



National
Adoption
Information
Clearinghouse

Adopción y etapas de desarrollo

Aprender sobre las etapas del desarrollo de los niños y lo que podemos esperar en cada una es importante para todos los padres, y cuando se trata de hijos adoptivos, hay consideraciones adicionales.

Adoption and the Stages of Development.

Autor: National Adoption Information Clearinghouse. http://naic.acf.hhs.gov/pubs/f_stages/index.cfm

Adaptada y traducida por S. Milla y www.postadopcion.org



Da igual que el niño haya sido adoptado de bebé o con más edad, que esté sano o que tenga problemas físicos o psicológicos: ser adoptado influirá en su desarrollo, y los padres necesitan saber cuándo y en qué manera.

En estas páginas, abordaremos diferentes sentimientos—separación, pérdida, ira, dolor e identidad— y la forma en que se expresarán a medida que el niño crezca.

Algunos de estos problemas serán obvios en todas las etapas del desarrollo, mientras que otros saldrán a flote en momentos puntuales. Cuanto más y mejor comprendas el comportamiento de tu hijo, más fácil te será apoyarle y ayudarle a desarrollar su autoestima y a que se sienta y sepa querido. Las etapas aquí descritas corresponde

generalmente a la edad cronológica de los niños, pero el desarrollo de tu hijo puede seguir otro ritmo. Algunos niños pasan con más rapidez de una etapa a otra, mientras que otros mantienen determinados comportamientos durante más tiempo del esperado. No faltan quienes tardan sustancialmente en pasar de una etapa a otra. Por ejemplo, muchas características de la adolescencia, no aparecen hasta pasados los veinte años y pueden persistir hasta que se forme su identidad.

El primer año

La tarea principal de un bebé es desarrollar un sentimiento de confianza en el mundo y verlo como un lugar predecible y fiable. Los bebés forman ese sentimiento de seguridad creando un vínculo con sus cuidadores. En estos primeros meses, los niños tienen una capacidad innata de “vincularse” para asegurar su supervivencia. Lo hacen a través de la succión, la alimentación, sus sonrisas y sus gorjeos, comportamientos que, en circunstancias ideales, provocan respuestas cariñosas por parte de sus padres o de sus cuidadores. Esta agradable forma de interacción y la atención constante de los padres crean el vínculo entre padres e hijos, y son la base para el sentimiento de confianza del niño.

Durante este periodo, un cuidado constante y un ambiente libre de tensiones hacen que el niño se sienta seguro. Lo más importante que puedes hacer por él es mostrarle, a través de la atención y el cariño, que le amas y que puede fiarse de ti. Si respondes a su llanto, aprenderá a confiar. Si le abrazas y sonríes, aprenderá a sentirse contento.

Aunque la necesidad de vincularse se mantiene durante mu-

cho tiempo, a lo largo de este primer año de vida también se inicia de forma paralela el proceso de separación. Un momento clave es cuando comienza a gatear, y posteriormente, a andar. Pero a la vez que inicia la separación, el bebé la teme. Este es un proceso que tiene también una vertiente psicológica: los bebés comienzan a expresar su opinión mediante lenguaje no verbal. Muchos expertos en desarrollo infantil considera que la primera infancia es un periodo de fases de vinculación y separación que se alternan para establecer al niño como una persona independiente, capaz de relacionarse felizmente con otros miembros de su familia y amigos, así como de establecer relaciones íntimas con otras personas.

El segundo año

Los niños continúan con estos ciclos de separación y vinculación de formas más sofisticadas a lo largo de su segundo año. Aprenden a decirte claramente cómo se sienten abriéndote los brazos y protestando vigorosamente cuando les dejas. Aumenta la ansiedad de separación, y pueden comenzar a expresar la ira. En esta etapa, durante la que has de guiarle y protegerle, te encontrarás diciendo “no” constantemente. No es sorprendente que eso le frustre, algo que muestra de muchas maneras. Generalmente, la primera expresión es un llanto desconsolado. Más tarde, puede mostrar comportamientos agresivos como tirar cosas, pegar, empujar, morder y pellizcar. A menudo lo hace contigo, y en ocasiones, con sus compañeros de juego. Ese tipo de comportamiento

confunde y asusta a los padres, que pueden llegar a preguntarse si su hijo es normal. Los padres adoptivos a menudo temen que esté apareciendo algún rasgo de carácter de origen genético y que su comportamiento esté relacionado con su adopción, o temen que puedan ser señales de problemas futuros.

Es conveniente saber que este comportamiento es típico de los niños de esta edad, que tienen deseos enfrentados acerca de sus deseos de autonomía y su miedo a separarse de ti. Casi todos los niños pasan por una etapa de “yo solo”, acompañada de rabietas y luchas en torno al abandono del pañal. Manejar las rabietas, poner límites y potenciar el desarrollo del lenguaje y la expresión de sus sentimientos consumirá la mayor parte de tu tiempo y paciencia.

Durante los primeros dos años, las etapas de la vinculación, el comienzo de la separación, y la expresión de la ira y la agresividad suelen ser iguales para todos los niños, sean adoptados o no. Incluso en hogares donde se habla de la adopción con frecuencia y el niño hasta es capaz de decir tranquilamente, “hola, me llamo María y me trajeron de China”, las palabras tienen poco significado. Lo más importante es que tu hijo tenga la oportunidad de vivir estas etapas de vinculación y separación de la misma forma que un hijo biológico.

Sin embargo, cuando se adopta a niños de dos o más años, o que han vivido siempre institucionalizados o en varios hogares, es posible que su capacidad de establecer relaciones pueda haberse visto dañada. Una sucesión de cuidadores y vínculos rotos en los primeros meses de vida puede complicar

su adaptación y la capacidad de confiar en los demás. Quizás tendrás que esforzarte mucho para que esté seguro de que le quieres y que siempre estarás a su lado. Incluso si tu hijo recibió buenos cuidados antes de llegar a tu familia, es importante que trabajes mucho ese aspecto de seguridad para que perciba la importancia del cariño.

Si se trata de una adopción intercultural, puede ser útil conocer cuáles son los comportamientos tradicionales de esa cultura. Tenemos por ejemplo el caso de una familia que adoptó una bebé asiática de siete meses. Cuando lloraba, no había forma de calmarla meciéndola en brazos: sólo se tranquilizaba si la tumbaban en el suelo junto a su madre y le susurraban con cariño. En cuanto se calmaba, gateaba hasta el regazo de su madre para ser abrazada. Otro ejemplo es el de un bebé peruano que necesitaba dormir con un adulto durante los primeros meses. Su flamante cuna se quedó sin utilizar hasta que tuvo 15 meses, pues hasta entonces sus padres no consiguieron que durmiera solo.

Cuando son algo más mayores, los niños adoptados suelen seguir los mismos procesos de vinculación y separación que otros niños, pero posiblemente en otro orden. Eso te permitirá compensar lo que se perdió o dañó en sus relaciones anteriores.

Los primeros dos años son cruciales en el desarrollo de la personalidad, e influyen de forma dramática en el futuro de un niño. A medida que vayas formándote como padre, tu hijo también encontrará su sitio dentro de tu familia. Las próximas secciones contienen más información sobre las técnicas para facilitar este proceso.

Si pensabas que los procesos del desarrollo de tu hijo durante sus primeros dos años de vida fueron vertiginosos, verás que estos años de preescolar están llenos de actividad y preguntas sin fin. Una vez que aprenden a hablar, los niños sólo necesitan un compañero con el que compartir un mundo que se abre a sus preguntas y comentarios. Este es el momento en que los padres comienzan a sentirse obligados a explicar la adopción a sus hijos. A esta edad, los niños vuelcan muchísima atención en las conversaciones de los adultos, y comprenden mucho más de lo que éstos imaginan. Los padres se encontrarán de lo más ocupados respondiendo a preguntas tales como el porqué del azul del cielo; la caída de las hojas; los colores de la piel; el vuelo de los pájaros o la razón por la que ahora no va a tener un hermanito. Cuanto más cómodos se sientan los padres respondiendo a todas sus preguntas, más dispuestos a aprender se encontrarán los niños. La falta de interés por aprender se debe a menudo a demasiados “no lo sé” a sus preguntas o la clara indiferencia de sus padres.

A veces los padres se avergüenzan de no conocer las respuestas, o temen dar la contestación equivocada, por lo que ignoran la pregunta o cambian de tema. Al hacerlo, pierden la oportunidad de hablar con sus hijos de sentimientos importantes. Por ejemplo, recordamos el caso de una niña que, visitando un museo con su padre, le preguntó por qué lloraba la mujer de uno de los cuadros. Él se sintió incómodo y siguió adelante.

¿De dónde vengo? ¿Cómo he llegado hasta aquí?

Los niños de 3 a 6 años no siempre entienden el significado de “haber nacido”, pero seguramente tengan alguna idea sobre cómo nacen los animales, o incluso sobre la forma en que lo hacen los bebés. Suelen hacer un sinnúmero de preguntas sobre este tema, tan fascinante para ellos, y aunque a veces a los padres les resulta embarazoso, la suya es tan sólo la curiosidad normal y unas sanas ansias de saber. Esta es la oportunidad idónea para explicarles de dónde vienen los niños, cómo nacen, y cómo se forman las familias. Esta información será muy valiosa para ayudarle a entender la adopción. Quizás esto despierte recuerdos dolorosos sobre tu propia infertilidad si esta fue la razón que te llevó a adoptar, pero hablar sobre la gestación y alumbramiento y la creación de una familia con tu hijo puede ser enriquecedor y liberador para toda la familia.

En este momento, los padres adoptivos deben determinar qué contarán a sus hijos sobre su adopción, y cuándo lo han de hacer. Muchos expertos recomiendan introducir la palabra “adopción” cuanto antes para que se entre de forma natural en su vocabulario, y explicárselo entre los 2 a 4 años. Sin embargo, otros expertos consideran que si el bebé fue adoptado antes de los 2 años y es de la misma raza que sus padres, no se gana mucho explicándoselo antes de los 4 ó 5 años. Antes de eso, pueden escuchar la palabra, pero no entenderán el concepto.

El Dr. Steven Nickman, autor del artículo “Pérdidas en la adopción: la necesidad del diálogo”, sugiere que el momento ideal de explicarles a los niños su adopción es de los 6 a 8 años. Cuando tienen 6 años, los niños se sienten lo bastante seguros en su familia como para no sentirse amenazados por ser adoptados. El Dr. Nickman cree que los niños en edad preescolar todavía sienten el temor de el amor de sus padres, y que por tanto, explicar su adopción a esa edad puede no ser adecuado. Además, caben dudas sobre si un niño de menos de 6 años entiende el significado de la adopción y es capaz de procesar cognitivamente la pérdida que implica saber que nació en el seno de otra familia.

Aunque a los padres les parezca obvio, los niños pequeños a menudo creen que o bien han sido adoptados, o que bien han nacido. Por eso, al hablarles de la adopción es importante hacerles entender que primero nacieron, y que ellos, al igual que todos los demás niños, adoptados o no, fueron concebidos y nacieron de la misma forma. Primero es el nacimiento, y después, la adopción.

No se recomienda esperar a la adolescencia para revelarles su adopción. “Decírselo a esa edad puede ser devastador para su autoestima y para su confianza en los padres”, explica el Dr. Nickmann.

Sin embargo, esta hubiera sido una ocasión excelente para comentar las razones por las que la gente a veces está triste, y de preguntarle a su hija porqué pensaba que la mujer del cuadro estaba llorosa.

Los niños entre 2 y 5 años tienen muchos miedos, especialmente a ser abandonados, perderse o dejar de ser amados por sus padres. A menudo, desarrollan un razonamiento “mágico”, y no distinguen la realidad de la fantasía, sintiendo miedos muy reales a cosas imaginarias, como los gigantes, los monstruos, las brujas o los animales salvajes.

A esta edad, los niños se van acostumbrando a separarse de sus seres queridos, a menudo porque van a la guardería o al parvulario. Hacen nuevos amigos, y conocen a gente más allá de su familia, ampliando sus intereses. A la vez, se dan cuenta de que sus padres no lo saben ni lo pueden todo, y que no pueden controlar todo lo que pasa a su alrededor, un sentimiento terrible que amenaza su seguridad.

Verás que niños y niñas imitan la forma en que sus padres les cuidan, paseando, alimentando, cambiando y acostando a sus muñecos y peluches. Los besan, y a veces los tiran o golpean. Desarrollan con ellos los comportamientos de vinculación y separación. Si entra un bebé en la familia, muchos niños de 2, 3 y 4 años insisten en que es “su” bebé, que lo parieron o adoptaron ellos. A veces, las niñas pueden decir que ellas son la mamá, y papá, el padre. Los niños cuentan a menudo que se casarán con mamá cuando papá se muera. Si les escuchas, te darás cuenta que los pe-

Niños adoptados cuando son mayores o de otra raza

Los niños adoptados cuando son mayores de dos años o que son de una raza diferente a la de sus padres adoptivos necesitan escuchar antes que son adoptados. Cuando se trata de niños mayores, que tienen memorias de su pasado, la incapacidad de reconocer esos recuerdos y de darles la posibilidad de hablar de ellos puede reforzar los problemas de vinculación. En este caso, los padres “deberían intentar salvaguardar la continuidad de las experiencias del niño recordándoles sus experiencias anteriores de vez en cuando, pero teniendo a la vez en cuenta que recordárselo en exceso puede despertar temores a perder su hogar actual”, sugiere el Dr. Nickman.

Si tu hijo es de otra raza o sus rasgos son muy diferentes a los de tu familia, has de estar atento a los signos de que él también es consciente de esta diferencia. Tu hijo puede haberse dado cuenta, o alguien se lo puede haber dicho. Además de explicarle que el proceso de nacer es el mismo para todo el mundo, debes explicarle que la gente de diferentes culturas tiene rasgos físicos distintos y su propia herencia cultural. A veces los niños que tienen un aspecto diferente a su familia necesitan tener la seguridad de que sus padres les quieren y se van a mantener a su lado. A los niños con trastornos del desarrollo se les pueden simplificar las explicaciones sobre el nacimiento, y ajustarlas a su capacidad de comprensión. Cuando los niños no expresan interés en el tema es porque no están todavía preparados para beneficiarse de una conversación al respecto.

En cualquier caso, durante años tendrás que volver regularmente al tema de la adopción antes de que tu hijo pueda llegar a entender del todo su significado. Mientras tanto, lo más importante es que le proporciones a tu hijo un ambiente que alimente el deseo de aprender y la comprensión de los conceptos familiares más importantes, como el amor y la agresión, el odio y los celos, sexo y matrimonio, enfermedad y muerte. Existen estudios que sugieren que los adolescentes adoptados están más adaptados si han crecido en familias en las que todo tipo de temas, incluida la adopción, se hablan abiertamente desde la infancia más temprana.

Los niños que aprenden desde pequeños que no pasa nada por preguntar y mostrar curiosidad mantendrán esa misma actitud en la escuela y se sentirán más dueños de sus vidas. Es la razón por la que tanto los comportamientos de separación como de vinculación deben ser alentados – y soportados pacientemente – por los padres. Ambos son necesarios para que el niño desarrolle su identidad y que sea capaz de establecer relaciones personales profundas.

La reacción a su adopción de los niños de preescolar depende de forma casi exclusiva de los sentimientos que tengan los padres sobre ella. A esta edad, a los niños les emociona tanto oír sobre su adopción como a los hijos biológicos el que les cuenten su nacimiento. Para hacerle entender a tu hijo que es parte importante de vuestras vidas, comparte con él la emoción de recibir la llamada de su asignación; los nervios del viaje de recogida; y la alegría de toda la familia ante su llegada. A medida que pase el tiempo y se vayan creando lazos y aumente la confianza, tus hijos serán capaces de asimilar la historia de su adopción y su singularidad.

queños están intentando comprender las relaciones de la familia y encontrar una manera de expresar sus sentimientos de amor, odio y celos.

Los niños no entienden por qué mamá y papá duermen juntos mientras que a ellos les toca hacerlo con un peluche. Es el llamado complejo de Electra en las niñas, conocido como complejo de Edipo en los niños. Las niñas pueden sentirse celosas de la relación adulta entre su madre y su padre, experimentando una mezcla de sentimientos que incluyen querer casarse con papá, y a la vez, sentir que no dan la talla. Los niños quieren ser la pareja de mamá en todo y mostrar su incipiente masculinidad. No entienden por qué papá tiene que estar siempre presente, pero a la vez temen que esté enfadado con ellos por expresar esos sentimientos de rechazo. Es un comportamiento perfectamente normal en niños de esta edad.

Durante esta etapa también se observa un aspecto agresivo y competitivo. A veces, se muestran tozudos, retadores, y peleones, generalmente con el progenitor de su mismo sexo. Los niñas discuten con su madre sobre la ropa, qué juguetes llevarse o

quien manda sobre el bebé. Los niños insisten en hablar sobre lo que harán de mayores y hasta en la más pacífica de las familias, transformarán todo tipo de objetos en armas que usarán contra todo y todos, incluido su padre en momentos de frustración y enfado.

Estas conductas son parte del proceso de elaboración de los niños de sus sentimientos de inferioridad y pequeñez frente a sus padres, y su ansia de autonomía e independencia. Quieren ser mayores, pero seguir disfrutando de las ventajas de ser pequeños. Si no pueden ser la pareja de mamá o papá, quieren ser sus “bebés”.

Gradualmente, la intensidad de estos sentimientos disminuye. El amor de los niños por sus padres les permite superar el complejo de Edipo o el de Electra, cambiando el deseo de casarse con sus padres por el de ser como ellos cuando crezcan.

Casi todos los niños pasan por esta etapa, con diferentes manifestaciones, incluso aquellos criados en familias monoparentales. A veces, este comportamiento se expresa de forma directa. A veces es más sutil, reconocible sólo a través de sus sueños o de juegos.

Los niños que han sido maltratados no siempre muestran este tipo de comportamiento. Pueden mostrarse seductores o temerosos, indecisos sobre si pueden ser afectuosos, o desplegar síntomas propios del abuso sexual. Estos niños necesitan ayuda extra de sus padres y, posiblemente la de un terapeuta, antes de sentirse lo suficientemente seguros como para expresar sentimientos de amor o sexualidad en sus nuevas familias.

Durante estos años, es mejor responder a estos comportamientos con sentido del humor y explicarle con mucho tacto que, cuando crezca, encontrará a alguien como mamá o papá. Los niños adoptados se preguntarán, indefectiblemente, a qué mamá o papá te refieres. Algunos expertos creen que este no es el momento de hacer hincapié en la familia biológica, pues ya les cuesta bastante encontrar su lugar en su familia adoptiva (como hermano pequeño, mayor, etc.) y asumir su género sin encima tener que ocuparse del significado de “padres biológicos”. Es posible que los niños de esta edad ni siquiera entiendan este concepto.

Niños en edad de escuela primaria

Los estudios sobre adopción en los niños de esta edad son contradictorios. Mientras que algunos afirman que los niños adoptados no tienen más problemas psicológicos que los no adoptados, otros consideran que sí muestran más trastornos de comportamiento y personalidad, generalmente una mayor

dependencia, ansiedad, miedo y hostilidad.

En general, los niños adoptados suelen estar dentro de la media, tanto académica como emocional. Sin embargo, pueden mostrar más problemas si fueron adoptados con más de nueve meses o si pasaron por varios hogares diferentes. Dado

que esos niños tienen más posibilidad de tener problemas de vinculación, los padres deben considerar la necesidad de apoyarle con tratamiento terapéutico si aparecen signos de problemas.

Este periodo de la infancia suele describirse como un periodo feliz, durante el cual los ni-

ños apenas tienen responsabilidades ni problemas. Sin embargo, sabemos que esta etapa, entre los 6 y 11 años, tiene otro lado mucho más complejo. Esta faceta se desarrolla sobre todo a través de su mundo interior de los niños, que a menudo se desvela a través de sus sueños y fantasías. Es ahí donde expresan sus sentimientos, sus deseos de abrirse más allá de su círculo familiar, de ser valorado por los demás y sus miedos a ser tontos, feos, o inútiles.

Durante ese periodo se expanden sus horizontes: están listos para aprender no sólo de su familia, sino también del cole-

gio, de sus amigos, de la vida exterior en general. Los juegos de equipo y la competición les atraen y ponen nerviosos a la vez, y buscan incesantemente señales de que son queridos y aceptados. Y al mismo tiempo, les preocupa que les puedan pasar cosas malas como “castigo” a sus malos pensamientos.

No es de extrañar que en este estado, incluso sin la presión adicional que puede suponer un divorcio u otras crisis familiares, sufran a menudo de problemas emocionales y de comportamiento. Algunos de los problemas más comunes son la hiperactividad; mal rendimiento

académico; baja autoestima; agresividad; testarudez; relaciones problemáticas con hermanos, amigos o padres; falta de confianza; miedo; tristeza; depresión o soledad. Los padres adoptivos se preguntan en qué medida ese tipo de problemas están causados o influenciados por la adopción. Algunos expertos aseguran que debemos ser conscientes de que la mayor fuente de problemas son los cambios que conllevan ese paso de la niñez a la adolescencia, no el hecho de que el niño sea o no adoptado.

¿Por que fui abandonado? Pérdida y duelo en la adopción

La pérdida es un sentimiento que marca a los niños adoptados, que aflora de diferentes formas a lo largo de su vida. Saber que sus padres biológicos los dieron en adopción, y no tener demasiada información al respecto, puede afectar su autoestima. A veces sienten que su status en la sociedad es ambiguo.

El impacto emocional total de la pérdida afecta generalmente a los niños entre 7 y 12 años, cuando son capaces de comprender más cosas acerca del concepto de la adopción. La razón es que comienzan a expandir su universo más allá de su familia, y se encuentran más en sintonía con su mundo interior. Es un paso de gigante en su evolución, pero despierta dudas en los padres acerca de la cantidad y calidad de la información que deben proporcionarle acerca de su adopción, inciertos sobre si su hijo quiere o teme tenerla. Es aún mucho más difícil si se trata

de niños que no preguntan sobre sus padres biológicos.

Aunque pueda sonar algo extraño, resulta útil recurrir a esas mismas preguntas sobre el sentido de la vida y de la muerte que ellos nos hacían cuando eran más pequeños. Puedes comenzar hablando como lo harías con otro adulto. Por ej., diciendo “quiero que sepas que si te apetece hablar sobre tu adopción, estaré encantada de hacerlo”, o “no me has preguntado nada al respecto últimamente, pero ahora que eres más mayor, quizás quieras hablar de ello de una forma más adulta”. Este tipo de introducción les hace saber que estás interesado en hablar del tema y que eres consciente de que es mayor, más maduro. En cualquier caso, tu disposición a hablar de ello y a reconocer la diferencia entre ser hijo adoptado o biológico puede ayudarles a superar el duelo de esta pérdida.

Puedes contribuir a que tus hijos superen este duelo si no te muestras a la defensiva en torno a su adopción, al igual que mostrarte sensible al hecho de lo poco o mucho que quieran hablar sobre ello. Sin embargo, no pongas un énfasis excesivo en la adopción, porque podrías hacerles sentir incómodamente conscientes al respecto. Pero si no se habla en absoluto, puedes hacerles sentir, aunque sea de forma inconsciente, que no son personas valiosas.

Una vez que entienden los hechos biológicos de la vida, y comienzan a comprender los roles sociales y culturales de la vida familiar en su comunidad, los niños empiezan a imaginar cosas sobre sus padres biológicos. Por ejemplo, un niño de 7 años puede preguntar si la vecina de 15 años se parece a su madre biológica, o un niño de 8, preguntar si su padre biológico podría haber sido un amigo de la familia.

O que una niña de 9 años afirme que cuando va al centro comercial busca a una mujer con una nariz como la suya.

A los niños en edad de preescolar les gusta oír cómo fue su adopción y cómo llegaron a sus casas; los de más edad cavilan sobre otro aspecto: su madre biológica los dio en adopción, y se preguntan la razón. Al igual que los más pequeños intentan encontrarle sentido a la reproducción desarrollando sus propias teorías y mezclándolas con lo que sus padres le cuentan, en esta etapa intentan conciliar sus pensamientos con los datos disponibles. Lo que aprenden les despierta una mezcla de emociones que van de la incredulidad a la tristeza, pasando por la decepción, la ira y la culpa. Los niños no siempre son capaces de expresar estos sentimientos, pero eso no significa que no tengan que reconocerlos y procesarlos antes de que puedan llegar a comprenderlos de verdad.

Algunos expertos piensan que los niños han de pasar el duelo de sus padres biológicos al igual que las parejas infértiles han de llorar la pérdida de un hijo biológico. Muchos niños piensan que fueron abandonados porque eran malos, y otros creen que sus padres adoptivos se enfadarían o sentirían heridos si ellos quisieran saber más cosas sobre los padres biológicos. Cuando son más pequeños, expresan sus sentimientos de forma más directa y abierta, pero al crecer desarrollan un mayor sentido de la privacidad, y no están seguros sobre la capacidad de sus padres para tolerar sus preguntas o sentimientos. Por eso pueden mostrarse más reservados.

Existe una situación muy corriente a esta edad, que es pensar que fueron adoptados o raptados de otros padres, mejores que los que tienen, una fantasía frecuente entre todos los niños. Los imaginan ricos o aris-

tócratas, padres ideales que ni les obligan a recoger los juguetes ni a lavarse los dientes. Cuando no les gusta algo de la vida real, la fantasía les permite soñar con esa familia “mejor”. Estas fantasías son una vía de escape para los niños cuando están enfadados con sus padres, y cuando no saben cómo expresar ese malestar. Generalmente, a medida que el niño se da cuenta que se puede sentir amor y odio hacia los demás sin que eso arruine la relación por siempre jamás, dejará de pensar en la otra familia.

El mundo de fantasía de los niños adoptados es más complicado a causa de la existencia de unos padres biológicos, y toda la información que tengan al respecto influye en él. A veces, los hechos hacen que le sea más difícil idealizarlos o les hace sentirse presionados para ser totalmente iguales o, por el contrario, radicalmente diferentes, a unos u otros padres.

Identificación psicológica

Si el niño ha estado en varios hogares antes que el tuyo, habrá un breve periodo de luna de miel, cuando intentará ser perfecto para asegurarse tu amor. Pero pronto aparecerán los sentimientos de pérdida, dolor y rabia. De forma consciente o inconsciente, intentará romper las reglas, robar, mentir, o agredir. El mensaje de “me voy a ir de todas formas, así que más me vale no unirme demasiado a ellos” o “las familias no duran, y eso me pone furioso”.

Necesitarás ayudarlo para que vaya sintiéndose seguro, para que sepa que no volverá a ser abandonado. Parte de tu trabajo

será ayudarlo a que desarrolle su propia personalidad.

¿En qué consiste el proceso de identificación, tan vital para desarrollar su autoconfianza? Se inicia con la vinculación, cuando los bebés van estableciendo las conexiones emocionales que conformarán su personalidad. Durante los primeros años de colegio, la identidad de los niños viene de una combinación de su herencia genética, sus experiencias con su familia y lo que les pasa a medida que van intentando encontrar su lugar en el mundo. Quieren ser como sus amigos y como su familia. Hacer un árbol genealógico, una

tarea muy común en el colegio, es una gran oportunidad y un reto para las familias adoptivas. Esta tarea sacará a la luz tanto tu conocimiento como tu ignorancia sobre el pasado de tu hijo, y permitirá una discusión legítima sobre los hechos y secretos de la familia.

Si los padres han hablado abiertamente de la adopción (pero sin insistir en discutirlo cuando el niño no estaba preparado), descubrirán ahora qué y qué no pueden incluir en su árbol genealógico. Una niña de 10 años, tras cambiarse de colegio, le dijo a sus padres que no les iba a decir a sus compañeros

que era adoptada. ¿Es lo suficientemente mayor como para manejar esa información? A esa edad, su autoestima florecerá si siente que sus padres confían en ella.

Es normal que durante estos años aprendan cosas sobre la herencia, los genes, el parentesco y los “lazos de la sangre”. Se van dando cuenta de las diferencias entre relaciones biológicas y adoptivas, y sus sentimientos pueden ser diversos, abarcando desde el alivio o la satisfacción del conocimiento a un mayor interés por sus padres biológicos, la negación de cualquier interés o el dolor y la pena.

Es algo común a todos los adoptados, que tendrán que enfrentarse al hecho de que sus padres les dieron en abandono de forma regular a lo largo de su vi-

da. Ayudarás a tu hijo haciéndole saber que no es el único que se siente así, y que puede compartir sus preocupaciones contigo. Cuanto más sinceras sean las conversaciones familiares desde el inicio de la comunicación verbal, más probable será que esa comunicación siga fluyendo libremente, por muy complejo que sea el tema.

Recuerda que aprender sobre su adopción es como aprender sobre la vida: una aventura constante que querrás compartir con tu hijo. Pero entiende también que parte del camino ha de recorrerlo solo. A esta edad, los niños ya pueden decidir al ritmo al que quieren elaborar esta información, aunque como padres, podéis guiarles, ayudarles y poner límites. Por ejemplo, a una niña de 9 años

que quiera ir buscar a su madre biológica justo después de una discusión acerca de la hora de irse a la cama se le puede decir que aún ha de madurar un poco antes de dar ese paso.

Durante esta etapa, los niños se enfrentan seriamente al lado más triste del abandono y la adopción, por lo conviene que tenga la oportunidad de conocer y hablar con otros niños, adolescentes y adultos adoptados, ya que les ayuda a vislumbrar mejor su futuro.

Cuanto más sensible seas a los sentimientos de tu hijo, y cuanto más experiencia tengas en hablar sobre todo tipo de temas, más consuelo y apoyo le podrás dar, para salir triunfante de este periodo de autoconocimiento y dolor.

La adolescencia

Justo cuando tus hijos están comenzando a descubrir los prodigios de la biología, sus cuerpos comienzan a cambiar. La adolescencia se considera una etapa dura tanto para los niños como para los padres. Los cambios físicos que señalan su paso de la niñez a la madurez sexual no siguen el mismo ritmo que su desarrollo emocional y mental. El comportamiento adolescente es de transición e inconstante: sus sentimientos son tentativos y mutantes.

Su tarea primordial es establecer su propia identidad, un proceso arduo, lento, e intenso. En su naturaleza está cuestionarse todo y a todos, y en la de los padres, preocuparse por sus hijos. Por eso, una buena comunicación, por difícil que sea a veces, facilita el proceso.

La adolescencia es un periodo de búsqueda incesante. Dos aspectos vitales de su formación como individuos serán su elección de trabajo y de pareja. Los adolescentes buscan e imitan a sus modelos de comportamiento. Observan con ojos críticos a su familia, amigos, profesores y todos los héroes y antihéroes de la sociedad, sean estrellas del rock, actores o deportistas, sin olvidar a sus abuelos y los hermanos mayores de sus amigos. Idealizan y critican por igual a personas, ideas y conceptos religiosos. A menudo forman grupos muy cerrados con sus amigos y se muestran intolerantes a todos los excluidos del mismo. Oscilan entre la crítica feroz hacia los demás –y hacia sí mismos. A veces rebosan autoconfianza para, poco después, hun-

dirse en las simas más profundas de la desesperación acerca de sus habilidades y su éxito futuro.

Si la adolescencia supone una crisis de identidad en todos los jóvenes, es lógico que los adoptados se enfrenten a complicaciones adicionales, lo que algunos expertos han llamado “confusión genealógica”. El hecho de que los adoptados tengan varios padres despierta preguntas más complicadas ahora que su desarrollo intelectual ha madurado. La búsqueda de figuras con las que identificarse hace que a menudo el adolescente adoptado idealice a sus padres biológicos, se sienta más interesado en su propia historia o quiera conocerles.

Todos los adolescentes adoptados luchan para integrar sus fantasías y metas de futuro

con su verdadero potencial y su realidad, y los adoptados de otra raza o cultura (así como adolescentes con trastornos físicos o emocionales) se enfrentan a retos adicionales. Pueden sufrir la llamada “difusión de identidad”, es decir, sentimientos de inutilidad, fragmentación y alienación. Pueden mostrarse especialmente críticos con sus padres, y echarles un sinfín de cosas en cara. A menudo, o se vuelven más retraídos o, por el contrario, sienten la necesidad de salir a recorrer el mundo para encontrar su identidad.

Los adolescentes expresan a menudo estos sentimientos rebelándose contra las reglas de

sus padres. Saber que tienen un origen diferente contribuye a su necesidad de definirse como seres autónomos. Según el Dr. Nickmann, “no se puede esperar que un niño adoptado sea conformista. Si lo es, será porque está inhibiendo parte importante de sí mismo para sentirse seguro o porque se siente culpable o responsable ante sus padres adoptivos”.

A tu hijo le ayudará saber que le entiendes y que le apoyas en su deseo de controlar su propia vida, aunque eso suponga que quiere volar solo durante una temporada. También es lógico pensar que, si aún es muy joven, se le puede pedir que es-

pere hasta que pueda controlar su vida de forma autónoma.

A cualquier padre le hace falta un temple extraordinario y muchísima paciencia para aguantar los intensos silencios y los tempestuosos enfrentamientos con un adolescente confundido.

Los padres se sentirán a menudo tentados de escapar cuando sus hijos tengan rabietas más propias de un niño pequeño, pero será mejor mantener la calma y defender los valores que les has enseñado, e intentar mantener abiertos los canales de comunicación.

Rabia, sexo y agresividad, ¡de nuevo!

Los adolescentes adoptados tienen los mismos problemas para sentirse a gusto en su propia piel que los no adoptados. Los trastornos más frecuentes a esta edad son la violencia, sexualidad incontrolada, embarazo, delincuencia, drogas, alcohol, así como aislamiento social y depresión. Aunque las estadísticas hablan de un porcentaje mayor de adoptados con problemas que de no adoptados, esto se debe a que en este último grupo se incluyen muchos casos de niños que han pasado por varios hogares cuyos problemas tienen muchos orígenes, siendo el menor de ellos el haber sido adoptados.

La sexualidad es un tema conflictivo para cualquier adolescente, y para las niñas adoptadas aún más, pues a menudo tienen una visión conflictiva sobre la maternidad y la sexualidad. Por un lado, está quizás la infertilidad de su madre adoptiva, y por otro, la fertilidad de una madre que la abandonó.

No importa lo abierta que haya sido la comunicación con los hijos: a los adolescentes a veces les resulta sencillamente imposible hablar de sexo con sus padres. Y a las chicas adoptadas les puede ser muy difícil hallar alguien que les entienda de verdad, a no ser que tenga relación con otras jóvenes adoptadas. No dudes en estimular el contacto con gente en su

misma situación y en encontrar ayuda más allá del círculo familiar, porque una de las tareas principales del adolescente es aprender a separarse y a vivir de forma independiente.

A medida que el adolescente va ganando autonomía, los padres han de aprender la difícil lección de quererle y dejarle ir. Necesita confirmar su independencia marcando sus diferencias respecto a ti, y marcando las distancias. El adolescente necesita ganar su propia independencia, no que se la concedan.

Esto conlleva a menudo un periodo de desencuentro, de poca comunicación o, directamente, de peleas constantes. Si hablas con otros padres de hijos adolescentes, podrás comprobar qué situaciones son comunes a hijos biológicos y adoptados y cuáles son propias de su condición de adoptados, lo que te permitirá abordarlas mejor.

No importa lo mucho que desearais ser padres: a menudo te preguntarás, con mayor o menor humor, por qué te metiste en tamaño lío. Pero debes confiar en que ese vínculo que se formó en vuestros primeros años, la confianza que se ha creado entre vosotros y la comunicación que se ha establecido formen un círculo perfecto y den paso a una relación rica y completa entre vosotros.

¿Cómo saber cuándo necesitas ayuda?

Generalmente, los padres son los primeros en darse cuenta si algo va mal. Si conoces cuál es el comportamiento normal de los niños a lo largo de cada etapa, puedes preguntarte si algo va mal con tu hijo, o incluso te lo pueden comentar algún profesor, familiar o amigo. Quizás tu hijo se muestre extrañamente triste o ansioso, incapaz de concentrarse, agresivo o con un temperamento muy volátil. A veces, lo más relevante es el aumento del grado de un determinado comportamiento.

A veces estos cambios vienen dados por eventos que les trastornan, como una mudanza o la pérdida de trabajo por parte del padre o de la madre. Los niños son muy sensibles a cualquier problema que pueda amenazar su seguridad. Cuando son

pequeños, suelen manifestarse con problemas en el colegio, mientras que los adolescentes tienden a hacerlo con sus padres u otros adultos.

Esto son problemas comunes a todas las familias, pero en el caso de las adoptivas, los padres a menudo se preguntan si no estarán causados por la adopción. Si el niño tiene más de 6 años, suele ser imposible diferenciar si el problema es la adopción o cualquier otro aspecto psicológico, social o educacional. El tratamiento tienen que evaluar tanto al niño como la familia, y considerar su desarrollo y la relación del niño con sus padres.

Antes de buscar apoyo profesional, utiliza vuestras habilidades como padres para descubrir si puedes ayudar a tu hijo

escuchándole, hablando con él o haciendo cambios en su entorno. Si sientes que tu hijo no logra conectar contigo o que vuestra relación es parte del problema, conviene que busques ayuda exterior.

Dado que es muy difícil separar las cuestiones de la adopción de las propias del desarrollo normal, especialmente una vez que el niño comienza el colegio, es mejor que las familias busquen terapeutas que tengan experiencia con el mundo de la adopción. A veces, la terapia incluirá a toda la familia, y otras, tan sólo al niño. No dudes en preguntar a las autoridades de tu comunidad autónoma, amigos con hijos adoptados, fotos de Internet o tu médico para encontrar a profesionales que te puedan servir de ayuda.

La aventura de convertirse en familia

Léelo gratis en www.postadopcion.org

www.postadopcion.org