sentimientos de culpa o de estigmatización, permitiéndoles crear nuevos significados personales. Este enfoque también ayuda a reducir sus preocupaciones y la incertidumbre sobre el proceso, lo que a menudo se traduce en una mayor calma y una mejora en su capacidad de concentración.

5 Disminuye la estigmatización.

Los niños, niñas y adolescentes que atraviesan procesos de adopción a menudo se ven afectados por percepciones y narrativas que circulan en su entorno social. Las personas a su alrededor pueden tratarlos de manera distinta, lo que les genera la sensación de ser vistos como diferentes. Esta situación puede llevarlos a ser reacios a construir redes de apoyo, dificultando que se sientan seguros y confiados al compartir sus historias y experiencias. Esta problemática es evidente, por ejemplo, en el ámbito escolar, donde al compartir parte de su historia de vida con sus compañeros, los niños, niñas y adolescentes pueden encontrarse con reacciones negativas. Estas respuestas son, en muchos casos, consecuencia de la falta de preparación de las instituciones educativas para abordar estas situaciones adecuadamente. El THV contribuye a enfrentar este desafío al proporcionar a los niños, niñas y adolescentes una mayor capacidad de agencia y protagonismo. Este enfoque les otorga control sobre su narrativa, lo que ayuda a contrarrestar los efectos de la estigmatización. Al apropiarse de su historia, pueden desarrollar un sentido más fuerte de identidad y pertenencia, fortaleciendo su resiliencia ante los estigmas sociales que puedan enfrentar.

6 Mejora las relaciones interpersonales.

Al compartir su historia y sentimientos, niños, niñas y adolescentes pueden mejorar su capacidad de expresión y sentar las bases de nuevas relaciones de confianza y seguridad con quienes les cuidan y otras personas significativas. Esto fomenta la empatía, la comprensión mutua y fortalece sus vínculos afectivos. Asimismo, la evidencia psicosocial muestra que los niños, niñas y adolescentes que realizan un THV pueden ver reducido el impacto del trauma intergeneracional en sus vidas y experimentar mayor estabilidad en su adopción.



7 Facilita las transiciones, promoviendo la seguridad y la permanencia.

Lamentablemente, en muchas ocasiones, dentro del sistema de cuidados alternativos, no se gestionan adecuadamente los procesos de transición ni tampoco se preservan de manera suficiente las pertenencias de cada niño, niña o adolescente, lo que puede incrementar su sensación de quiebre, confusión e incertidumbre. El THV facilita estos procesos de transición al proporcionar una narrativa más estable y coherente, lo que les ayuda a sentirse más comprendidos y seguros ante nuevas circunstancias.

8 Promueve la resiliencia, autoestima y sentimiento de autoeficacia.

Ayuda a los niños, niñas y adolescentes a reconocer y valorar su capacidad para superar dificultades. Además, centrarse en sus fortalezas y recursos —por ejemplo, al recordar sus logros y momentos especiales— puede brindarles una mayor preparación y confianza para enfrentar futuros desafíos o situaciones adversas en las que se sientan abrumados por sentimientos de inutilidad e inseguridad. Este enfoque también fomenta su sentido de agencia personal, al permitirles decidir qué incluir en su narrativa y cómo resignificarla, haciéndolos más protagonistas de su propio proceso. Asimismo, esto se relaciona directamente con el derecho al más alto nivel de salud mental establecido en la Convención sobre los Derechos del Niño (Artículos 24 y 25), ya que, sin el conocimiento de sus orígenes, los niños, niñas y adolescentes se enfrentan a vacíos en su identidad, lo que impacta su salud física y mental, así como en su desarrollo integral.

9 Fortalece la capacidad de autorregulación.

El THV puede ayudar al niño, niña o adolescente a mejorar su capacidad para regular sus respuestas emocionales en momentos de inseguridad o amenaza. Al promover una comprensión más profunda de su historia personal y la resignificación de experiencias traumáticas, el niño, niña o adolescente puede desarrollar herramientas emocionales más sólidas basadas en la autorreflexión. Ello no solo fomenta la autorregulación emocional, sino que también contribuye a que puedan elegir de forma más consciente la forma de reaccionar ante situaciones que les generan malestar o inseguridad. Esto refuerza su capacidad de enfrentar los desafíos con mayor resiliencia y tomar decisiones que favorezcan su bienestar integral y sus relaciones interpersonales.



¿Cuál es el rol y función de los equipos profesionales en el THV?

El THV es un proceso que debe ser llevado a cabo de manera sensible y delicada, facilitado por un equipo profesional experto y capacitado. Este trabajo directo e imparcial proporciona al niño, niña y adolescente información vital sobre su pasado, le permite procesar experiencias adversas o traumáticas y le ayuda a comprender sus comportamientos y sentimientos actuales, conectándolos con su historia. Por ello, los equipos profesionales especializados desempeñan un papel fundamental en ayudar a niños, niñas y adolescentes a comprender su historia y desarrollar una identidad positiva a lo largo del proceso del THV, manejándolo con sensibilidad y eficacia. Para que este trabajo sea efectivo, es esencial que el Estado garantice que los equipos profesionales reciban formación continua y supervisión adecuada, fortaleciendo sus conocimientos y competencias. La labor de estos equipos va mucho más allá de la simple recopilación de información; implica proporcionar un apoyo emocional significativo, crear narrativas coherentes que ayuden a los niños, niñas y adolescentes a integrar sus experiencias, y colaborar estrechamente con sus cuidadores. Por lo tanto, la capacitación y la supervisión continua de los equipos profesionales son claves para asegurar que el proceso se maneje de manera sensible y efectiva, contribuyendo así al bienestar integral de cada niño, niña o adolescente involucrado.

Entre sus roles, los equipos profesionales guían y acompañan a cada niño, niña o adolescente en la exploración de su historia personal a través de entrevistas, observaciones y la revisión de información relevante. Para ello, pueden buscar y organizar cronológicamente recuerdos, eventos significativos, fotografías y/o documentos importantes, y conversar con familiares, cuidadores y otros equipos profesionales para obtener una visión lo más completa posible de la vida de cada niño, niña y adolescente. Además, evalúan la información y planifican cómo presentarla de manera adecuada, considerando la edad y el desarrollo emocional, utilizando diversas herramientas, como el Libro de Vida (LV), lo que se detallará más adelante. Asimismo, trabajan estrechamente con quienes les cuidan, involucrándolos en el proceso y asegurándose de que estén preparados para brindar el apoyo necesario a los niños, niñas y adolescentes en su proceso de integración emocional. Así, los equipos profesionales crean un entorno seguro para que niños, niñas y adolescentes puedan expresar y procesar emociones difíciles, validando sus sentimientos y garantizando su bienestar emocional. Además, les ayudan a reflexionar sobre pérdidas y ganancias relacionadas con su adopción, permitiéndoles encontrar sentido tanto a las experiencias dolorosas como a las gratificantes.

Relación y participación activa de niños, niñas y adolescentes en el THV

Para promover en el niño y la niña el sentido de la propia identidad, debería llevarse, con la participación de este, un libro de vida que contenga la información relativa a cada etapa de su vida, junto con las fotografías, los objetos personales y los recuerdos correspondientes, para que el niño o niña pueda disponer de él durante toda su vida

(Directrices sobre las modalidades alternativas de cuidado de los niños y las niñas, párrafo 100)

La literatura muestra que muchos niños, niñas y adolescentes han quedado insatisfechos o han percibido lagunas en el THV realizado en su infancia. En algunos casos, no contaron con un THV o un Libro de Vida (LV) y carecieron de fotografías, información relevante o narraciones precisas sobre su historia. También, se observan inexactitudes y, a menudo, una falta de explicación sobre las razones de su separación de la familia de origen y su ingreso al sistema de cuidados alternativos. Estas deficiencias tienen efectos duraderos en su identidad y en su salud mental. Considerando esto, es clave asegurar que los niños, niñas y adolescentes sean los protagonistas en su proceso de THV. Dado la complejidad de este proceso, es común y esperable que al inicio se muestren reacios, desconfíen o incluso rechacen los esfuerzos de vinculación. En estos casos, los equipos profesionales deben estar disponibles y ser pacientes,

esperando a que los niños, niñas y adolescentes se sientan más seguros y comprendan los beneficios de participar. Desde el comienzo, los equipos profesionales deben fomentar su participación activa, preguntándoles sobre su comprensión del espacio y sus objetivos, sus experiencias previas con otros equipos profesionales y sus expectativas actuales, para que se sientan escuchados y valorados en el proceso. Es crucial respetar sus puntos de vista y acompañarlos con sensibilidad para explorar otras posibles perspectivas. Para evitar que quienes les cuiden o los equipos profesionales impongan sus propias interpretaciones sobre sus experiencias o eventos vitales, es esencial compartir información y perspectivas de manera abierta. De esta forma, los niños, niñas y adolescentes pueden confrontar esa información con sus propios recuerdos y comprensión, y construir una narrativa más propia y auténtica.

La relación entre cada profesional y cada niño, niña o adolescente constituye la base fundamental para fomentar la participación y efectividad del THV. Una conexión basada en la confianza y la empatía les permite sentir seguridad y comprensión, lo cual es esencial para su bienestar emocional. Es crucial que la relación genere un entorno de contención, donde se sientan escuchados, respetados y valorados. Para lograrlo, los equipos profesionales deben adoptar una actitud respetuosa y no insistente, promoviendo actividades compartidas que no se centren exclusivamente en su historia de vida. Esto permite que el vínculo se fortalezca de manera natural, facilitando que, progresivamente, los niños, niñas y adolescentes se sientan preparados para participar de manera activa cuando lo deseen. Asimismo, la honestidad profesional, capaz de reconocer cuando no entiende algo o cuando comete errores, también refuerza la confianza y crea una

conexión más auténtica. Además, el tiempo y el compromiso dedicados a interactuar con los niños, niñas o adolescentes en actividades de su interés, fuera del encuadre terapéutico tradicional (oficina o consulta), contribuyen de manera significativa a establecer una relación sólida. Esto puede incluir salidas o visitas a lugares como parques, zoológicos o realizar paseos (siempre con la autorización institucional). Aunque estas actividades parezcan no estar directamente relacionadas con el THV, son fundamentales para construir un vínculo de confianza y propiciar conversaciones significativas en un entorno más relajado. Las interacciones genuinas y relajadas, sin objetivos terapéuticos predefinidos, demuestran un interés auténtico en el niño, niña o adolescente como persona, fortaleciendo así el lazo afectivo y allanando el camino para abordar, en el momento adecuado, aspectos más profundos de su historia personal.



Relación y colaboración con familias de origen, cuidadores/as residenciales, familia de acogida y/o familia adoptiva.

Las cuidadoras y cuidadores, ya sean transitorios o definitivos, desempeñan un papel esencial en la preservación y protección de los recuerdos de cada niño, niña o adolescente, así como en la continuidad de su historia de vida e identidad personal y familiar. Su participación en el proceso de THV es crucial no solo para el éxito de la intervención, sino también porque aporta detalles valiosos y perspectivas únicas sobre la vida de cada niño, niña o adolescente. Para ello, es fundamental que las y los cuidadores cuenten con la información adecuada para responder con precisión a las preguntas que puedan surgir; de lo contrario, la falta de detalles específicos puede llevar a respuestas inexactas o confusas, aumentando el malestar y la incertidumbre del niño, niña o adolescente. Si bien las y los cuidadores, equipos profesionales o familias adoptivas pueden ayudar a llenar vacíos de información, necesitan tener acceso a datos precisos sobre la vida del niño, niña o adolescente, lo cual, en muchos casos, no está disponible, lo cual involucra fortalecer la preservación de registros.

A través de su implicación en el THV, las y los cuidadores adquieren una comprensión profunda del impacto que tiene la historia del niño, niña o adolescente en su comportamiento actual, lo que les permite ofrecer respuestas coherentes y consistentes, alineadas con la información proporcionada por los equipos profesionales. Esto

evita confusiones o posibles daños, y fortalece el vínculo afectivo, promoviendo un sentido de pertenencia y continuidad, elementos clave para el desarrollo de una identidad positiva y para fomentar la resiliencia emocional. Además, al estar informados e involucrados, las y los cuidadores proporcionan un contexto emocional enriquecedor para el niño, niña o adolescente, apoyándoles en la realización de cambios positivos y evitando patrones destructivos o la revictimización. La colaboración de las y los cuidadores también es fundamental para prevenir la retraumatización, ya que su preparación les permite abordar conversaciones difíciles con sensibilidad y empatía. Por supuesto, antes de iniciar el THV y el uso de herramientas como el Libro de Vida (LV), las y los cuidadores deben ser preparados para gestionar y procesar sus propias emociones. Esto les ayuda a desarrollar una empatía genuina hacia el niño, niña o adolescente, y a comprender de manera más profunda tanto las experiencias dolorosas como las positivas que puedan haber experimentado. De este modo, el proceso puede resultar terapéutico también para las y los cuidadores, contribuyendo a fortalecer el vínculo con el niño, niña o adolescente, promoviendo una comunicación constante con los equipos profesionales, quienes monitorean el impacto de las sesiones y ajustan el enfoque según sea necesario.

Es fundamental considerar si la información sensible o difícil puede ayudar al niño, niña o adolescente a comprender mejor por qué fue necesario separarlo/a de su familia y adoptarlo/a. Los riesgos de no compartir suficiente información pueden ser mayores que el de omitir hechos complicados, especialmente en el contexto actual de internet y redes sociales, donde un niño, niña o adolescente adoptado/a con curiosidad puede buscar y encontrar a sus familiares biológicos con facilidad. Cuanto más sean capaces las familias adoptivas de conocer y reconocer el dolor de su hijo/a y de compartir información de manera abierta, menor será la probabilidad de que el niño, niña o adolescente se apresure a tomar decisiones arriesgadas de contacto en las redes

sociales

(Moffat, 2020).





¿Qué condiciones garantizan el desarrollo de un proceso de THV de calidad?

Para garantizar un proceso de THV de calidad, es esencial contar con los recursos y apoyos institucionales que permitan a los equipos profesionales mantener una presencia constante y estable en la vida de los niños, niñas y adolescentes. El objetivo es garantizar una práctica segura y ética, un apoyo adecuado a los niños, niñas y adolescentes y a sus personas significativas, así como minimizar el riesgo de retraumatización, las oportunidades de autoculpabilización o la exacerbación de los síntomas del trauma por parte de los niños, niñas y adolescentes. La rotación frecuente de profesionales en el sistema de protección de la infancia, así como la falta de permanencia, son desafíos significativos que afectan la creación de una sólida alianza terapéutica, fundamental para la sintonización afectiva con los niños, niñas y adolescentes. Por ello, es crucial que los Estados e instituciones financien adecuadamente la formación, capacitación continua y retención de profesionales. Esto incluye asegurar el acceso a supervisión periódica y oportunidades continuas para recibir feedback, contando con el apoyo técnico y emocional necesario. Este tipo

de respaldo no solo fortalece el conocimiento y las habilidades de los equipos, sino que también contribuye a prevenir la rotación profesional, promoviendo un compromiso duradero con cada niño, niña y adolescente durante el tiempo que sea necesaria la intervención especializada. Además, la gestión adecuada de la carga profesional también es crucial para garantizar que dispongan de tiempo suficiente para planificar y ejecutar las intervenciones, acompañar a los niños, niñas y adolescentes en actividades, y registrar todo el proceso, reflexionando continuamente sobre su rol. Junto con ello, los profesionales deben informar a sus supervisores si surgen conflictos con los niños, niñas y adolescentes, de modo que se pueda considerar la posibilidad de cambiar de profesional para asegurar una relación positiva y una intervención efectiva. En resumen, un proceso de THV de calidad requiere un fuerte compromiso institucional que garantice la estabilidad y el apoyo continuo de los equipos profesionales, promoviendo un entorno terapéutico seguro y efectivo para los niños, niñas y adolescentes.

Algunos tópicos claves a considerar en el THV

Trayectoria de cuidado:

Es fundamental que cuidadores/as y equipos profesionales comprendan que la creación de vínculos requiere sensibilidad, considerando los quiebres emocionales que estos niños, niñas o adolescentes pueden haber experimentado a lo largo de sus vidas. La trayectoria de muchos niños, niñas y adolescentes en el sistema de cuidados alternativos puede incluir múltiples transiciones por diversos tipos y figuras de cuidado, con frecuentes cambios de residencias, figuras de cuidado y apoyo. Estos constantes movimientos impactan profundamente en el desarrollo emocional y en la capacidad para formar relaciones de apego estables. Cada entorno trae consigo una dinámica particular, lo que puede provocar en el niño, niña o adolescente una comprensible sensación de inestabilidad y desconfianza. Por ello, es esencial trabajar con paciencia, empatía y consistencia para establecer un vínculo seguro, que permita a cada niño, niña o adolescente reconstruir su sentido de seguridad y confianza en las personas adultas.

Trauma y su impacto en el desarrollo:

Abordar las experiencias adversas y el trauma complejo derivados de situaciones de maltrato, negligencia u otras graves vulneraciones de derechos, así como del impacto de la institucionalización, es esencial. Estas experiencias pueden afectar profundamente la capacidad de los niños, niñas y adolescentes de confiar en los demás, regular sus emociones y responder ante situaciones de estrés o conflicto. Por ejemplo, la construcción de una narrativa coherente sobre experiencias traumáticas ha demostrado ser un factor clave para la recuperación del trauma y del trastorno de estrés postraumático (TEPT). En contraste, la ausencia de una narrativa clara puede dificultar la capacidad de los adultos para responder de manera empática a sus propios hijos/as y está vinculada a problemas de salud mental a largo plazo. A través del trabajo de historización, se busca crear un espacio seguro donde el niño, niña o adolescente pueda explorar, validar y procesar estas experiencias, favoreciendo así el desarrollo de su resiliencia y facilitando un proceso de sanación más integral.

Abuso sexual:

En algunos casos, los niños, niñas o adolescentes han sido expuestos a situaciones de abuso sexual, lo que puede generarles confusión, vergüenza y dificultades para comprender los límites y el cuidado de su propio cuerpo. Es crucial abordar estos temas con sensibilidad y respeto, brindando educación sobre consentimiento, límites personales y sexualidad adaptada a su nivel de desarrollo, con el fin de fomentar una relación sana y segura consigo mismos y con los demás.

Identidad y orígenes:

El proceso de construcción de la identidad personal y familiar es diverso y dinámico, influenciado por las relaciones significativas y las experiencias vividas en distintos contextos. La identidad es fluida y se nutre de diversas dimensiones: físicas, genéticas, gestacionales, biológicas, étnicas, relacionales, socio-culturales y políticas, entre otras. Este proceso es continuo, ya que la identidad se reconfigura a lo largo de la vida, influida por las interacciones con los demás y los contextos en los que la persona se encuentra, como la familia, la comunidad y la cultura. Para los niños, niñas y adolescentes adoptados desde los cuidados alternativos, la comprensión de sus orígenes es fundamental para el desarrollo de una identidad coherente. La pérdida de la conexión con su familia de origen puede llevar a una sensación de desarraigo, desorientación y preguntas sin respuesta sobre quiénes son y de dónde vienen. Proporcionar información sobre sus orígenes les ayuda a desarrollar una mayor comprensión de sí mismos y de su presente. El THV es una herramienta clave para promover la comunicación abierta sobre los orígenes, lo que fortalece el vínculo con su familia adoptiva y les permite construir una narrativa más coherente y empoderada sobre su vida, incluida su vida previa a la adopción.



Pérdidas y ganancias de la adopción:

Los temas de separación, pérdidas y duelo son inherentes a los procesos de adopción. Muchas de estas pérdidas se consideran ambiguas, por ejemplo, aunque sus previos referentes de cuidado (familia de origen, residencias o familia de acogida) estén ausentes físicamente, siguen presentes en la mente de los niños, niñas y adolescentes debido a los lazos pasados. Además, la experiencia de separación no se limita únicamente a la pérdida de personas significativas, sino que también abarca la desconexión de elementos contextuales y culturales importantes, como el barrio, las costumbres, otras personas significativas o mascotas. Estas experiencias pueden generar en los niños, niñas y adolescentes sentimientos de incompletitud, desarraigo y falta de pertenencia, acompañados de una baja autoestima. Los quiebres vinculares tienden a provocar repercusiones socioemocionales significativas, que pueden manifestarse en emociones de ira, tristeza, culpa, rechazo, desamparo e, incluso, un duelo constante. La literatura también sugiere que los niños, niñas y adolescentes adoptados pueden enfrentarse

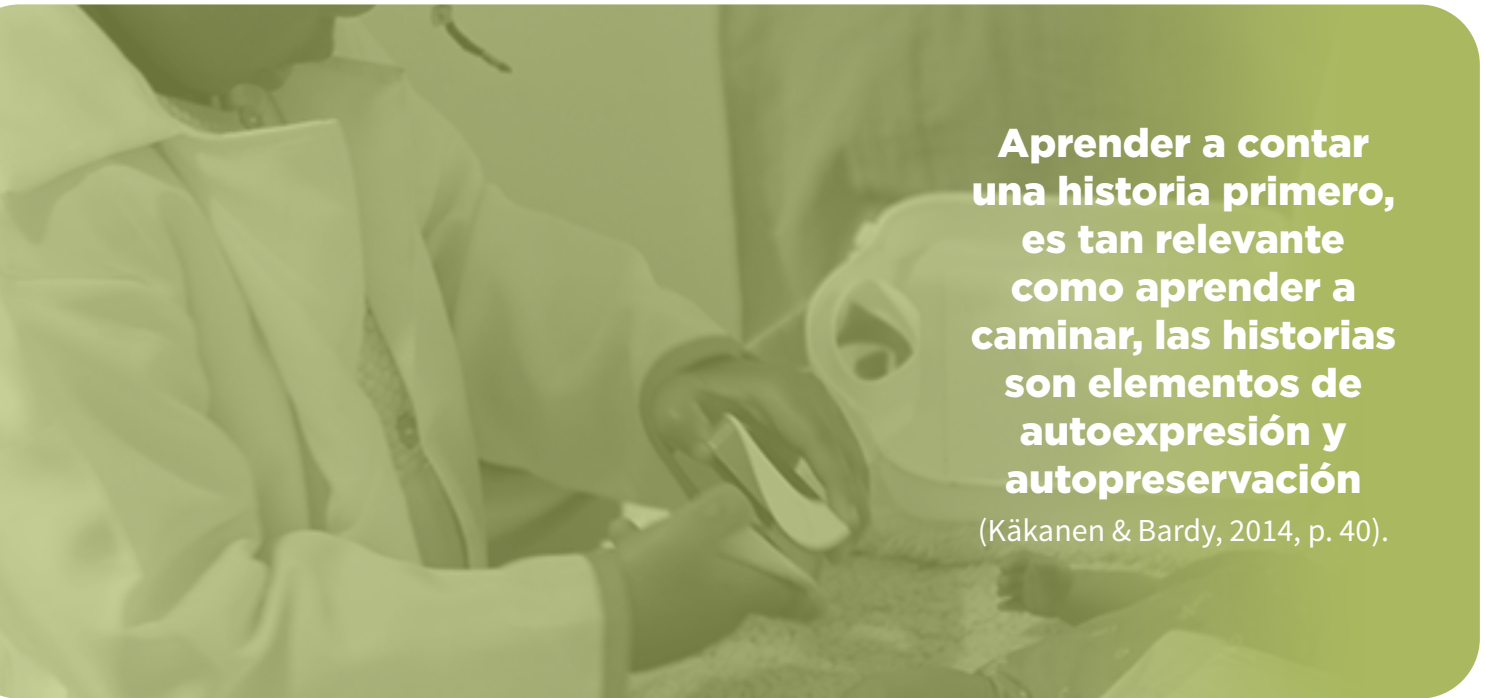
a conflictos de lealtad entre personas significativas para ellos (ej. familia de origen y familia de acogida o adoptiva), lo que genera sentimientos ambivalentes y un conflicto interno persistente. No obstante, el THV no solo se debe enfocar en las pérdidas, sino también en los recursos y ganancias que los niños, niñas y adolescentes han desarrollado a lo largo de su proceso de acogida o adopción. Al destacar sus fortalezas y capacidades, se fomenta la adaptación al entorno y el desarrollo de estrategias de afrontamiento. Algunos estudios destacan la importancia de abordar tanto las pérdidas como las ganancias que trae consigo el proceso adoptivo. Reconocer y validar la co-existencia de emociones complejas y de pérdidas y ganancias, les permite integrar su historia de manera más completa. Por ello, se sugiere que estas dimensiones se trabajen de manera balanceada, con el fin de fomentar una comunicación abierta y proporcionar una visión más amplia y completa del proceso de adopción, permitiendo al niño, niña o adolescente integrar sus experiencias de una forma coherente y lo más completa posible.

Pertenencias:

Las pertenencias que los niños, niñas y adolescentes conservan de su vida con sus familias de origen, cuidados residenciales o familias de acogida son fundamentales para desarrollar un sentido de sí mismos coherente. Poder ver, tocar, sostener y/o explorar físicamente fotografías originales (de calidad, claramente etiquetadas y que muestren a la persona en diferentes etapas de su infancia, así como a personas significativas de su pasado) y objetos (por ejemplo, juguetes, peluches, fotografías, dibujos y certificados de la infancia)

representan un vínculo material con su pasado y con personas significativas que ya no están presentes y les ayuda a sentirse más conectados con su biografía. En particular, las fotografías les permiten explorar aspectos de su identidad, como su apariencia física y las similitudes con sus parientes biológicos. Sin embargo, la falta de protocolos que aseguren la preservación de estas pertenencias en el sistema de cuidado alternativo puede incrementar su sensación de aislamiento.

Enfoques y principios básicos para desarrollar un THV de calidad



Aprender a contar una historia primero, es tan relevante como aprender a caminar, las historias son elementos de autoexpresión y autopreservación

(Käkanen & Bardy, 2014, p. 40).

El THV es un enfoque terapéutico integral que requiere cumplir con ciertos requisitos y condiciones para garantizar su efectividad y el bienestar de los niños, niñas y adolescentes involucrados. Los

siguientes enfoques y principios ayudan a asegurar que el proceso de THV sea efectivo y beneficie integralmente el desarrollo y bienestar de cada niño, niña o adolescente:

Enfoque reflexivo

Antes de comenzar y, a lo largo de todo el proceso de THV, es crucial reflexionar sobre lo que los niños, niñas y adolescentes saben sobre sus vidas, cómo se les ha transmitido esa información y qué necesitan para comprender mejor su historia. Esta actitud reflexiva establece una base sólida para todo el proceso.

Enfoque centrado en el niño, niña o adolescente.

Poner las necesidades y derechos del niño, niña o adolescente en el centro, adaptando la forma de comunicarse con él o ella, y avanzando a su ritmo en lugar del ritmo del trabajo u objetivos terapéuticos esperados.

Enfoque de ciclo vital

El enfoque de ciclo vital en el THV reconoce que la identidad de los niños, niñas y adolescentes está en constante evolución a lo largo del tiempo. El THV contribuye al proceso de construcción identitaria en un momento particular de la trayectoria vital del niño, niña o adolescente. No obstante, a medida que el niño, niña o adolescente crece, su capacidad de análisis y comprensión sobre sus propias experiencias será diferente, lo que puede enriquecer su identidad y ofrecer mayor claridad sobre aspectos que quizás no pudo comprender plenamente en etapas anteriores. La reflexión sobre esas experiencias cambiará en diferen-

tes etapas de su desarrollo, permitiéndoles reinterpretar su historia personal de acuerdo con su madurez emocional y cognitiva. Es igualmente importante que los cuidadores anteriores y familia adoptiva comprendan esta perspectiva. Al entender que la historia de vida no se cierra en una sola intervención, estarán mejor preparados para acompañar al niño, niña o adolescente en el futuro, brindándole apoyo cuando decida reexplorar su historia vital. Por ejemplo, es recomendable que el Libro de Vida (LV), una herramienta central del THV, incluya un apartado que permita retomar este proceso en etapas posteriores.

Enfoque participativo

Es fundamental otorgar a los niños, niñas y adolescentes un sentido de agencia, posicionándolos como protagonistas de su propia historia y del proceso de THV. En las primeras sesiones, es necesario explicar claramente el objetivo del tiempo compartido, las expectativas y reglas básicas del espacio. Involucrar a los niños, niñas y adolescentes en la creación de reglas hace que se sientan responsables y partícipes, favoreciendo su aceptación y aplicación. Asimismo, involucrarlos activamente, escuchando sus necesidades, reconociendo

sus fortalezas, intereses y relaciones pasadas y actuales, les permite sentir que tienen más control sobre su vida. Este enfoque no solo fomenta una mayor adaptación emocional, sino que también favorece el desarrollo de estrategias de afrontamiento saludables. Al darles voz y participación, se refuerza su autoestima y capacidad para enfrentar desafíos, promoviendo un proceso terapéutico más auténtico y significativo, en el que se respetan sus ritmos y perspectivas.

Enfoque colaborativo

El THV requiere un enfoque colaborativo en el que participen activamente no solo los niños, niñas y adolescentes, sino también los profesionales, cuidadores (residenciales, familias de acogida o adoptivas), y, cuando sea posible y adecuado, los miembros de la familia de origen. Este enfoque fomenta un proceso en el que todas las partes aportan sus perspectivas y conocimientos, enriqueciendo la comprensión del niño, niña o adolescente sobre su propia historia. Además, trabajar de manera conjunta permite que cuidadores y profesionales brinden un apoyo emocional más efectivo, al tiempo que el niño, niña o adolescente se siente acompañado y comprendido durante la reconstrucción de su historia, lo que contribuye a fortalecer su identidad y resiliencia.

Enfoque centrado en la creatividad.

La creatividad es una herramienta poderosa en el THV. Promueve la libertad de pensar, organizar y generar nuevas ideas, ayudando a los niños, niñas y adolescentes a conectarse con el proceso. Las actividades creativas pueden ser utilizadas tanto para explorar la historia de vida como para generar confianza y disfrutar juntos.

Enfoque centrado en el bienestar y apoyo.

Los equipos profesionales deben estar siempre disponibles para brindar el apoyo necesario, ya sea ofreciendo su compañía cercana o respetando el espacio personal de los niños, niñas y adolescentes, según sus necesidades de cada momento. Por ejemplo, incluir momentos relajantes al inicio y al final de cada sesión, como compartir un jugo o una galleta, contribuye a generar un ambiente tranquilo y acogedor. Estas sencillas rutinas ayudan a preparar emocionalmente a quienes participan, facilitando transiciones suaves tanto al inicio como al cierre de la sesión, lo que refuerza el vínculo terapéutico, disminuye la ansiedad y el estrés, y permite que el proceso se desarrolle de manera más natural y cómoda. Además, es clave incluir rituales para celebrar el viaje que el niño, niña o adolescente ha realizado junto a profesionales o cuidadores/as, por ejemplo, compartiendo una actividad especial (como la recreación de una fiesta de cumpleaños, picnic en el parque, etc.).

Enfoque flexible y adaptable

El proceso de THV debe adaptarse siempre al ritmo y necesidades de cada niño, niña o adolescente, sin que los plazos legales o institucionales impongan presión. La flexibilidad profesional es fundamental para ajustarse a la dinámica del momento y priorizar la calidad de la intervención por encima de una estructura rígida. Los equipos profesionales deben estar atentos a las señales del niño, niña o adolescente, fomentando la relación a través de actividades compartidas que sean significativas y relevantes para su historia y su experiencia. Es

clave atender a las capacidades y necesidades emocionales, adaptando el enfoque según el estado y contexto particular de cada niño, niña o adolescente. El espacio de trabajo también debe organizarse previamente, ajustando los materiales, juguetes o herramientas que faciliten la interacción. Esto es especialmente relevante para quienes presentan dificultades de atención o conducta, ya que un ambiente estructurado y seguro contribuye a una mayor comodidad y apertura hacia el proceso.

Enfoque de reconocimiento de múltiples perspectivas

Es esencial que los niños, niñas y adolescentes comprendan que las personas pueden experimentar y recordar una misma situación de maneras diferentes. Explicarles que no existe una única verdad, sino diversas perspectivas válidas, fomenta una mayor empatía hacia las experiencias ajenas. Este enfoque les ayuda no solo a aceptar la diversidad de interpretaciones, sino también a confrontar mitos, vacíos de información o datos erróneos que puedan haber internalizado. Al reconocer las múltiples perspectivas, se promueve una comprensión más amplia y flexible de su historia personal, lo que facilita el procesamiento emocional y la resignificación de sus experiencias. Asimismo, la historia vital de niños, niñas y adolescentes no debe ser juzgada sino más bien balanceada de manera oportuna, acorde a su edad. En este

sentido, es esencial ayudar a resignificar los hechos al abordar los motivos de la separación de la familia de origen, como la negligencia, los abusos, el maltrato y las circunstancias asociadas, como el consumo de alcohol, drogas o la violencia. En este proceso, es igualmente importante que los “recuerdos positivos” no se transformen en una idealización. Se debe validar cualquier experiencia favorable, reconociendo su valor, pero sin perder de vista el contexto más amplio. Esto contribuye a la construcción de representaciones internas más integradas de las figuras parentales, aceptando tanto sus aspectos positivos como negativos, para evitar una visión distorsionada que pueda afectar el desarrollo emocional del niño, niña o adolescente.

Principio de transparencia y confidencialidad

Es vital aclarar al niño, niña o adolescente que cualquier información compartida que indique riesgo o vulneración de derechos será transmitida a la persona relevante para asegurar su protección. Explicar cómo se registrará la información, dónde se guardarán los materiales y quién tendrá acceso a ellos promueve la confianza y el bienestar emocional.



Principio de seguridad y planes de apoyo

Construir acuerdos de seguridad flexibles y un plan de apoyo que involucre a profesionales y cuidadores es fundamental. Estos acuerdos deben ser discutidos y establecidos antes de comenzar la intervención, adaptándose a las necesidades específicas de cada niño, niña o adolescente. Un acuerdo detallado entre profesional y niño, niña o adolescente sobre las tareas, sesiones y límites de confidencialidad se puede hacer usando papel y materiales creativos para visualizar el acuerdo, promoviendo la sensación de propiedad y maniobrabilidad de la experiencia. Se recomienda hacer las siguientes preguntas que pueden ayudar a que el niño, niña o adolescente tenga mayor seguridad y a que las personas adultas sepan cómo proporcionar el mejor apoyo:

- ¿Qué te ayuda a sentir más seguridad? (persona, objeto o lugar)
- ¿Hay algo que puedas traer contigo para sentir mayor seguridad? (peluche, foto, cojín).
- ¿Qué actividad te hace sentir feliz o relajado? (escuchar música, leer, saltar en trampolín).
- ¿Qué te causa miedo o ansiedad? (ahora, en la noche, en la escuela)
- ¿Cómo puedo saber si sientes miedo o ansiedad? ¿Tendrías una manera de avisarme?
- ¿Notas cambios en tu cuerpo cuando sientes miedo o ansiedad? (corazón acelerado, manos sudorosas, dolor de estómago)
- ¿Hay algo en el lugar donde trabajamos que te haga sentir miedo o ansiedad? (yo, la sala, los ruidos, otros profesionales).
- ¿Cómo puedo ayudarte a sentir mayor seguridad durante nuestro trabajo?

Principio de prevención de la retraumatización.

Es crucial evitar la retraumatización durante el proceso, especialmente si la historia de abuso físico, emocional o sexual del niño, niña o adolescente se reactiva. Para lograrlo, es fundamental que los equipos profesionales reciban formación especializada, lo que les permite respetar el tiempo, el espacio y las formas de expresión del niño, niña o adolescente. Dicha formación debe incluir un amplio conocimiento sobre el trauma complejo, el maltrato y el

desarrollo infantil, valorando el impacto que estas experiencias pueden tener en la salud mental y emocional. Este enfoque asegura que los equipos profesionales puedan abordar de manera adecuada la narración y comprensión de la historia de vida, minimizando el riesgo de provocar daños adicionales y promoviendo un espacio seguro para la reconstrucción de la narrativa personal.



Algunas herramientas utilizadas en el marco del THV

El uso de diversos materiales y recursos es esencial para el éxito del THV. Cada herramienta debe estar diseñada para involucrar y motivar a los niños, niñas y adolescentes, permitiéndoles expresarse y comprender mejor sus sentimientos, perspectivas y experiencias. Estos recursos, junto con un enfoque seguro y respetuoso, crean un entorno donde pueden explorar y construir su historia de vida de manera significativa.

Nos convertimos en las narrativas autobiográficas a través de las cuales contamos nuestras vidas

(Jerome Bruner, 2004, p. 694).

El libro de vida

Es fundamental diferenciar entre la creación de un Libro de Vida (LV, del inglés Life Story Book) y el trabajo continuo de historia de vida (THV). Aunque ambos pueden confundirse, la producción de un LV no marca el final del proceso de THV. El LV facilita la exploración de la historia del niño, niña o adolescente, proporcionando contextos, explicaciones y evidencias de su trayectoria, a menudo basándose en suposiciones fundamentadas sobre temas y situaciones complejas. El LV es especialmente valorado como una herramienta que facilita que los niños, niñas y adolescentes puedan procesar su pasado y se preparen para la permanencia en una familia adoptiva, siendo un registro físico que ayuda a reducir la confusión y a aumentar la claridad sobre su pasado y presente. En cuanto a los desafíos, es importante destacar que los LV no buscan reflejar una realidad “ideal” o sin problemas. Más bien, se trata de narraciones que representan una versión de la realidad diseñada específicamente para que los niños, niñas y adolescentes construyan un sentido lo más positivo posible de sí mismos dentro de las complejas circunstancias que han atravesado. Sin embargo,

siempre existe el riesgo de que presenten representaciones parciales o incompletas de la historia de vida, ya que suelen ser “filtrados” por equipos profesionales, cuidadores o familias adoptivas que los crean, ejerciendo así cierto poder sobre la historia del niño, niña o adolescente. Escasas veces los LV logran capturar lo que Baynes (2008) describe como las “historias no contadas”: el impacto honesto y difícil de transmitir de la violencia doméstica o los efectos del consumo abusivo de drogas y alcohol que impidieron a las familias de origen cuidar de sus hijos. Esto se debe a un consenso que promueve la incorporación de narrativas con un propósito positivo y reparador, evitando demonizar a las familias de origen y destacando, en cambio, sus circunstancias personales y sociales como factores que explican estas situaciones. De esta forma, se busca que el niño, niña o adolescente reciba un mensaje subyacente en el que se le asegura que es querido por diversas personas significativas para él/ella. Algunos autores debaten si esto no constituye una especie de “cuento de hadas” con un final feliz que, a menudo, no refleja las realidades de los niños, niñas o adolescentes



involucrados. Asimismo, otros autores señalan la importancia de permitir que algunos niños, niñas o adolescentes puedan sentir o expresar rechazo hacia su familia de origen, especialmente cuando han vivido experiencias de maltrato, abuso o negligencia. Por lo tanto, proporcionar un relato honesto sobre la familia de origen implica siempre sostener un delicado equilibrio: evitar que el niño, niña o adolescente se sienta abrumado por sentimientos de pena o responsabilidad hacia su familia de origen, mientras se permite que surjan explicaciones detalladas sobre su situación de cuidado, adaptadas a su edad y que no contradigan comprensiones previas. Por otro lado, los estudios realizados en diversos países sobre niños, niñas y adolescentes en cuidados alternativos indican que valoran profundamente contar con un libro de vida (LV), aunque también expresan reacciones emocionales intensas, como tedio, aburrimiento, enojo, tristeza y placer. Sin embargo, algunos reportan que sus LV están incompletos y carecen de información significativa para ellos.

Lo anterior sugiere que el LV desempeña un papel altamente especializado en la transmisión de la historia biográfica del niño, niña o adolescente, de

manera honesta y coherente con sus recuerdos, brindando suficiente información para que puedan comprender las complejidades de su pasado. Esto exige un alto nivel de “apertura comunicativa” por parte de los profesionales, cuidadores y/o familias adoptivas, para garantizar que la historia transmitida responda adecuadamente a las necesidades del niño, niña o adolescente según su edad, y que, al mismo tiempo, sea una herramienta que permita a los padres adoptivos mantener conversaciones abiertas y continuas sobre la adopción con su hijo. Por esta razón, la construcción de un LV se enmarca dentro de un proceso terapéutico significativo. Los equipos profesionales deben contar con una formación adecuada y recibir supervisión constante para llevar a cabo esta tarea de manera eficaz, rigurosa y sensible. La planificación y la supervisión continuas son esenciales para garantizar que el proceso sea flexible y se adapte a las necesidades y ritmos individuales de cada niño, niña y adolescente, promoviendo así un enfoque verdaderamente personalizado y sensible a sus circunstancias únicas. Considerando que existió muchísima literatura sobre el libro de vida disponible en inglés y castellano, en este apartado solo se detallan algunos aspectos generales.

¿Cómo se hace?

- Considerar al niño, niña o adolescente – adaptado a su edad – como el editor de su Libro de Vida (LV), dándole la oportunidad de compartir recuerdos significativos, recopilar fotografías importantes hasta decidir aspectos tan concretos como el tipo de letra, el formato y otras características del LV final antes de su creación, así como de su presentación a otras personas al finalizarlo. Es evidente que este proceso varía según la edad, ya que muchos niños, niñas y adolescentes adoptados ingresan al sistema de protección en sus primeros meses de vida y pueden no tener recuerdos conscientes de experiencias previas a la adopción. Por ello, es fundamental que cuidadores y equipos profesionales colaboren estrechamente en la elaboración del LV y lo compartan con el menor, resaltando la importancia que este libro tiene para comprender su vida y las experiencias que ha vivido. Esta colaboración refuerza el valor del LV como una herramienta para la construcción de identidad y permite que el niño, niña o adolescente sienta que tiene voz y agencia en la narrativa de su propia historia.



- Reunir documentos, fotografías y recuerdos importantes de la vida del niño, niña o adolescente, así como detalles de su familia de origen, de acogida y otras personas significativas.
- Conversar con familiares, cuidadores y profesionales que han sido parte de la vida del niño, niña o adolescente para obtener una visión lo más completa posible.
- Clasificar la información cronológicamente o por temas para asegurar una historia coherente y fácil de seguir.
- Usar un formato visualmente atractivo y adecuado para la edad del niño, niña y adolescente, incluyendo textos, dibujos, fotografías y otros elementos visuales.
- Al finalizar, se debe entregar el LV al niño, niña o adolescente para que lo conserve y pueda continuar completándolo con la ayuda de su familia adoptiva, teniendo siempre la libertad de guardarlo en el lugar que prefiera, permitiendo que puedan incorporar y ajustar nueva información conforme vayan conociendo más sobre su historia.

¿Qué incluye?

- Información básica del niño, niña o adolescente, como nombre completo, fecha y lugar de nacimiento.
- Detalles sobre la familia de origen, incluyendo nombres, antecedentes y fotos disponibles.
- Información sobre los primeros años de vida del niño, niña o adolescente, lugares donde vivió y personas significativas.
- Descripción de cómo y por qué el niño, niña o adolescente llegó al sistema de cuidado o fue adoptado.
- Relato de eventos importantes en la vida del niño, niña o adolescente, tanto positivos como negativos.
- Información sobre la situación actual del niño, niña o adolescente, de su familia de origen, de su familia de acogida o adoptiva, de amigos y actividades cotidianas.
- Mensajes de apoyo y aspiraciones para el futuro del niño, niña o adolescente, reflejando sus sueños y metas.

Carta para la vida posterior (Later Life Letter)

Es una herramienta ampliamente utilizada en países anglosajones, diseñada para ayudar a niños, niñas y adolescentes a comprender su historia personal y las circunstancias relacionadas con su adopción. Su propósito es ofrecer una narrativa coherente, honesta y detallada sobre sus vidas, proporcionando una base que les ayude a construir estabilidad emocional y a desarrollar un sentido claro de quiénes son y de dónde provienen. La carta ofrece información sobre la vida del niño, niña o adolescente desde su nacimiento hasta el momento de su adopción, explicando las razones y decisiones que llevaron a esta situación, incluida la razón por la que no pudo permanecer con su familia de origen. A diferencia del LV, esta carta incluye información más sensible y detallada que el niño, niña o adolescente podrá comprender emocionalmente en una etapa más avanzada. A continuación, se detallan algunas buenas prácticas y pasos principales para la elaboración de la carta,

sin el afán de establecer un formato exacto o rígido, sino que de sugerir temas que deben abordarse en la carta, dependiendo de la historia de cada niño, niña o adolescente:

- **Reunir toda la documentación e información relevante:** Incluir registros, fotografías y cualquier otra información pertinente sobre la vida del niño, niña o adolescente antes de la adopción. Además, la elaboración de esta carta es un proceso cuidadoso y reflexivo, generalmente llevado a cabo por profesionales de la psicología o del trabajo social. Las buenas prácticas sugieren que debe hacerse en colaboración con cuidadores/as residenciales, familias de acogida o adoptivas, preguntando sus esperanzas, temores y sentimientos en el momento de las reuniones iniciales y durante el proceso de adopción, sobre el nombre a utilizar para referirse a la madre o padre de origen,

incluir las razones por las cuales la familia quiso adoptar a su hijo/a, preferiblemente en sus propias palabras. Esto puede ayudar también a sentirse más seguro/a al compartir información delicada a medida que el niño, niña o adolescente crezca. En algunos casos, puede considerarse la inclusión de una carta adicional de algún pariente biológico para complementar el contenido. Para ello, se deben realizar entrevistas con personas significativas en la vida del niño, niña o adolescente, como miembros de su familia de origen, cuidadores/as residenciales, familias de acogida u otros profesionales involucrados.

- **Centrarse en el niño, niña o adolescente:**

La carta debe asegurar que el niño, niña o adolescente entienda las razones por las cuales fue adoptado. Todos los detalles recopilados son valiosos para su comprensión personal y familiar. La literatura indica que las personas adultas adoptadas valoran profundamente esta información, incluso cuando puede resultar difícil de asimilar.

- **Consideraciones para escribir:** Utilizar un lenguaje informal, accesible y adecuado para la edad del niño, niña o adolescente,

evitando términos legales o técnicos a menos que sean explicados. La información debe presentarse de forma clara y sensible y se debe organizar la carta con encabezados y adapta el contenido a las necesidades específicas del niño, niña o adolescente, recordando que los hermanos/as deben tener cartas separadas. Además, se deben tener en cuenta sus necesidades de desarrollo y aprendizaje; en ciertos casos, puede ser útil incluir una grabación de audio o video. Junto con ello, es recomendable advertir al inicio de la carta, que leerla podría ser difícil para el niño, niña o adolescente, y que puede pedir ayuda a su familia adoptiva o a otra persona de su confianza para poder hacerlo.

- **Longitud de la carta:** Aunque puede variar, generalmente se sugiere que la carta tenga entre 4 y 8 páginas.

- **Inicio de la carta:** Es recomendable comenzar presentándose y diciendo que, con el paso del tiempo, el niño, niña o adolescente puede haberse olvidado del/la profesional. Es importante explicar el rol del profesional en su vida y mencionar la participación de otros/otras profesionales significativos para ofrecer un contexto claro.

Querida Alejandra,
Puede que no me recuerdes, ya que eras muy pequeña cuando nos conocimos. Mi nombre es Andrea, y puedes encontrar una foto mía en tu libro de historia de vida. Fui tu psicóloga cuando eras pequeña. Te conocí por primera vez cuando solo tenías 1 año y vivías con tu familia de acogida, Mario y Rocío. Yo fui una de las personas que ayudó a preparar todo para que pudieras vivir con tu familia adoptiva, Juan Carlos y Amanda. Te escribo esta carta para que puedas comprender un poco sobre tu pasado, las razones por las que fuiste adoptada y cómo llegaste a vivir con tu familia adoptiva. Escribí esta carta cuando eras pequeña, y he intentado responder a las preguntas que puedas tener cuando seas mayor. Espero no haber olvidado nada importante. Antes de continuar, debo decirte que puede que algunas partes de esta carta te resulten difíciles o te hagan sentir incómoda. Tal vez quieras pedirle a alguien que esté contigo o que la lea contigo, y recuerda que no tienes que leerla toda de una vez. Puedes tomarte un descanso o dejar algo para otro día, y eso está bien.

- **Descripción del nacimiento y embarazo:** Incluir detalles como la fecha de nacimiento, peso, condiciones del parto y otras experiencias relevantes (nombre otorgado por madres/padres de origen y su significado, quiénes estuvieron presentes, qué sucedió después, quién cuidó del niño, niña o adolescente después de su nacimiento, etc.) para proporcionar un relato completo y personal del comienzo de su vida.
- **Información sobre la vida antes y durante el cuidado alternativo:** Detallar dónde y

con quiénes vivió el niño, niña o adolescente, sus hitos de desarrollo, características personales y relaciones importantes, como amigos y mascotas, para construir una visión integral de su historia.

- **Descripción de la familia de origen:** Destacar los integrantes que tuvieron una influencia significativa, proporcionando información relevante (nombre, edades, etc.), y evitar abrumar con detalles innecesarios. Se sugiere usar “madre/padre de origen” para evitar confusión con su madre/padre

adoptivo (o, si conoce, nombrarles del modo en que el niño, niña o adolescente lo hacía). Según la evidencia, algunas preguntas principales que las personas adoptadas suelen hacerse al reflexionar sobre su adopción: ¿Mi familia de origen me quiso?, ¿Mi familia de origen recibió alguna ayuda?, ¿Mi familia de origen piensa algunas veces en mí?. Es importante verificar si se tiene toda la información necesaria e imaginar si se fuera una persona adoptada: ¿qué información querría saber?, ¿qué preguntas haría a su madre/padre de origen?

- **Descripción de la familia de acogida (cuando aplique):** Enfocarse en integrantes que tuvieron una influencia significativa en la vida del niño, niña o adolescente, proporcionando información relevante (nombre, edades, etc.), y evitar abrumar con detalles innecesarios.
- **Razones para la adopción:** Explicar de manera honesta y comprensible por qué la familia de origen no pudo hacerse cargo, incluyendo fechas clave y actitudes hacia la adopción. Abordar temas difíciles con empatía y presentar los hechos de manera directa pero compasiva. Resaltar aspectos positivos de la historia del niño, niña o adolescente, incluyendo sus fortalezas y logros.
- **Elección de la familia adoptiva:** Describir el proceso de evaluación y búsqueda, el encuentro con la familia adoptiva y los últimos momentos compartidos con su familia de origen, cuidadores/as residenciales o familia de acogida.
- **Conocimiento de la familia de origen o contacto post-adoptivo (donde lo permita la legislación):** Si la familia adoptiva tuvo la oportunidad de conocer o estar en contacto con la familia de origen u otras personas significativas de su hijo/a, puede ayudar a construir una visión más completa, lo que facilitará las conversaciones sobre ellos en el futuro. En los casos que se aplique, se sugiere mencionar de manera general los acuerdos y planes de contacto con la familia de origen, ya que estos pueden evolucionar con el tiempo.
- **Cierre de la carta:** Finalizar con buenos deseos para el futuro del niño, niña o adolescente, evitando frases demasiado emotivas que puedan parecer artificiales. Incluir la fecha exacta y tu firma para concluir el documento formalmente.
- **Revisión del borrador:** Consultar el borrador con cuidadores/as residenciales, familias de acogida o adoptivas y otros/as profesionales para asegurar la precisión y el tono adecuado.
- **Entrega:** La carta debe ser entregada a la familia adoptiva a más tardar 10 días después de la audiencia de adopción, sugiriendo que sea leída por o al niño, niña o adolescente en el momento adecuado.
- **Después de la entrega:** Dado que las circunstancias y la comprensión de cada niño, niña o adolescente cambia con el tiempo, es útil revisar y actualizar la carta periódicamente.

Preguntas para las familias adoptivas antes de compartir la carta para la vida posterior con sus hijos/as

(Adaptado de Moffat, 2020)

- ¿Cuánto entiende ya tu hijo/a sobre su pasado?
- ¿Existen nuevos hechos sobre el pasado de tu hijo/a que encuentres particularmente difíciles de compartir?
- ¿Qué tan cómodo/a te sientes personalmente con esta información? ¿Tiene algún significado especial para ti?
- ¿Qué tan fácil te resulta iniciar conversaciones sobre la adopción con tu hijo/a?
- ¿Estás convencido/a de que compartir esta información es lo mejor para tu hijo/a?
- Si sientes que algunos detalles podrían ser innecesarios o perjudiciales, ¿es probable que tu hijo/a los descubra más adelante a través de otra fuente?
- ¿Cuál sería el entorno adecuado para compartir la carta?
- ¿Tienes expectativas sobre cómo debería reaccionar tu hijo/a ante cierta información?
- ¿Qué podría malinterpretar tu hijo/a o de qué podría sentirse responsable?
- ¿Es probable que la información compartida plantee cuestiones sobre la identidad positiva de tu hijo/a en relación con su etnia, cultura o religión?
- Dada la información que estás a punto de compartir, ¿de qué maneras puedes ayudar a construir un sentido positivo de identidad y autoestima en tu hijo/a?
- ¿Dónde buscarás apoyo (familia, entidad pública, asociación)?

Otras técnicas de THV

El siguiente cuadro resume diversas técnicas empleadas en el THV, cada una diseñada para facilitar la expresión personal, el procesamiento emocional y la construcción de identidad personal en niños, niñas y adolescentes.

Técnica	Descripción y aplicación básica
El cuenta cuentos	Se pide al niño, niña o adolescente crear una historia con personajes y eventos definidos por él/ella. Esta técnica permite explorar deseos, dolores y fantasías, promoviendo la autoexpresión y el empoderamiento como agentes competentes y expertos de su propia vivencia.
Árbol genealógico	Recopilación y uso de fotos familiares para crear un árbol genealógico acompañado de una narración que explique su historia familiar. Realizado junto a un profesional, ayuda a dar sentido al orden familiar y a integrar la identidad personal del niño, niña o adolescente.
Álbum de fotos y/o collage	Recopilación de material visual significativo, acompañado de relatos que rememoren hitos importantes. Se realiza con un profesional, cuidadores residenciales, familia de acogida o familia adoptiva, ayudando a complementar la historia personal y dar continuidad.
Autorretrato	El niño, niña o adolescente crea un autorretrato utilizando diversos materiales, luego dialoga con un profesional sobre el proceso y los significados asociados. Esta técnica fomenta la autoconfianza y la exploración de la identidad personal.
Dibujo del yo del futuro	El niño, niña o adolescente se imagina y dibuja a sí mismo en el futuro, respondiendo preguntas sobre su situación futura. Esto integra aspectos de identidad pasada y futura, y visualiza seres significativos en su vida.
Mi lugar seguro	El niño, niña o adolescente dibuja o imagina un lugar donde se siente seguro, guiado por el profesional. Se enfoca en aspectos sensoriales y personas significativas, facilitando el vínculo de confianza y la identificación de figuras de apoyo.

Técnica

Descripción y aplicación básica

Huellas de manos o pies

Se dibujan las huellas del niño, niña o adolescente y se comparan con las de los cuidadores residenciales, familia de acogida o familia adoptiva, facilitando la visualización de similitudes y la construcción de una historia compartida. Esto promueve el contacto positivo y el desarrollo del vínculo.

Máscaras

El niño, niña o adolescente crea y pinta máscaras que representan su experiencia en los cuidados alternativos, explorando cómo esto ha influido en su identidad. Guiado por un profesional, se gestionan las emociones emergentes, promoviendo la autoexpresión y el entendimiento personal.

Canciones

Uso de canciones para explorar la expresión de identidad, especialmente útil para adolescentes. Facilita la autoexpresión y la relajación, ayudando a abordar emociones como la ira y el miedo en un entorno aceptable y placentero.



Técnicas digitales de THV (adaptado de Hammond & Cooper, 2013)

Técnica	Descripción	Herramientas Necesarias	Duración Estimada	Elementos Clave
Reconstruyendo recuerdos	Digitalizar fotos antiguas para preservarlas y crear nuevas presentaciones.	Escáner, computadora, software de edición de fotos	2-3 horas	Técnicas de edición como recorte, eliminación de ojos rojos, y mejora de nitidez. Posibilidad de añadir efectos artísticos usando herramientas online.
Audio historias digitales	Grabar una historia personal en formato de audio, que puede incluir una narración simple o combinada con imágenes.	Computadora, equipo de grabación de audio, software de edición de audio (e.g., Audacity)	3-4 horas	Elegir una historia con un principio, medio y fin claro. Buscar un ambiente silencioso para grabar. Editar y guardar como archivo mp3.
Puntos de vista	Realizar entrevistas en video o audio sobre experiencias personales.	Cámara de video o teléfono con cámara, computadora	3-4 horas	Importar y editar entrevistas, asegurándose de tener el consentimiento de las personas involucradas.
Paisajes sonoros	Crear una representación auditiva de un lugar o evento específico usando sonidos de fondo.	Grabadora de audio, computadora	Variable	Capturar sonidos de ambientes significativos. Editar para crear una narrativa auditiva coherente.
Rastros de vida	Vincular música con emociones y eventos significativos en la vida.	Computadora, software de edición de audio	2-3 horas	Seleccionar música que refleje los estados emocionales. Crear un archivo de audio combinando narraciones y música.
Foto-collage	Crear collages fotográficos para representar relaciones o momentos importantes.	Cámara de fotos, computadora, software de edición de fotos o herramientas online (e.g., fotonea.com)	1-4 horas	Seleccionar y combinar imágenes para crear una representación visual de conexiones importantes.
Tiempos de caricaturas	Crear caricaturas o cómics que representen eventos o sentimientos significativos.	Software de creación de cómics (e.g., Pixton)	Variable	Desarrollar una narrativa visual que refleje la historia personal del niño, niña o adolescente.
Película de tres minutos	Crear un corto de tres minutos sobre un tema de interés personal.	Cámara de video, computadora, software de edición de video	3-4 horas	Grabar y editar clips de video para formar una película corta. Puede incluir diferentes perspectivas y ángulos.
Caminata guiada	Realizar un recorrido guiado en el que el joven muestra y habla sobre lugares significativos.	Cámara de video o teléfono con cámara, computadora, software de edición de video, DVD rewriter	1 día mínimo	Planificar y filmar en lugares considerados significativos (y seguros) para el niño, niña o adolescente. Editar y producir un DVD con el contenido grabado.

REFERENCIAS CONSULTADAS Y SUGERIDAS

- Baynes, Poly (2008). Untold stories: A discussion of life story work. *Adoption & Fostering*, 32(2), 43–49.
- Booth, Rebecca (2022). Helping us heal: How creative life story work supports individuals and organizations to recover from trauma. *Journal of Social Work Practice*, 36(1), 119-127.
- Buchanan, Anna (2014). *The Experience of Life Story Work: Reflections of Young People Leaving Care*: Cardiff University.
- Correa, Magdalena; Ford, Ana; Marchant, Matías & Sánchez, Lucas (2015). Posesiones y pertenencias: Una distinción necesaria para el trabajo con niños y niñas privados de cuidado parental. *Revista de Familias y Terapias*, 38, 75-87.
- Hammond, Simon & Cooper, Neil (2013). Digital life story work: *Using technology to help young people make sense of their experiences*: CORAM BAAF.
- Hammond, Simon; Young, Julie & Duddy, Claire (2020). Life story work for children and young people with care experience: A scoping review. *Developmental Child Welfare*, 2(4), 293-315.
- Hooley, Kate; Stokes, Laura & Combes, Helen (2016). Life story work with looked after and adopted children: How professional training and experience determine perceptions of its value. *Adoption & Fostering*, 40(3), 219–233.
- Jiménez Morago; Jesús Martínez Cabeza, Rocío & Mata Fernández, Estefanía (2011). *Guía para trabajar la historia de vida con niños y niñas. Acogimiento familiar y residencial*. Junta de Andalucía: Consejería para la Igualdad y Bienestar Social.
- Jiménez Morago, Jesús; Martínez Cabeza, Rocío & Mata Fernández, Estefanía (2013). Comunicación, orígenes e identidad en el acogimiento familiar y residencial el programa “Viaje a mi historia”. *Apuntes de Psicología*, 31(3), 307-315.
- Känkänen, Päivi & Marjatta Bardy (2014). Life stories and arts in child welfare: enriching communication. *Nordic Social Work Research*, 1,37-51.
- Marchant, Matías (2015). *El Libro de Vida: Un lugar para la memoria*: Ediciones Universidad Alberto Hurtado.
- Moffat, Fran (2020). *Writing a later life letter*: CORAM BAAF.
- Rees, Joy (2009). *Life Story Books for Adopted Children: A Family Friendly Approach*: Jessica Kingsley Publishers.
- Rose, Richard (2012). *Life Story Therapy with Traumatized Children: A Model for Practice*: Jessica Kingsley Publishers.
- Rose, Richard (2017). *Innovative Therapeutic Life Story Work*: Jessica Kingsley Publishers.
- Soares, Joana; Ralha, Sara; Barbosa-Ducharne, Maria & Palacios, Jesús (2019). Adoption-related gains, losses and difficulties: The adopted child’s perspective. *Child & Adolescent Social Work Journal*, 36(3), 259–268.
- Watson, Debbie; Latter, Sandra & Bellew, Rebecca (2015). Adopted children and young people’s views on their life storybooks: The role of narrative in the formation of identities. *Children and Youth Services Review*, 58, 90-98.
- Wrench, Katie & Naylor, Lesley (2013). *Life Story Work with Children Who Are Fostered or Adopted: Creative Ideas and Activities*: Jessica Kingsley Publishers.
- Willis, Rachel & Holland, Sally (2009). Life story work reflections on the experience by looked after young people. *Adoption & Fostering*, 33(4), 44–52.

Caminando hacia la Adopción

GUÍA PARA EL TRABAJO DE HISTORIA DE VIDA CON NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN PROCESO DE ADOPCIÓN¹

Versión para profesionales

Esta guía ha sido elaborada en el marco del proyecto “*AdoptARTE: Fortaleciendo una perspectiva niño-céntrica en la investigación, políticas y prácticas adoptivas*” (Marie Skłodowska-Curie GA No. 101105284), financiado por el programa de investigación e innovación Horizon Europe de la Comisión Europea.

Los puntos de vista y las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de la autora y revisores/as y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea de Investigación. Ni la Unión Europea ni la autoridad que concede la subvención pueden ser consideradas responsables de las mismas.



TRANSFORMADOPCIÓN

PROYECTO 101105284 | AdoptARTE: Fortaleciendo una perspectiva niño-céntrica en la investigación, políticas y prácticas adoptivas

