

HISTORIAS PERSONALES, NARRATIVAS y VINCULACIÓN EN ADOLESCENTES ADOPTADOS

(Ana Berástegui¹ y Ana Rosser²)

Cómo citar: Berástegui, A. y Rosser, A. (2017). Historias personales, narrativas y vinculación en adolescentes adoptados. En: F. Loizaga. Adopción en la adolescencia y juventud, pp 235-254. Bilbao: Mensajero.

*Alguien le puso salvavidas a mis penas
Porqué intento ahogaras con alcohol y nunca me funciona
debo solucionar tanto dilema,
y en vez de mantener un objetivo me lo tomo todo a broma
soñé con bañarme en el jacuzzi de la fe,
que acabé tan seco que casi muero de sed
hoy busco placer, pero no encuentro hueco
entre el muñeco y la muñeca que custodia este papel
quiero saber que puedo más que poder saber lo que hacer
y no ceder a la merced de tanto miedo.
Paraíso mental. El Piezas.*

En el momento actual un importante número de adoptados, la mayoría de ellos internacionales, están atravesando la adolescencia. Como ya se ha abordado en este libro, algunas de las tareas centrales de la adolescencia tienen que ver con el logro de cierta autonomía emocional con respecto a la familia y con la formación de una identidad integrada (Rosser, 2011).

En el caso de estos adolescentes y preadolescentes adoptados, ambas tareas van a tener que ver con los vínculos y las narraciones y ambas van a tener que incluir o que dar cuenta, en cierta medida, de la propia adopción. En palabras de Harold Grotevant, “*para las personas adoptadas, el desarrollo de la identidad (...) supone construir una narración que de algún modo incluya, explique, dé cuenta o justifique su estatus adoptivo*” (Grotevant, 1997) y,

¹ Ana Berástegui Pedro-Viejo (a.berastegui@comillas.edu) es doctora en Psicología por la Universidad Pontificia Comillas e Investigadora del Instituto Universitario de la familia donde participa del Master en Adopción y Acogimiento Familiar: perspectivas multidisciplinares. Ha colaborado en la formación de profesionales de la adopción y en la actualidad dirige dos proyectos de investigación sobre esta cuestión.

² Ana Rosser Limiñana (ana.rosser@ua.es) es doctora en Psicología por la Universidad de Alicante y profesora del área de Psicología Social de esta Universidad, donde además, dirige el curso de Postgrado de Especialista-Experto en infancia y juventud en riesgo social y coordina el Grupo de investigación en Intervención psicosocial con familias y menores (IPSIFAM). Hasta 2008 compaginó sus tareas docentes e investigadoras con su trabajo como psicóloga en la Consellería de Bienestar Social, donde ocupó la Jefatura de Sección de Familia y Adopciones de la Dirección Territorial de Alicante.

por otra parte, las narrativas sobre uno mismo no van a depender sólo de los datos de la historia de adopción sino de los guiones relacionales previos, de los vínculos que se hayan podido establecer, y el sentido de los mismos. En este sentido, la relación entre las experiencias de apego en la primera infancia y los modelos vinculares de la adolescencia es “fundamental pero no lineal”, es decir, las relaciones significativas en la adolescencia parten de las experiencias tempranas de apego pero no se limitan a ellas (Horno, 2014).

1. NARRACIÓN Y ADOPCIÓN. HACIA UNA TEORIA DE LA COMUNICACIÓN EN ADOPCIÓN.

Probablemente, uno de los aspectos más universales, más complejos y más enigmáticos del mundo de la adopción sea entender el significado que tiene para el bebé, para el niño o para el adolescente el hecho de ser adoptado. Como veremos a continuación, en cierto modo, en función de *cómo el niño se cuente la historia de su adopción*, encontrará el modo de responderse a sí mismo de dónde viene y a dónde va, en definitiva, de saber quién es. Es importante aclarar que trabajar la propia historia de vida no implica que la persona que ha sido adoptada pueda descubrir quién es de verdad, como si su “ser de verdad” estuviera escrito de antemano en los datos de su historia. Tampoco consiste, bajo nuestro punto de vista, en llegar a reconocer que en realidad es “un adoptado” o “un abandonado”, entendiendo que en el hecho de la adopción o del abandono contiene el sentido de toda su historia personal (San Román, 2013). Las teorías narrativas proponen que la identidad no es algo que se revela y se busca o se encuentra sino algo que se construye, en el proceso que se conoce como “*life making*” (Brunner, 2004). Así, podemos definir la identidad personal como un autorrelato o narración sobre uno mismo que organiza el mundo cognitivo, emocional y las acciones del sujeto (Botella, Corbella, Gómez, Herrero, y Pacheco, 2005).

La integración de esta información en la estructura de la identidad, responde a un triple proceso: el conocimiento de la información disponible, la búsqueda de la información que le resulta necesaria y el reconocimiento de la adopción como parte integrante de su historia y su construcción personal. No podemos obviar la enorme complejidad y los distintos componentes que entran en juego a la hora de construir la narrativa vital. Podríamos decir que la historia de la adopción se configura en la transformación y la reelaboración de diversas historias que va recibiendo y actuando el niño a lo largo de su vida: la historia que le han contado, la que representa en la vida familiar, la historia canónica con la que se compara en el día a día y con la que le confronta el entorno social, la historia que fantasea: la que desea y la que teme, la historia que falta y que genera procesos de búsqueda y finalmente la historia que construye (Berástegui, 2012).

Cuadro 1: Piezas que componen la historia de la adopción	
Pieza	Proceso
La historia que le han contado	Comunicación sobre los orígenes
La historia que representa	Motivación y adaptación: configuración sistémica
La historia con la que se compara	Cultura de la adopción y construcción social
La historia que le falta y que busca	Búsqueda de los orígenes
La historia fantaseada	Historia deseada e historia temida
La historia que construye	Trabajo sobre la historia de vida: exploración y construcción

A partir de todas estas historias el adolescente y joven adulto, va reelaborando su propia historia, con sus significados, y que es también la historia en la que se proyecta y sobre la que construye su futuro (Berástegui, 2012).

Así, inicialmente la identidad es una construcción de los padres, luego una co-construcción entre padres e hijos, en las que el contenido y el tono emocional están marcados por la relación y el tipo de vínculo que se establezca entre ellos y progresivamente el adoptado se convierte en el artífice principal de la narración (Freak, Ronblum, Hus y Root, 2008). Por ello, uno de los aspectos claves en la construcción de la identidad para los adoptados tiene que ver con la comunicación adecuada con la familia adoptiva sobre los aspectos de su historia previa, es decir, con la historia que le cuentan. Esta comunicación se define en el *Teoría de la Comunicación Familiar sobre Adopción* (Wrobel, Kohler, Grotevant, McRoy, 2003) por el grado en que la familia comparte la información sobre la adopción (Berástegui y Jodar, 2013) y por el grado en el que crea un ambiente abierto, cálido y de aceptación que apoya la expresión de las emociones relacionadas con la adopción (Aramburu et al, 2015). Este componente de la propia historia ya ha sido trabajado en otros capítulos.

Sin embargo, al llegar a la adolescencia, la construcción de la identidad empieza a dejar de depender tanto de la comunicación sobre los orígenes y del innegable papel que juegan los padres adoptivos. En este momento, podríamos asumir que para lograr una identidad madura, es necesario poner en crisis la historia recibida y explorar los significados de la adopción para el propio adolescente, es decir, emprender un proceso de *búsqueda interna* (Irhammar y Cederblad, 2000; Palacios, 2007).

Este capítulo busca profundizar en esa búsqueda interna, en esa construcción de la propia narración en la vida de los adolescentes adoptados, y ponerla en relación con el proceso de reestructuración de los vínculos y las relaciones familiares en los adolescentes adoptados.

La exposición teórica irá acompañada de la historia de Adrián (Rosser y Mayordomo, 2011) que ilustra este proceso.

2. DE DÓNDE PARTIMOS: HISTORIAS DE ADOPCIÓN

Una adopción exitosa no es equivalente a la ausencia de problemas

Winnicott (1953)

Para entender las peculiaridades de la adolescencia en los menores adoptados es imprescindible contextualizar la realidad de estos niños y niñas, especialmente atendiendo a cuáles fueron sus experiencias previas, las razones por las que fueron separados de su familia de origen y los efectos que todo ello ha podido tener en su estructura de personalidad. Para empezar, cualquier historia de adopción es una historia de protección de un menor en riesgo por lo que, al menos, esa historia deben partir de un contexto de adversidad inicial que, de una forma u otra, va a estar presente en su vida (Gómez - Bengoechea et al, 2014).

Profundizando en sus historias se comprueba cómo estos niños y niñas han llegado a la adopción como consecuencia de las dificultades de la familia de origen para su adecuada atención y desarrollo. El *abandono, la violencia o la desatención*, fruto de diferentes problemáticas en el ámbito familiar, son un factor común a las historias previas de estos menores, tanto en la adopción nacional como en la internacional. Estas situaciones han propiciado la intervención de los servicios de protección y la separación del menor de su familia biológica, o la necesidad de los padres de ceder su cuidado, pasando a ser atendidos por otras personas y/o institucionalizados en centros de protección.

Cuando los menores han vivido un tiempo relevante de sus vidas en estos contextos, el riesgo y la adversidad puede haber impactado en su desarrollo afectando a sus relaciones, su personalidad, sus emociones y sus conductas. Su experiencia puede haberles llevado a desarrollar expectativas negativas sobre otros adultos y sobre sí mismo, afectando a su autoestima y su capacidad para vincularse a otras personas. En estos contextos se desarrollan con frecuencia estilos de apego inseguros y, sobre todo, los menores construyen *modelos operativos internos* inseguros, tanto sobre sí mismos, como en su relación con los demás que en ocasiones son complejos de revertir plenamente en la convivencia adoptiva (Román y Palacios, 2011). En este sentido no sólo están las historias sino los riesgos e impactos reales de la historia en los procesos de construcción socioemocional de los menores.

Sin embargo, es importante destacar que encontramos una gran variabilidad en los niños y niñas, tanto en las condiciones de partida, en el tiempo, el tipo y la intensidad de exposición al riesgo, en la vulnerabilidad de los menores al mismo y en su grado de recuperación y resiliencia (Berástegui, 2013). Podemos hacernos cargo de que no debería haber una historia previa sin riesgo, ya que la adopción es un *recurso de protección*, pero

tampoco hay una historia tipo, ni hay dos historias iguales, ni dos adoptados iguales (Gomez - Bengoechea et al, 2014).

Por supuesto, cada adopción se da, también, en una situación, en una familia con una historia dada y en un momento concreto lo cual también, como es evidente, y en ocasiones con mayor fuerza que la historia previa del niño, configura la historia de la adopción. Si los menores que llegan a la adopción han perdido sus referentes vinculares primarios (fueran estos funcionales o no), las familias adoptivas, también llegan a la adopción en muchos de los casos tras otras pérdidas como la infertilidad, la ausencia de pareja o el duelo por el hijo que no tuvieron o que perdieron. Además, la adopción se produce tras largos periodos de trámites y exploraciones psicosociales, encontrándose algunas de las familias con unas ideas muy idealizadas sobre la adopción y sus beneficios, y sin modelos de referencia en su entorno sobre cómo actuar como padres adoptivos. La llegada del hijo supone por tanto, el cruce de dos historias, la historia truncada del menor y la historia de unos adultos con expectativas, deseos y pérdidas, que comenzaran una historia en común como familia.

LA HISTORIA DE ADRIÁN

La madre biológica de Adrián era una mujer joven, indígena, con tres hijos biológicos más, de los cuales Adrián era el menor. La madre lo abandona a él únicamente, en una pensión. Adrián fue adoptado el 18 de noviembre de 1999, en Colombia a la edad de tres años.

Los padres de Adrián, tras un embarazo difícil y el nacimiento prematuro de su primera hija, pierden a un segundo hijo a las 29 semanas de gestación. Esta sucesión de acontecimientos les lleva a plantearse ser padres adoptivos, cerrando la vía biológica. El proceso de tramitación de la adopción duró alrededor de cuatro años.

La adopción se plantea para cubrir la necesidad de los niños de vincularse a un adulto estable, responsivo, fiable y responsable; es decir, de ser amados, de ser hijos. Esta necesidad es tan importante para el niño como la comida, el sueño, la higiene o la salud. La capacidad y la posibilidad de establecer un vínculo afectivo estable y seguro también son fundamentales, más allá de la supervivencia, para el desarrollo intelectual, la socialización, la construcción de una identidad sana y la integración en el mundo adulto.

Por ello, la primera tarea del niño adoptado, tarea que comparte con cualquier otro niño, será la de desarrollar un sentimiento de seguridad y confianza en el nuevo vínculo y con él, un sentimiento de pertenencia real a la familia; es decir adoptar a los adultos que le han adoptado y reconocer en ellos a sus padres. Ser adoptado es, en el sentido más fundamental,

lo mismo que ser hijo por cualquier otra vía. Es tener unos padres que te quieren, que te sirven de apoyo y que te educan y te acompañan en tu crecimiento.

De manera simultánea a la construcción del vínculo en el adoptado, los padres irán construyendo su identidad como padres y su sensación de adaptación y bienestar familiar, en la relación cotidiana con el niño en relación con sus expectativas previas, su sensación de control y autoeficacia parental y el grado en el que experimentan cierto grado de cumplimiento o de sentido (Berástegui, 2005). Así, en el periodo de adaptación inicial, se irán contando y co-construyendo una historia que no es ya la historia del niño ni la historia de la familia sino la historia común en la que se generarán patrones de interacción, de comportamiento familiar, expectativas mutuas, escribiendo así un nuevo guion relacional, en un determinado escenario familiar. Pero, en cualquier caso, esta historia tendrá que estar hecha de ruptura y encuentro, despedidas y bienvenidas, igualdad y diferencia, abandono y amparo... todas ellas realidades muy intensas y bastante complejas de combinar e integrar, tanto para el niño como para la familia.

CASO ADRIAN: DE LA ADAPTACIÓN A LA DEMANDA

Desde el primer día de convivencia, el menor se dirigió a la familia como papá y mamá, por lo que ellos entendían que para el niño había sido fácil la adaptación inicial. La descripción que realizan del menor, desde su infancia, es la de un niño muy inquieto, despreocupado. Constantemente lo comparan con la hija biológica, a quién describen como una niña tranquila, responsable, muy adaptada a la norma y brillante en los estudios.

El padre comenta que entre los tres y diez años Adrián frecuentemente preguntaba a sus padres "¿me quieres?". Este hecho lo vive el padre como una conducta positiva, que a ambos, padre y madre, les generaba satisfacción.

Señalan que han llevado a cabo un proceso de revelación normalizado, afirmando: "que su hijo sabe perfectamente que es adoptado", aunque nunca ha querido hablar sobre ello.

La interacción madre e hijo siempre ha sido tensa pero apuntan que diferentes profesionales consultados les han indicado que esta situación es algo normal en algunos menores adoptados y no consideran extraño que la situación, propia del inicio de la adaptación familiar se mantenga después de tantos años. Comentan que "este dar y no recibir lo esperado" por parte de la madre ha generado en esta una gran decepción y frustración. El padre considera que el vínculo afectivo con su hijo se encuentra menos deteriorado.

Señalan el comienzo de los problemas cuando Adrián tenía 10 años. A partir de ahí se encierra en sí mismo, comenzando el fracaso escolar y los problemas de conducta.

Llegan al servicio post-adoptivo cuando Adrián tiene 15 años, aunque relatan haber consultado anteriormente con otros servicios psicopedagógicos y terapéuticos.

El motivo de la consulta son las quejas de los padres frente al comportamiento del menor, a quién definen como un niño despreocupado, opositor frente a cualquier tipo de norma establecida en la dinámica familiar, actitud muy pasiva frente a las obligaciones, sobre todo, escolares, muy desorganizado.

Al plantear el equipo la intervención con Adrián y su sistema familiar, aparecieron una serie de elementos a destacar:

- *El convencimiento de ambos padres de que el comportamiento y actitud de su hijo es el origen de todos los problemas familiares.*
- *El hecho de haber acudido previamente a otros terapeutas, durante un intervalo de tiempo de cuatro años, ha producido, en primer lugar, en ambos padres tuvieron una actitud más pasiva, delegando en los profesionales la resolución del problema, y sintiéndose ellos mismos más "tranquilos" respecto a sus competencias parentales. Por otro lado, el menor, manifiesta en la primera sesión una actitud indicadora de indefensión, "otra psicóloga más". Esta actitud se rompió en menos tiempo de lo esperado, observándose en Adrián, una gran necesidad de ser ayudado a expresarse y de ser escuchado.*
- *Los padres, quizá tras la crianza de una hija biológica, - hoy en día adulta joven, que vivió una adolescencia marcada por la responsabilidad, una alta expresividad y ausencia de conflictos -, tienden a dramatizar cada conducta de su hijo, no siendo conscientes y empáticos acerca de las necesidades y características implícitas a la etapa vital de la adolescencia, y del adolescente adoptado.*

Tras la valoración familiar se trabajaron diferentes hipótesis de trabajo e intervención, tanto con los padres como con el menor.

3. LA EMERGENCIA DE LAS PREGUNTAS

Los adolescentes adoptados son ante todo adolescentes. Por lo tanto, no se libran de sufrir esa revolución física y cognitiva, que sufren todos sus congéneres y que les llena de perplejidad y desconcierto, que les hace vivir en una especie de montaña rusa con vertiginosas subidas y trepidantes bajadas. Podemos entender, así, la adolescencia de un menor adoptado como un período difícil en el que los conflictos naturales de esta edad se incrementan por la situación de adopción pero también es un momento rico y lleno de oportunidades en los que se reedita con intensidad la posibilidad de cambiar el curso de la propia historia.

En esta etapa, el adolescente tomará más conciencia de su condición de adoptado y es en este momento cuando, el adolescente que inicia un proceso de búsqueda interna se preguntará algunas cuestiones que le ayudarán a reconstruir esta historia: ¿soy yo como los demás? ¿soy alguien desechable? ¿a quién pertenezco? ¿soy el mismo que fui? ¿quién podría estar siendo? ¿Qué me cabe esperar?. El proceso de búsqueda de respuestas genera en algunos momentos sentimientos de rabia y de tristeza, inseguridad y miedo, desvalorización. Por lo general no es un proceso indoloro ya que cuestiona la imagen de uno mismo recibida durante la infancia y, en algunos momentos hace que se cuestione la veracidad o la estabilidad de la actual relación con la familia adoptiva, lo que supone una pérdida muy importante de seguridad.

Cuadro 2: El proceso de búsqueda como fuente de inseguridad afectiva

- Cuestiona la imagen de uno mismo
- Cuestiona que la estabilidad de la actual relación.
- Es un elemento de inquietud emocional frente a la que buscará seguridad
- Puede presentar conflictos de dobles lealtades
- Surge en situaciones de estrés, dolor, inseguridad o pérdida
- La narración que se consiga marcará la identidad y las relaciones

Por otra parte, la exploración de los sentimientos o de los datos sobre la “otra familia” coloca en ocasiones al adoptado frente a un conflicto de lealtades más o menos confirmado por el entorno adoptivo, que puede vivir con miedo esta búsqueda. Todas estas fuentes de inquietud e inseguridad harán que el adolescente, en muchas ocasiones, se muestre aislado y deprimido o, por el contrario, agresivo y alterado y ponga en marcha sus mecanismos habituales de búsqueda de seguridad afectiva, más o menos adaptativos. Es, especialmente, en situaciones de estrés, de cambio o de duelo, en las que el adoptado reaviva especialmente estos sentimientos.

3.1. ¿Soy yo como los demás?

Los niños adoptados son diferentes en muchos sentidos de los que hubieran sido o son hijos biológicos de estos y es probable que, de una manera u otra, la adopción sea visible hacia el exterior. Pero sobre todo, en este momento, la adopción es visible en el espejo. El adolescente tendrá que enfrentarse cotidianamente al espejo que le devuelve una imagen de sí mismo como alguien diferente, de los que le rodean en general, de aquellos a los que quiere y, en ocasiones, incluso de quien él siente que es. En consecuencia, los adolescentes pueden encontrar menos puntos de referencia para comprender quiénes son, o en quién mirarse para forjar su identidad.

Además, el adolescente tendrá que enfrentarse en muchas ocasiones a comentarios desafortunados, tratamientos especiales, discriminación de diversos tipos e incluso en ocasiones al racismo de algunos.

CASO ADRIAN: VALORACIÓN INICIAL DEL MENOR

- *Tendencia a la resignación y a un patrón vincular relacional de tipo evitativo, percibiéndose en el menor una excesiva autosuficiencia y pseudo - seguridad.*
- *Sentimientos de infravaloración paterna en relación a su hermana: "es difícil ser hermano de una hermana tan perfecta". La admira y necesita su reconocimiento.*
- *Sensibilidad y emociones, de rabia, tristeza, canalizadas a través de la poesía y, en especial, la música.*
- *Respecto a su pasado e historia previa, sentimientos ambivalentes: "no sé si quiero saber más, probablemente he preferido olvidarlo" y una marcada tendencia a la evitación del dolor. "Demasiado roto para encadenar recuerdos..." dice su canción favorita.*
- *Se observa en él una crisis de identidad propia de su etapa evolutiva más la propia de las vivencias de la adopción. Hasta ahora, la no resolución de la crisis le está llevando a la no reafirmación de su filiación y a proyectar sus emociones de dolor en forma de una actitud y conducta retadora, a veces violenta.*
- *Modelo operativo interno inseguro: ¿soy alguien digno de querer?*

La literatura ya clásica sobre adopción ha descrito dos posiciones o actitudes opuestas frente a esta realidad que pueden dificultar la adaptación del niño e interferir en su desarrollo, encontrando en el equilibrio entre ambas la actitud que más favorece el bienestar y el desarrollo (Brodzinsky 1987).

La primera actitud sería la de *rechazo de las diferencias*. Desde esta postura se niega la adopción y se actúa como si ésta, y las diferencias que implica, no existieran. Por debajo de

esta actitud está el miedo a la diferencia y la sensación de que ser diferente implica ser inferior a los demás o, en algún sentido, “defectuoso”, lo que impide el desarrollo de una imagen sana y realista de uno mismo. Es frecuente que los adolescentes pasen por momentos en los que esta actitud se manifieste con cierta intensidad: las energías están puestas en el desarrollo de un sentimiento de pertenencia y se rechaza todo aquello que les hace sentir o parecer diferentes. Sin embargo esto suele y debe ser una etapa pasajera que se combina con momentos de curiosidad por aquello que le hace diferente (Wroebel y Dillon, 2009).

La actitud opuesta sería la de *insistencia en las diferencias*: la insistencia en lo que le diferencia del resto, le hace poner en cuestión su pertenencia a la familia y al entorno social de adopción. La insistencia en la diferencia coloca al adolescente en un lugar fuera o lejos de la familia. Esta insistencia en las diferencias se puede vivir de un modo pasivo, no viviendo con naturalidad el hecho de que tus padres te quieran, sintiendo que uno vive de prestado: un exceso en las muestras de agradecimiento por vivir en una familia puede estar marcando la presencia de esta actitud. La insistencia en las diferencias también se puede vivir a través de la identificación exclusiva con adultos del mismo entorno de origen, del mismo país de origen o de la misma raza, en ocasiones encontrando un grupo social de referencia o pertenencia entre aquellos a los que, desde esta actitud, siente como iguales. También podemos entender que es normal que la exploración haga pasar al adolescente por esta actitud.

En difícil equilibrio entre una postura y otra estaría la *aceptación de las diferencias*, que nace de entender cognitiva pero también emocionalmente que tener algo diferente no es ser ni inferior ni superior a los demás. Que la diferencia es algo que forma parte de la propia vida y que tiene aspectos positivos y negativos pero que, en cualquier caso, no define ni resume toda la vida y que es mucho más lo que le asemeja al resto de la familia o incluso de sus pares no adoptados que lo que les separa.

3.2. ¿Soy alguien “desechable”?

Como hemos visto, la adopción es para los menores un nuevo contexto de crianza marcado por la separación y la pérdida de figuras de referencia pero también, por el establecimiento de nuevas figuras de vinculación. A veces las adopciones se desarrollan bajo el paradigma de “volver a empezar”, con la idea de que la adopción hace “*borrón y cuenta nueva*” en la vida del niño y que, en el momento de llegar a la familia desaparece, como ocurre legalmente, todo lo que el niño era antes de conocer a la familia... De alguna manera se entiende que al desaparecer las condiciones de riesgo desaparecen también sus consecuencias, y esto no es así. La adopción nace en una historia de separación.

Con la conciencia de esta realidad surge en muchos niños el deseo de conocer las circunstancias de su nacimiento, de esta separación y de su adopción. En este punto, en la

adolescencia, suelen cristalizar y hacerse expresables las fantasías sobre el origen forjadas en la infancia: la historia deseada y la historia temida. Con todas las variaciones espaciales y temporales posibles, estas historias suelen resumirse en “*Siempre te he querido*” o “*No me importó dejarte atrás*”. Explorar estas cuestiones suele ser duro y difícil de comunicar en la familia ya que puede despertar dos sentimientos muy complejos: la culpa por el abandono y el temor a ser abandonado de nuevo.

La estrategia del adolescente para obtener una respuesta a esta pregunta puede ser doble: por un lado, puede optar por “ganarse” el sitio en la familia. Como la permanencia en la familia podría estar en peligro, el adolescente se porta muy bien, se hace invisible, cumple las expectativas de los demás o se convierte en un ayudante imprescindible. Así, evita a los demás ponerse en situación de tener que volver a prescindir de él. Pero también puede optar por la estrategia opuesta, puede poner al límite los vínculos, extremar la negatividad de la conducta, hacerse “indeseable” para probar hasta qué punto son sólidos o incondicionales los vínculos que se le ofrecen.

Poco a poco, y si la relación con la familia es abierta, segura y positiva (como es en la mayoría de los casos) el adolescente asimila o confía en la respuesta negativa a esta pregunta: acepta que él no fue la causa de la separación original, que nada de lo que haga o de cómo sea hará que vuelva a ocurrir, que el afecto que se ofrece es incondicional y gratuito y comienza a recuperar la seguridad en los actuales vínculos familiares.

3.3. ¿A quién pertenezco?

Una costumbre muy popular en España, especialmente en las poblaciones pequeñas, es preguntar a los niños y jóvenes *¿y tú de quién eres?* para poder determinar su identidad. La identidad del adoptado se va a construir en función de un doble legado, el de la familia biológica y el del entorno adoptivo. Y es importante que el adolescente tenga la suficiente información y que pueda aprender a valorar en lo positivo ambos mundos para poder mirarse a sí mismo como una sola persona en la que ambas historias se entretrejen en una única historia coherente y con sentido.

Con respecto al doble legado, el adolescente se pregunta cuáles de sus características, de sus gustos, de sus habilidades, son “heredadas” de su familia original. De igual modo, es frecuente que exploren y rastreen en busca de “herencias malditas” de origen étnico o familiar, especialmente cuando tienen recuerdos negativos o han reconstruido una imagen desvalorizada del entorno de origen. *¿Caeré yo en las drogas? ¿Seré mala madre? ¿Seré tan tímida porque soy China?*. En este momento buscará sus orígenes con más o menos intensidad pero en ocasiones envuelto en un conflicto de lealtades: *¿Se sentirán heridos porque yo quiera saber más de la otra familia?, Si los encuentro ¿Seguiré siendo parte de esta familia?...*

3.4. *¿Soy el mismo que fui? ¿Estoy siendo de verdad?*

Para las personas que se han criado en sus familias biológicas es muy difícil comprender la especial complejidad que tiene para los adoptados desarrollar un sentimiento de identidad firme, adecuado y completo. Para muchos de ellos se trata de construir un puzle al que le faltan algunas piezas que no parecen relevantes para quien las tiene. *¿Dónde nací?, ¿qué día? ¿por qué me pusieron este nombre?, ¿a quién me parezco físicamente?, ¿de quién son mis ojos?, ¿y mi sonrisa?, ¿qué fue la primera cosa que hice nada más nacer?...* preguntas que parecen irrelevantes porque para la mayoría de nosotros son fáciles de contestar.

Por otro lado está la historia de la adopción: *¿por qué me buscaron? ¿qué sintieron al encontrarme? ¿por qué a mí? ¿cómo era yo la primera vez que me vieron?* Realidades que son también difíciles de comunicar para algunas familias porque son momentos envueltos de dolor o de emoción. El adolescente necesitará saber qué pasó, conocer y entender las circunstancias de su adopción, desarrollar una historia con cierta continuidad, en la que las rupturas de la historia tengan sentido.

3.5. *¿Quién podría estar siendo?*

Con la maduración cognitiva que trae la adolescencia y la emergencia del pensamiento hipotético - deductivo, el adolescente empieza a explorar otra serie de historias posibles para dar sentido a la suya propia. Por un lado la historia sin adopción *¿Qué hubiera sido de mí si hubiera criado en mi familia original? ¿quién sería ahora? ¿qué de mí permanecería y qué cambiaría?*. En ocasiones los adolescentes adoptados buscan contestar a las preguntas acerca de cómo hubiera sido mi vida en la familia de origen intentando entrar en contacto, no tanto con los progenitores sino con los hermanos biológicos que quedaron en el entorno original. Pero por otro lado los adolescentes también exploran otras posibilidades *¿Qué hubiera sido de mí si me hubiera adoptado otra familia? ¿si me hubieran adoptado en otro país? ¿si me hubiera quedado en la institución?*

3.6. *¿Qué me cabe esperar?*

Finalmente, a través de la exploración de todas estas cuestiones, el adolescente construye una imagen de sí mismo proyectado en el futuro. Esta imagen puede ser una imagen pasiva, que suponga una pérdida de locus de control y de dinamismo, a la espera de lo que la vida le depara, a la espera, generalmente, de una nueva pérdida. O puede ser una historia de resiliencia, que dibuje al adoptado como agente y protagonista de una vida que se proyecta más allá del pasado y es capaz de mirar hacia adelante.

4. LA CONSTRUCCIÓN DE LAS RESPUESTAS

A través del proceso de exploración interna de estas preguntas y sus posibles respuestas y significados, el adolescente se convierte progresivamente en el narrador pero también el producto de lo narrado, actuando como el protagonista de la historia de vida que se cuenta a sí mismo. En este sentido, la relación entre la vida propiamente dicha y la auto - narración es un camino bidireccional de manera que *“la narración imita tanto a la vida como la vida a la narración”* (Brunner, 2004)

El adolescente puede así dejar que la historia recibida (la canónica, la contada, la encontrada) le defina pasivamente o bien convertirse en el artífice principal de su proceso de construcción de identidad. En cierto modo, para responder a la pregunta sobre *quién soy yo* no solo basta con acudir a los datos y a la respuesta a *quién dicen los demás que soy yo*, sino sobre todo hay que responder a *quién digo yo que soy yo*. Sin embargo, a pesar de la centralidad del propio adolescente en la construcción de esta narración, es muy importante que encuentre un marco de seguridad en el cual sea capaz de expresar su dolor, procesar y elaborar los recuerdos traumáticos y dar un nuevo sentido a su vida, a la imagen de los demás y de sí mismo en el mundo (Grotevant y Copper, 2005).

La familia sigue teniendo un papel fundamental en esta transición pero, en su búsqueda de autonomía afectiva, los referentes familiares ya no tienen el mismo papel y empiezan a necesitar algunos referentes fuera de ella. El grupo les permite mirarse en los otros cuando la familia ya no sirve. Pero en ocasiones al adolescente adoptado le cuesta encontrar con quién compartir estas inquietudes de manera natural en el grupo de iguales con los que no comparte la condición adoptiva. Por eso es un momento en el que el apoyo profesional o los grupos de adoptados pueden tener especial utilidad como espacio de apoyo.

4.1. La familia

Pepa Horno (2014) propone varias palabras clave para apoyar a los adultos a transitar por este camino de apoyar a un hijo en el proceso de separarse de uno y explorar por sí mismo la identidad y los vínculos. Estas palabras clave son válidas para cualquier padre de adolescente y podrían guiar también el acompañamiento de terapeutas, facilitadores o tutores: *la presencia, la palabra, la integración, la ternura, la risa, la norma, el riesgo y la responsabilidad*.

La propuesta de estas palabras se resume en el permanecer estable y disponible para el adolescente durante esta etapa, ser capaz de escucharle, también cuando lo que dice es desagradable o difícil de asimilar, ayudarle a detectar las relaciones entre su cabeza, su corazón y sus relaciones, seguir siendo capaz de mimar y encontrar nuevos modos de expresión del afecto, tomarse las cosas con humor y reservar espacios para disfrutar en común, seguir poniendo límites, que proporcionen cada vez más autonomía pero sigan siendo un medio de estructura, contención y seguridad, asumir riesgos en el día a día de proporcionar

más autonomía y dejar que el adolescente tome los suyos propios y ayudarle a asumir la responsabilidad de esas decisiones.

4.2. El grupo

El adolescente puede explorar las cuestiones adoptivas en un espacio seguro, como el que puede aportar un grupo de iguales en el que se ha generado una vivencia de espacio abierto y seguro, puede ayudar a poner en marcha este proceso de experimentación, también para los menores más ambivalentes o evitadores (Rosser, Mayordomo y Rico, 2014). Se han organizado grupos de exploración de la condición adoptiva utilizando distintos medios de expresión de las preguntas y las respuestas. Por ejemplo se han trabajado estas cuestiones a través de la grabación de cortos de video que es un medio de expresión muy significativo para el grupo de adolescentes con los que trabaja o a través de la expresión mural.

4.3. El profesional

Como ya hemos adelantado, en ocasiones el adolescente necesita un espacio de seguridad fuera de su familia y en ocasiones, la propia familia está viviendo con dificultad el proceso del menor con lo que la intervención de un profesional puede ser necesaria para desbloquear puntos de incomunicación o baches del menor que queda estancado en alguna de las preguntas o respuestas o incapaz de explorar determinados temas que emergen de manera recurrente en forma de pensamiento intrusivo o de malestar emocional.

Por lo general, cuando se afronta la intervención postadoptiva en esta etapa evolutiva, el profesional se encuentra con una especie de puzle en el que las piezas no encajan del todo bien. Por una parte se encuentra con el/la menor, que acarrea toda su historia previa, los acontecimientos que provocaron la separación de su familia biológica, los lugares en los que pasó a residir y las personas con las que se relacionó hasta que finalmente llegó a su familia de adopción y que le han generado una determinada forma de vivir el mundo y a sí mismo, y de relacionarse con su entorno, en ocasiones desadaptativa. Por otra, está la familia adoptiva, también con su propia historia personal y relacional, con sus vivencias no siempre positivas, con sus logros, pero también con sus pérdidas y sus frustraciones.

El profesional de la intervención en adopción puede apoyar la construcción, con los mismos datos, con las mismas piezas, de varias historias y todas verdaderas. A través de este proceso de búsqueda y de construcción, el adoptado puede colocar la adopción en un lugar u otro del edificio de su identidad. En este punto los libros de vida, en la modalidad “aquí y ahora”

pueden ser una herramienta muy útil de trabajo. Pero las narrativas no pueden ser sólo una construcción desencarnada sino que es muy importante re-experimentar lo narrado y conectar con las emociones que derivan de la nueva narración. En este sentido será muy importante encontrar el vehículo de expresión emocional que resulte más cómodo a cada niño utilizando técnicas que le ayuden a conectar el discurso con la emoción y la palabra con el cuerpo. De este modo, más que historias verdaderas o falsas podríamos hablar de historias congruentes o incongruentes: congruentes con los datos y congruentes con las emociones que suscitan. Por último, las historias deben poder ser sentidas pero también ser vehiculadas, expresadas y escuchadas por los otros significativos.

CASO ADRIAN. LA EXPRESIÓN A TRAVÉS DEL RAP

La intervención con Adrián estuvo mediatizada, desde sus inicios, por la posibilidad de expresión a través de la música, más en concreto, del rap, género musical del que Adrián se declaró un seguidor comprometido e implicado.

En los inicios de la relación terapéutica, el menor reproduce en terapia su actitud de desconfianza hacia el otro, dificultades para el contacto ocular, para la expresión, viviendo cada mínima intervención terapéutica como una amenaza hacia su intimidad.

“Tuve un presentimiento bastante bueno hacia ti, por eso te eche de mi para no echarte de menos, soy así” canturrea.

Se decide, pues, comenzar cada sesión individual con Adrián, con una de las canciones de su grupo más admirado de hip hop, y con las cuales él había comentado su identificación. Se logra así encontrar una comunicación efectiva y afectiva, rompiendo con su actitud de desconfianza y logrando vincularse, con y en el proceso terapéutico. De forma gradual, a través de las emociones que él se permite sentir y que comienza a expresar a través de la letra de cada canción, Adrián va logrando hablar de su dolor, llorarlo y dejarse acompañar por un adulto.

Finalmente, el adolescente adoptado puede construir diversas historias con los componentes que tiene pero esas historias podrán ser más o menos “sanas” (Berástegui, 2012). Por sana se entiende aquella narración que ofrece una base adecuada para adaptarse, afrontar los problemas de la vida e interpretar la información que es relevante acerca de uno mismo, Habilita al individuo para organizar la experiencia personal, manteniendo un sentido de auto - consistencia a lo largo del tiempo y las situaciones, maximiza la autoestima y ayuda a mantener una relación equilibrada entre bienestar y malestar (Botella et al, 2005).

Cuadro 3: Características de una narración sana	
AGENTICA	Locus de control interno, base adecuada para la adaptación o el afrontamiento
CONSISTENTE	Proporciona auto - consistencia, continuidad y organización
POSITIVA	Maximiza la autoestima
RESILIENTE	Proyecta hacia el futuro, permite el crecimiento y la salida

De esta forma, el adolescente adoptado podrá construir narraciones que le estancuen en el pasado o que proyecten en el futuro. La identidad también se ha definido como el sentimiento de “*continuidad progresiva entre aquello que ha logrado ser durante los largos años de infancia y lo que promete ser en el futuro*” (Erikson, 1971) de manera que la identidad es también una proyección y una esperanza por lo que, el modo en el que el adolescente cuenta la historia tiene la virtud de abrirle a otra vida posible. La capacidad de seguir viviendo, desarrollándose y creciendo en una vida digna, creativa y buena después de situaciones de enorme adversidad, depende de un modo muy especial, según Boris Cyrulnik (2002), de la capacidad de poner en marcha *narrativas resilientes*, de contarse a uno mismo no como un abandonado, no como un salvado, sino como un superviviente que tiene toda la vida por delante.

5. VOCABULARIO BÁSICO

“Life making”: La forma de pensamiento que entra en la construcción no de argumentos lógicos o inductivos sino de historias o narrativas (Bruner, 2004). Los individuos dan sentido a sus experiencias en el mundo en la forma de narrativa.

Identidad personal: autorrelato o narración sobre uno mismo que organiza el mundo cognitivo, emocional y las acciones del sujeto (Botella, Corbella, Gómez, Herrero, y Pacheco, 2005).

Búsqueda interna: construcción de la propia narración vital, y ponerla en relación con el proceso de reestructuración de los vínculos y las relaciones familiares vividos.

Vínculo afectivo: Bowlby describe el vínculo como un instinto biológico destinado a garantizar la supervivencia de los bebés. El vínculo es el lazo que se establece entre el recién nacido y su madre, cumple la función biológica de promover la protección, la supervivencia. El vínculo conseguido, es decir, la respuesta adecuada del entorno a todas las señales del niño, construye el sentimiento de confianza y de seguridad del bebé en sí mismo que afrontará mejor las separaciones y las pruebas posteriores.

6. DIRECCIONES DE INTERNET

Coordinadora de Asociaciones en Defensa de la Adopción y el Acogimiento (CORA):
<https://www.coraenlared.org/>

Documental "Adopcions, 18 anys després":

<http://www.ccma.cat/tv3/alacarta/programa/adopcions-18-anys-despres/video/5073958/>

Documental "Generación Mei Ming: Miradas desde la adolescencia:

<http://www.rtve.es/alacarta/videos/documentos-tv/generacion-mei-ming/2946389/>

7. REFERENCIAS

- Aramburu, I.; Salamero, M., Aznar, B., Pérez-Testor, C., Davins, M., Mirabent, V y Brodzinsky, B. (2015) Preliminary validation of a Spanish language version of the Adoption Communication Scale in adopted adolescents. *Studies in Psychology*, pp.1-17.
- Berástegui Pedro-Viejo, A. (2012). El conocimiento de los orígenes en adopción a lo largo de la vida. En J. Ledesma (coord.), A. Berastegui y E. Vila. *La mediación en la búsqueda de los orígenes en adopción: el encuentro con mi espejo biológico* (29-52). Madrid: GRUPO 5.
- Berástegui Pedro-Viejo, A. (2013). La postadopción en España: entre el riesgo, la recuperación y la resiliencia. En. Charro, B. y Carrasco, M.J. (coord...) *Crisis, vulnerabilidad y superación* (pp.167-180). Madrid: Universidad Pontificia Comillas.
- Berástegui, A. y Jódar, R. (2013). Comunicación sobre adopción: logros y lagunas en la adopción internacional en España. *Familia*, 46 , 43-55
- Botella, L., Corbella, S.; Gómez, T., Herrero, O. y Pacheco, M. (2005). A personal construct approach to narrative and post-modern therapies. En D.A. Winter y L. Viney (Eds.). *Personal construct psychotherapy: advances in theory, practice and research* (pp. 69-80). Whurr, Londres.
- Brodzinsky, D. M. (1987). Adjustment to adoption: A psychosocial perspective. *Clinical Psychology Review*, 7(1), 25-47.
- Brodzinsky, D.M. (2005). Reconceptualizing openness in adoption: Implications for theory, research, and practice. En D.M. Brodzinsky & Palacios, Eds. *Psychological issues in adoption: research and practice* (pp. 145-166). Westport: Praeger
- Bruner, J. "Life as a Narrative". *Social Research*, 71 (3), Verano de 2004. Original vol 54 (1), 1987.
- Cyrulnik, B. (2002) *Los patitos feos. La resiliencia: Una infancia infeliz no determina la vida*. Madrid: Gedisa
- Erickson, E. (1971). *Identidad Juventud y Crisis*. Taurus, Madrid, 1968.(1971, p. 71)

- Freark, K., Ronblum, K.L., Hus, V.H. y Root, B.L. (2008). Fathers, Mothers and marriages: what shapes adoption conversations in families with young adopted children. *Adoption Quarterly*, 11 (1): 1-23.
- Gómez-Bengochea, B., Berástegui, A. y Adroher, S., (2014). *Se busca familia para un niño: perspectivas sociojurídicas sobre la adoptabilidad*. Madrid: Dikinson y Universidad Pontificia Comillas.
- Grotevant, H. D., y Cooper, C. R. (2005). Individuality and connectedness in adolescent development. *Personality development in adolescence: A cross national and lifespan perspective*, 1.
- Grotevant, H.D., Coming to terms with adoption: the construction of identity from adolescence into adulthood, *Adoption Quarterly*, Vol. 1, 1997, pp. 10-11.
- Horno, P. (2014) Apego y adolescencia: narrándose en el espejo de los otros. *Adolescere*, 2 (3): 19-28
- Irhammar, M. Y Cederblad, M. (2000). Outcome of Inter-Country Adoptions in Sweden. En P. Selman (Ed). *Inter-country adoption. Developments, trends and perspectives* (pp. 143-163). London: BAAF.
- Palacios, J. (2007) Después de la adopción: necesidades y niveles de apoyo. *Anuario de Psicología* 38 (2), 181-198.
- Román, M. y Palacios, J. (2011). Separación, pérdida y nuevas vinculaciones: el apego en la adopción. *Acción Psicológica*, 8(2), 99-111.
- Rosser, A. (2013). Adolescencia y adopción: Retos específicos. *Psiquiatría.com*
- Rosser, A. y Mayordomo, I. (2011). El desarrollo vincular de los menores adoptados. Intervención a la luz de la teoría del apego. En VV.AA. *La teoría del apego en la clínica, III. La teoría del apego en la promoción de la salud: creando redes*, pp. 133 - 146. Madrid: Psimática,
- Rosser, A.M., Mayordomo, I. y Rico, E. (2014). Completando el puzzle: una experiencia de trabajo grupal con preadolescentes adoptados. *Congreso Internacional Infancia en Contextos de Riesgo*. Huelva, 20-22 de noviembre.
- San Román, B. (2013). De los "hijos del corazón" a los "niños abandonados": Construcción de "los orígenes" en la adopción en España. *Papeles del Psicólogo*, 34(1), pp. 2-10.
- Wrobel, G. M. y Dillon, K. (2009). Adopted adolescents: Who and what are they curious about. *International advances in adoption research for practice*, 217-244.
- Wrobel, G., Kohler, J., Grotevant, H., y McRoy, R. (2003). The Family Adoption Communication (FAC) Model: Identifying Pathways of Adoption-Related Communication. *Adoption Quarterly*, 7(2), 53-84.