

La adolescencia: “Un proceso de crisis, reencuentros y desencuentros”

La adolescencia es una etapa de transición psicológica y social en donde el adolescente va a dar paso a su identidad adulta. Es una etapa que comienza con la pubertad, que como todos sabemos es un periodo evolutivo caracterizado por unos cambios corporales en el que aparecen los caracteres sexuales secundarios.

Estos cambios, son bastante rápidos dependiendo de cada quien y provocan en el adolescente una amalgama de sentimientos y emociones difíciles de asimilar con la velocidad que se producen. Sólo hay dos momentos en la vida en que los cambios corporales son tan rápidos, uno se produce en el primer año de vida y el otro se da en la pubertad.

Unido a estos cambios físicos el adolescente se cuestiona su identidad y las preguntas de “quién soy”, ¿de dónde vengo? y “a dónde voy” adquieren mayor relevancia. Es en esta etapa donde el mundo interno se recoloca, la estructura psíquica se va a ir consolidando dando consistencia a la identidad adulta.

En esta crisis de identidad o confusión las características que manifiesta cualquier adolescente son:

- *Inquietud por presente y futuro.*
- *Mayor desarrollo cognitivo.*
- *Preocupación por temas morales y filosóficos.*
- *Cuidado exagerado por el aspecto físico.* El cuerpo que hasta ese momento no tenía especial relevancia, en este momento pasa a ser una de sus grandes preocupaciones. Yo creo que si cualquiera de nosotros pensamos en nuestras adolescencias recordaremos lo mal que nos podíamos sentir por un mechón de pelo descolocado, la inseguridad que provocaba un grano inoportuno o cómo pasábamos horas delante del espejo observando imperfecciones.
- *Sobrevaloración de la amistad.* Es la época de grandes pero cortas amistades.
- *Relaciones con el otro sexo.* Empieza a experimentar con relaciones del otro sexo que suelen ser cortas e intensas para dar paso a otras más estables.
- *Reafirmación del yo.* Para ello continuamente necesitan oponerse a las normas que les imponen, transgredir todo tipo de autoridad, familiar, escolar, social u otra, de hecho o de pensamiento.
- *Inestabilidad emocional.* Los cambios de humor se instalan en su vida, pasan de la alegría a la tristeza, de la actividad casi maniaca a la apatía, las madres lo describen perfectamente cuando las oímos decir a las madres: “tan pronto no para en casa como se pasa el día tumbado en el sofá”
- *Alternancia de actitudes maduras con otras infantiles.* Necesita de sus padres pero desea ser autónomo.
- *Desvalorización de los padres.*
- *Tienen que asumir varios duelos:*
 - *Del cuerpo infantil*
 - *Del mundo infantil*
 - *Padres de la infancia*

El adolescente adoptado, además de todo esto, va a tener que enfrentarse con una serie de añadidos que están relacionados con su historia previa, con cómo han sido sus vínculos anteriores, si ha habido maltrato o no, en fin todas esas variables que ya conocemos y que son factores favorecedores o de riesgo en la adaptación del menor a la familia.

En este punto quisiera hacer un recordatorio de cómo se forma la identidad por la importancia que va a tener en su recolocación en la crisis de la adolescencia, pues según se haya ido conformando a lo largo de todos esos años, ese momento de crisis puede ser el reencuentro o desencuentro, a veces definitivo, con la familia, dependiendo de cómo se haya hecho el acompañamiento en ese recorrido de la identidad. Porque...

Como dice Kestenberg, **“si bien es cierto que todo se prepara en la infancia, todo te lo juegas en la adolescencia”**

Esa familia, su familia, va a tener mucho que ver en la formación de la identidad del adolescente, pues ésta empieza a formarse desde el nacimiento y será una labor de los padres ayudarle a reconstruir aquellas piezas que le faltan para que su personalidad se constituya de la forma más sólida posible.

Por eso quisiera pararme aquí un momento y hablar de la formación de la identidad.

La identidad se sustenta en tres ejes fundamentales: espacial (individualidad), temporal (continuidad) y social (roles sociales).

Erikson: desarrollar una identidad adecuada implica ser consciente de uno mismo como alguien separado y distinto de los demás, en una experiencia de continuidad con el pasado, desde un presente con sentido y con una perspectiva de futuro, a través de los cambios personales, físicos y psicológicos, y los cambios contextuales y de función social que se dan a lo largo del tiempo.

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

Por otro lado, ese mismo muro forma la historia de nuestra vida, la novela familiar que todos recomponemos por nuestros propios medios o con ayuda de los demás, nuestros padres, familiares, profesores, etc. Ellos nos han contado cómo fue nuestro nacimiento, cómo éramos de pequeños, quienes eran nuestros abuelos; nuestros amigos nos recuerdan cosas que habíamos olvidado, tenemos fotos que completan nuestra falta de memoria, en fin, tenemos una historia que responde a esa pregunta múltiple de ¿quién soy?, ¿de dónde vengo? y ¿a dónde voy? con sensación de continuidad.

Imaginémonos por un momento la formación de la identidad de un niño adoptado. En ese muro hay muchas preguntas sin respuesta, ya hay muchos agujeros que van a hacer que sus cimientos sean menos sólidos, que su seguridad sea menos consistente. Dependiendo de sus circunstancias los ladrillos que le sustentan estarán dañados en un mayor o menor grado y esto repercutirá en su manera de constituir su personalidad. También en su adolescencia se preguntará con vehemencia eso que se preguntan todos los adolescentes “¿quién soy?”, “¿De dónde vengo?” y “¿A dónde voy?”, pero él no encontrará respuesta a muchas de sus preguntas y eso le generará una sensación interna de malestar añadida.

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

en la que sus padres le habrán acompañado de distintas formas. Seguramente en la infancia el niño haya encontrado respuestas satisfactorias, pero ahora la situación es diferente, ya no está buscando sólo respuestas concretas, está buscándose a sí mismo, y habrá que estar atento a su forma de preguntar y de expresarse porque seguramente debajo de lo obvio estarán latiendo cuestiones más profundas. Por ejemplos detrás de su preocupación por la falta de regularidad en la menstruación, o el elegir trabajos sobre las leyes de Mendel, etc. puede indicar una preocupación por su propia fertilidad. Hay que poner en práctica esa escucha activa de la que siempre hablamos los profesionales que no sólo tiene que ver con oír, sino con observar, con callar, con una mirada de complicidad, con una caricia o un abrazo en un momento determinado, en definitiva, volvería a hablar de empatía.

Cuando nos referimos a búsqueda de orígenes en la adolescencia no se hace referencia necesariamente a búsqueda de la familia biológica, sino a la búsqueda de sí mismo, lo primero tiene que ver con una búsqueda activa, y lo segundo es un concepto psicológico que tiene que ver con la búsqueda de la identidad. El adolescente se está buscando a sí mismo.

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

Parte de ese sostén también lo constituye la verdad, el adolescente tiene derecho a saber toda la verdad sobre su vida, y no me refiero sólo a la verdad jurídica, (leyes en Cataluña o en Castilla y León) sino a la verdad psíquica, pues todo lo que esté relacionado con su pasado le pertenece y forma parte de él, es inherente a su persona por lo que es su derecho saberlo.

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

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

Con esto no me refiero al hecho de transmitir todos los datos que se tengan del pasado del hijo en el momento adecuado, que es muy importante, o a reflejar el sentimiento de tristeza o cualquier otro que el niño pueda manifestar ante algún dato o acontecimiento relacionado con su pasado, que también lo es, me refiero a la comprensión profunda de lo que significa para su hijo el deseo de saber sobre sus orígenes, de entender lo importante que es para él todo lo relacionado con su historia previa.

Está claro que hay muchos datos desconocidos y que habrá muchas preguntas a las que el adolescente no encuentre respuestas, pero si siente la preocupación de sus padres, si se siente acompañado en sus dudas y temores, no llenará el hueco del todo, pero probablemente lo llenará con contenido emocional y seguridad que le aportan sus padres porque se sentirá importante para ellos. Se trata de que los padres puedan transmitir que ellos entienden lo importante que es para su hijo que éste conozca su historia. Se trata de que le transmitan que lo que es importante para él lo es para sus padres, de esta manera él se sentirá también importante.

Dos Ejemplos:

En un grupo de padres:

1) Una mamá decía: “*! Cómo no va a ser importante para mi hija saber sobre su madre biológica si yo lo considero muy importante, si es muy importante para mí!*” En el grupo transmitía verdadera preocupación. Esta niña preguntaba mucho y expresaba continuamente sus temores y preguntas. Parece que la empatía actúa de facilitador a la hora de poder preguntar y expresar sentimientos.

2) Otra mamá dijo: “*mis hijas no tienen nada que ver con vosotros, yo soy su verdadera madre, no sé cómo podéis hablar de madre biológica. Las únicas madres somos nosotras*”. Esta mamá se fue muy ofendida y no volvió.

No tuve oportunidad de ver a estas niñas, pero por lo que contaba la madre, desde bebés se negaban a comer. Parece que su actitud impedía que las niñas pudieran asimilar su historia pasada, no podían “tragarla”

Párense un momento e imagínense que sus padres biológicos les abandonaron, que los que conocen son sus padres adoptivos. ¿No les surgirían un montón de interrogantes?, ¿No desearían saber por qué les abandonaron?, ¿Qué pasó y un montón de cosas más? ¿Cómo se sentirían si preguntaran a sus padres adoptivos sobre sus padres biológicos y no obtuvieran respuesta o sintieran que sus padres no consideran importante su preocupación? ¿Cómo se sentirían ante una respuesta como: “*¡Bueno hija, no te preocupes, ahora todo pasó, tu padre y yo estamos aquí y ya es lo único que importa, que te queremos mucho!*”

Pues a este tipo de empatía me refiero cuando hablo del cemento que repara los ladrillos de la identidad, porque además, mientras se solidifica la identidad, si los padres responden y entienden a su hijo en su dolor y su preocupación, también se van fortaleciendo los vínculos entre ellos, vínculos que al llegar a la adolescencia sufrirán una sacudida, pero no se producirá un desencuentro.

Voy a poner dos ejemplos de adolescentes en el que en uno de ellos hubo encuentro y en otro desencuentro, en sus respectivas adolescencias.

Yolanda tiene actualmente 18 años. Fue adoptada con 10. Fue abandonada con 10 meses por su madre biológica y recogida por un matrimonio hasta que tuvo 3 años, edad en que su madre de acogida muere. Pasa a vivir con la madre de su padrastro hasta que éste se une sentimentalmente con otra mujer que no acepta a Yolanda, la maltrata y la obliga a cuidar de sus hijos pequeños. Yolanda se escapa de casa con 6 años en varias ocasiones y ha llegado a estar sola en la calle varios días. La convivencia es tan difícil que al final el padrastro la entrega a un hogar de monjas donde reside hasta los 10 años.

Los padres acuden al centro porque no obedece ninguna norma y porque ha amenazado al padre con un cuchillo.

Al hablar con ellos me sorprende la actitud de poca implicación de la madre, como si no fuera con ella, el padre está más comprometido pero ambos se limitan a lanzar quejas y quejas sobre lo mala que es su hija. A lo largo de las entrevistas, estos padres, manifestaron una gran falta de empatía hacia su hija que ilustraré con tres ejemplos:

- Ya en el hotel del país de la niña, se sorprendieron mucho de que Yolanda montara un escándalo por no querer irse con ellos; no entendieron que no quisiera dejar a sus amigas ni a su entorno conocido, ni a su padrastro con el que mantenía contacto, de hecho le prohibieron todo tipo de comunicación con él al llegar a España.

- Cuando les estaba explicando las consecuencias del abandono y del sufrimiento que había pasado su hija a consecuencia de los reiterados abandonos y del maltrato, su madre dijo, “¡ya, ya pero nosotros no vamos a pagar toda la vida las consecuencias de su infancia, además la mía tampoco fue fácil, yo también tuve que cargar muchas cestas de patatas en el pueblo cuando era pequeña!
- En otra sesión, estaban los tres sentados enfrente de mí, Yolanda a mi derecha, el padre en el centro y la madre a la izquierda. La niña lloraba desconsoladamente y se secaba las lágrimas y los mocos con la manga del jersey. En un momento determinado el padre le pide a la madre un pañuelo, (¡vaya, pensé, por fin se ha conmovido!), el señor coge el pañuelo y se seca el sudor de la frente mientras la niña sigue secándose los mocos con la manga del jersey.

Yolanda estableció un buen vínculo conmigo pero no lo hizo con sus padres. La relación con ellos cada vez era más distante convirtiéndose la convivencia en una batalla campal diaria. Finalmente meses antes de cumplir los 18 años se fue de casa, sus padres se sintieron aliviados y ella mantuvo durante un tiempo la relación conmigo hasta que perdí el contacto.

Este es un caso en el que a pesar de que las circunstancias no eran favorables, si había factores que podían haber hecho que la adopción hubiera salido adelante, pues Yolanda había vinculado con algunas personas en su primera infancia, pero la falta de empatía, y otras características de sus padres, hicieron que la adolescencia fuera un lugar de desencuentro.

Susana fue adoptada con 4 años. Fue abandonada con 8 meses y a partir de entonces pasó la mayor parte de su tiempo hospitalizada. En su historia no aparecen figuras referenciales con las que hubiera vinculado. Presenta varias cicatrices en su cuerpo cuyo origen se desconoce. Vienen al centro por una mala relación madre-hija.

Desde un principio manifestó problemas de conducta y el enfrentamiento con su madre al entrar en la pubertad, era constante. Siempre se ha negado a saber todo lo referente a su vida preadoptiva y es muy negadora en todo lo referente a sus emociones.

Sus padres, sobre todo su madre, siempre han entendido lo dañada que estaba su hija, y a pesar del sufrimiento por el que han pasado durante años, han sabido acompañarla en su dolor, comprendiendo e intentando que Susana incorporara su pasado en su vida, que entendiera, que esta era una, y que la parte anterior a ellos, también formaba parte de ella.

Esta madre supo respetar su nombre, intentó no sentirse agredida personalmente y cada vez que Susana montaba un conflicto por motivos nimios supo responder con empatía. Pondré dos ejemplos de reacciones de su madre:

- Cuando la niña había quedado con sus amigas para salir a dar un paseo, montaba una bronca para provocar que su madre la castigara y evitar enfrentarse a salir de casa, algo que le generaba temor e inseguridad. Su madre, en lugar de entrar al trapo en esta situación le explicaba que se pusiera como se pusiera no la iba a castigar, que entendía su miedo y su inseguridad, algo que ella también había sentido de adolescente pero que la manera de solucionarlo no era montar un escándalo en casa.
- Susana tarda en establecer un vínculo conmigo, le cuesta mirarme, hablarme, pero poco a poco va cogiendo cierta confianza hasta que la comunicación adquiere cierta fluidez. Un día, de repente dice que no quiere venir más, que yo no sirvo para nada y un sin fin de improperios.

Sus padres consiguen traerla a rastras y cuando estoy con ella, después de soportar estoicamente sus embestidas le digo que a lo mejor lo que le pasa es que tiene miedo de que la relación conmigo está profundizando, de que se da cuenta de que alguien le está

ayudando y le asusta que eso se pueda terminar. Me responde “Algo parecido es lo que me ha dicho mi madre” ¡Fijaos que nivel de empatía tiene esta madre!

Respecto a sus orígenes, Susana tiene muy pocos datos sobre su historia previa, pero tiene una madre que le da seguridad en cuanto a que está abierta a ofrecer lo que sabe y tiene la capacidad de acompañar a su hija en la reconstrucción de ese muro comprendiéndola, empatizando con ella, y por lo tanto reconstruyendo unos vínculos dañados en el comienzo.

En este momento Susana tiene 15 años, y aunque sigue siendo negadora ante su condición de adoptada, la relación con su madre ha mejorado notablemente y la vinculación que se ha ido propiciando a lo largo de todos estos años está pronosticando un reencuentro definitivo de Susana con su familia en esta fase evolutiva que es la adolescencia.

Curiosamente, Susana se niega a hablar de su historia pero la asignatura que más le gusta es la Historia.

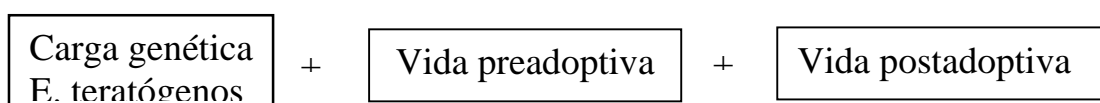
La búsqueda de los orígenes o de la identidad es una característica de los adolescentes adoptados, que podemos considerarla como un proceso dinámico, alargado en el tiempo y que se ve favorecido por una actitud empática de los padres.

Creo que otro elemento que puede ayudar en este proceso de construcción de la identidad del adolescente es aportarle un elemento de continuidad a través del **libro de vida** (invertir de deseo) Cuando llegue a la adolescencia, o antes, podrá leer y seguramente le ayudará. A todos nos gusta que nos hablen de nosotros mismos.

Para poder hacer una transmisión empática de los orígenes, los padres deben superar una serie de cosas:

QUÉ DEBEN SUPERAR LOS PADRES

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



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

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

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

La genética:

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

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

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

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

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

Duelo por los padres biológicos

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

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

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

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

Silencio adolescente

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

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

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

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

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

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

Abandono:

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

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

Pensemos en su *poca resistencia a la frustración*:

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

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

Pero en el psiquismo del bebé que ha sufrido carencias quedan grabadas muchas situaciones asociadas al vacío del abandono, al malestar, es como si el almacén del bebé estuviera ocupado principalmente por sensaciones desagradables que también se activan con facilidad y que el adolescente actúa en conductas externalizadas. Por ejemplo ante una mirada o un empujón sin intención puede reaccionar con violencia porque se activa la sensación de malestar, el temor al rechazo, al vacío, en definitiva se evocaría esa sensación primaria de abandono y la soledad.

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

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

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

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

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

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

La agresividad

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Dificultades de relación

Problemas de autoestima.

CÓMO AYUDAR AL ADOLESCENTE

- Desde el primer día decirle toda la verdad sobre su historia con empatía.
- En esta etapa animarle a que exprese todas sus fantasías e intentar desmontarlas.
- Validar y empatizar con sus sentimientos ambivalentes.
- Adoptar una actitud de respeto y disponibilidad.

- Apoyar sin agobiar. Que su hijo sepa que usted está ahí para cuando le necesite.
- Decirle abiertamente que le quiere, sin pudor, aunque le responda que es una cursi o un pesado siempre le gustará (y necesitará) oírlo.
- Escucharle sin juzgar ni hacer suposiciones.
- No diga nada que no pueda cumplir.
- Intente compaginar afecto incondicional con firmeza.
- Transmítale que por el amor que le tiene no le va a permitir conductas peligrosas.
- A pesar de sus errores, trasmítale que confía en él y que confíe en usted. No es el momento de pedir agradecimiento ni del “te lo dije, te lo dije”
- Refuerce cualquier logro por pequeño que sea.
- No le recrimine continuamente por sus errores.
- Enséñele a ver sus aspectos positivos y a aceptar los negativos.
- Todo ello siempre aderezado con una buena dosis de empatía.

BIBLIOGRAFÍA

Amorós, P.; Fuertes, J.; y Paula, I. (1996). La búsqueda de los orígenes en la adopción. *Anuario de Psicología*, 71, 107-120.

Berástegui Pedro-Viejo, a., Gómez Bengoechea, b. (2007). : Esta es tu historia. Identidad y comunicación sobre los orígenes en adopción. Madrid. Universidad Pontificia de Comillas.

Brodzinsky, D., Schechter, M., Marantz Henig, R. (2002). Soy adoptado. Barcelona: Grupo Editorial Random House Mondadori.

De Fina de la Fuente. E. El niño y el adolescente adoptivo (1997) Buenos Aires. Arch Arg Pediatría. Vol.95 143-145.

Fuentes Peláez, N. y Amorós Martí P. (2007) El reconocimiento de los orígenes en la adopción: implicaciones para la práctica.. Tesis Doctoral: Fuentes Peláez, N. “Procesos de integración sociofamiliar en la adopción internacional” Barcelona.

Grau y Quintana, E. (2008) Ponencia: La llegada a la adolescencia, el altavoz de los conflictos en la familia. I Jornadas psicopedagógicas pos-adoptivas de Castilla La Mancha. Almagro.

Jeammet, P. (2005). Respuestas a 100 preguntas sobre adolescencia. Barcelona. Colección adolescentes. Editorial Abisal.

Lapastora, M. y Velázquez de Castro, F. (2007). Niños adoptados: estrategias para afrontar conductas. Madrid. Editorial Síntesis.

Mirabent, V., Ricart, E. y Cols. (2005). Adopción y vínculo familiar. Crianza, escolaridad y adolescencia en la adopción internacional. Barcelona. Fundació Vidal i Barraquer y Paidós.

Múgica Flores, J.J. (2008) “Los retos de la emancipación y las secuelas del abandono y sus condiciones en los adolescentes adoptados” Letras de Deusto 2008 Abril- Junio (119)

Palacios, J., Sánchez-Sandoval, y. y León, E. (1996). La adopción en Andalucía: análisis de la dinámica familiar en torno a la adopción y comparación de los niños adoptados ... Sevilla: Dirección General de Atención al Niño.

Uli, W. y Stibane U.F. (1991) El desarrollo del sentimiento de identidad desde una perspectiva psiquiátrica infantil. Revista infancia y sociedad nº 12 pag 83-94.