

José Luis Gonzalo • Óscar Pérez-Muga

¿Todo niño viene

con un pan bajo el brazo?

Guía para padres adoptivos
con hijos con trastornos del apego



Desclée De Brouwer

2ª edición

josé luis gonzalo marrodán
óscar pérez-muga

¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo?

guía para padres adoptivos con hijos
con trastornos del apego

con prólogo de loretta cornejo



Desclée De Brouwer

Índice

Agradecimientos	11
Prólogo <i>por Loretta Cornejo</i>	13
Presentación	17

PARTE I:

EL SER HUMANO CONFIGURA LA ESTRUCTURA DURANTE SUS PRIMEROS TRES AÑOS: LA METÁFORA DE LA CASA

1. El apego y la resiliencia	25
1.1. Cuando el apego falla, la casa se resiente en los cimientos: la resiliencia primaria	26
1.2. Entonces, ¿hay poco que hacer? Cuando las casas se sujetan entre sí: la resiliencia secundaria	48

PARTE II:

EL SER HUMANO CONFIGURA LA “ELECTRÓNICA” DURANTE SUS PRIMEROS TRES AÑOS: LA METÁFORA DEL COCHE

2. Desarrollo neuronal y adaptación	53
2.1. Tres elementos para conducirse en la vida (resiliencia primaria)	54
2.2. Cuando se pierde el control	58

¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo?

josé luis gonzalo marrodán - óscar pérez-muga

2.3. Cuando el conductor se hace con la dirección.....	63
3. ¿Qué le pasa a mi hijo adoptivo? Pautas prácticas en la educación de los niños adoptivos según su perfil de apego (resiliencia secundaria)	67
3.1. Pautas para hijos que chocan.....	71
3.2. Pautas para hijos que evitan chocar	79

PARTE III:

EL PROCESO QUE VIVEN LOS PADRES ADOPTIVOS CON NIÑOS CON TRASTORNO DEL APEGO

4. La realidad que viven algunos padres adoptivos...	89
4.1. “Pensábamos que iba a haber dificultades, ¡pero no que iba a ser tan duro!”.....	89
4.2. El auto-referencial.....	90

PARTE IV:

REDEFINIENDO EN POSITIVO

5. Este chico juega en otra liga: circuitos alternativos	97
6. Valorar los logros	101
7. Una vida suficientemente feliz	103

PARTE V:

CÓMO POTENCIAR LA RESILIENCIA SECUNDARIA EN NIÑOS CON TRASTORNO DEL APEGO CONVIRTIÉNDOSE EN TUTORES DE RESILIENCIA DESDE EL MODELO DEL BUEN TRATO

8. Los padres adoptivos como tutores de resiliencia .	107
---	-----

9. El ABC 111

PARTE VI:

**LA IMPORTANCIA DE LA IDENTIDAD Y LA PERTENENCIA
DENTRO DE LA FUNCIÓN SIMBÓLICA**

10. La identidad..... 135

11. La pertenencia 139

Referencias..... 141

Anexo: experiencias, vivencias y trabajo en red 143

Prólogo

Quiero explicar de modo sencillo y al mismo tiempo profundo todo aquello que los autores han recogido de las historias de los padres adoptivos, tanto lo que viven antes de la adopción como lo que viven después.

Los autores fundamentan este trabajo en la teoría del apego y nos expresan que es uno de los problemas que muchos niños adoptados tienen porque sus duras vivencias relacionales anteriores a la adopción han podido alterarlo y marcarlo. Ahora bien, esto puede resultar injusto para estos niños porque... ¿es tan importante el apego en una sociedad donde parece que cada vez más se desarrolla la “autonomía” desde pequeños, el “yo puedo solo”, el “aprende a hacerlo tú mismo” desde edades muy tempranas? Parecería más que los padres necesitasen un adulto pequeño para que pueda hacer sus funciones casi solo, en medio de la rutina veloz de las familias.

Sin embargo, los niños adoptados necesitan hacer un nuevo proceso y muchas veces, empezar desde cero para hacer estas funciones, no pueden ir rápido porque sus vivencias anteriores han forjado, como ya he dicho, un apego alterado (conviene señalar que para funcionar los niños tienen que sentir primero que confían en el adulto que les cuida, la seguridad de que no les van a dañar ni a abandonar, que es lo que en la memoria emocional de muchos niños adoptados ha quedado grabado a fuego por sus duras experiencias) que dificulta que se amolden a esta exigencia de nuestra sociedad de ser adulto en miniatura desde casi el principio, donde la niñez parece haberse acortado.

Los niños adoptados necesitan el apego seguro, el sentir del otro, el sentirse amados y contenidos, el saber que la estructura de los adultos está ahí para protegerles y dar firmeza a su desarrollo.

¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo?

josé luis gonzalo marrodán - óscar pérez-muga

Es muy sugerente el título de este libro porque ese dicho de “todo niño viene con un pan bajo el brazo” es muy antiguo, tanto que no tiene fecha pero sí diferentes significados.

No siempre el pan es algún alimento o algo que permita que los padres puedan mantener a sus hijos. Hay otras lecturas y la que creo puede encajar más con este libro es que el pan que trae todo niño es la tarea que los padres adoptivos tienen que aprender. Éstos, fundamentalmente, han de estar en el camino de construir una nueva historia para sus hijos.

Esta tarea –nos proponen los autores de este libro– consiste en empezar a entender los problemas del hijo desde una visión resiliente (alguien que está luchando como un superviviente por darle la vuelta a multitud de problemas y dificultades y tratar de adaptarse, resistir y rehacerse) y abandonar presupuestos que ellos llaman auto-referenciales que suponen ver al niño adoptado desde nuestros propios esquemas educativos, desde nuestra biografía no traumática. Esta representación “choca” con la del niño, que a menudo sí contiene elementos emocionales y vivenciales traumáticos, y de ahí surge el “choque” de lenguajes emocionales y cognitivos. Este libro proporciona explicaciones profesionales expuestas de una manera sencilla y pautas y orientaciones para que podamos aprender dicha tarea.

Por ello, la decisión de adoptar no es fácil y sobre todo el camino que espera al andar. Por eso me gustó este proyecto, el trabajo que los autores hacen respecto al apego, la resiliencia y los niños. Son realmente útiles las pautas que dan para poder entender y acercarnos un poquito al corazón de los padres y de estos hijos, ya que ambos necesitan ser escuchados por personas como José Luis Gonzalo y Óscar Pérez-Muga a través de su trabajo, de su mirada atenta para poder desarrollar las herramientas emocionales y conductuales necesarias como lo es la comida para bebé.

Y es que muchos niños no han tenido un contexto familiar y social previo a la adopción que facilite el desarrollo de estas herramientas (incluso, al contrario, el contexto ha sido dañino: abandono y/o malos tratos) y muchos padres nuevos creen que con sólo darles una nueva oportunidad todo volverá a su cauce y el niño responderá a lo afectivo, al mundo nuevo, a la nueva vida.

Sin embargo, hace falta más. La tarea que los padres –el pan de la metáfora– han de realizar es mayor aún y este libro es una guía con claves para poder emprenderla y aprenderla. Y decimos que hace falta más porque muchos niños provienen de entornos en los que no han sido bien tratados y no se han satisfecho suficientemente sus necesidades. De ahí la ardua pero a la vez inmensamente gratificante labor de ver cómo un niño con duras experiencias de vida a sus espaldas sale adelante pero –entre otras muchas cosas que se descubren en el libro– con paciencia y perseverancia.

Por eso es interesante esta guía. Porque plantea una serie de situaciones que han sido observadas a lo largo de la experiencia de los autores y que da una enorme importancia al vínculo, a la relación y a aquello que trae todo niño; o que traemos todos: esa capacidad de resiliencia, de volvernos a crear, a construirnos, de seguir adelante, de mirar de otro modo nuestro interior y el exterior. Y en cuanto a los padres, saber que el aprendizaje mayor que estos niños tienen pendiente es el de ser felices a pesar de todo, el de tener amigos a pesar de no saber cómo se manejan los roles sociales, el de no sentirse ovejas negras a pesar de que lo oscuro a veces les pueda, el de sentirse personas cuando han sido rechazados o cuando la vida no los ha tratado bien como era de esperar dada su corta edad.

En el libro de José Luis Gonzalo y Óscar Pérez-Muga se expone el concepto de vínculo y los tipos de apego para introducir estos términos y esta mirada en los padres y cuidadores y al mismo tiempo, en los profesores y todo adulto que tenga que ver con este proceso. Se muestran los diferentes modos en que se forman y conforman y las conductas que predominan.

Las herramientas que se presentan en esta guía son aplicables en cualquier entorno donde se encuentren estos niños y han sido diestramente resumidas a lo largo de su andadura resiliente profesional. Muestran el amor a estos niños y sus familias.

Es por eso que todo el libro “no tiene desperdicio” como dirían los jóvenes. Sobre todo por el tesoro exquisito de los niños que han colaborado con sus historias, experiencias, sus palabras, su corazón y sus recuerdos en busca de un entendimiento mejor de sí mismos y de sus familias.

Loretta Cornejo Parolini

Madrid, diciembre de 2010

Presentación

La adopción es un derecho de los niños a tener unos padres responsables con los que puedan desarrollarse y crecer, y tener un futuro del que carecerían, como víctimas de un sistema social mundial injusto que se ceba sobre los más débiles e inocentes generando entornos carenciados, de malos tratos y/o en los que han sufrido todo tipo de calamidades.

Adoptar supone, además, hacerse cargo de un menor que será (¡al fin!) nuestro hijo, sí, pero con una historia y un pasado. En suma, unas vivencias en su memoria psicológica y biológica (aunque sea a muy temprana edad) que en muchos casos, son traumáticas. Sobrecoge escucharlas. Este trauma ha sido, muchas veces, crónico (ha durado todo el tiempo que el niño ha vivido en su país de origen, en forma de abandono o malos tratos, bien en el seno de su familia o en un orfanato) y a veces muy intenso, muy duro, tóxico y dañino. Estas experiencias sobrecargan la mente y suceden, conviene subrayarlo, en periodos de la vida en los que aquélla se está desarrollando y es sumamente vulnerable. Si el periodo de la vida en el que se sufrió el daño del que hablamos es entre los 0 y los 3 años, las consecuencias pueden dejar una huella indeleble en el menor porque es una etapa clave en la constitución cerebral.

Adoptar a un niño supone, pues, llevarse consigo esta memoria, su pasado, que influye tanto que a veces se requiere mucho tiempo, trabajo, esfuerzo y paciencia para poder reparar lo que las experiencias adversas han genera-

¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo?

josé luis gonzalo marrodán - óscar pérez-muga

do en ese niño: el daño emocional, que es lo mismo que decir el daño a la persona.

Existen mitos como que *con el amor se cura todo* y que *lo que ha ocurrido con anterioridad se olvida*. Esto no es cierto. El trauma se graba en las memorias emocionales e impele al niño a actuar conforme al mismo (con unas *tendencias de acción*¹ de orden inferior, de supervivencia, como huir, evitar o atacar) ante una situación que puede recordarle la experiencia dura del pasado. Aunque él no tenga la sensación de que está recordando ni sea consciente de que esas tendencias guardan relación con los hechos traumáticos vividos. Los padres también desconocen los efectos adversos del trauma sobre la persona del niño y cómo afectan provocando inestabilidad emocional, alteraciones de conducta y dificultades de adaptación social.

El apego, igualmente, ha podido ser alterado por experiencias de malos tratos con los cuidadores primarios en edades tempranas, por lo que la capacidad del niño para establecer relaciones sanas y constructivas puede estar afectada. El niño tenderá a apeгarse disfuncionalmente con sus nuevos padres adoptivos o cuidadores, de acuerdo a lo que aprendió en sus primeras relaciones. Romper o alterar el contacto del niño con los padres o cuidadores primarios puede tener un alto coste para el futuro, sobre todo en las etapas clave de la formación del vínculo de apego como son los primeros dos años.

Conocer todo esto es vital para los futuros adoptantes como para los actuales padres adoptivos, pues los niños pueden manifestar su sufrimiento de maneras muy diversas: inestabilidad emocional, trastornos de conducta, robos, conductas agresivas, fugas, trastornos del aprendizaje, retraimiento... En ocasiones, la convivencia –en especial en la etapa adolescente que, con los cambios psicofisiológicos, se convierte en un periodo en el que la contención y la responsabilidad resultan muy complicadas– puede estar presidida por un clima de gran tensión que afecta a todos los miembros de la familia.

1. Este concepto es del autor Van der Hart y colaboradores en su magnífico libro *El yo atormentado*, de la editorial Desclée De Brower.

Bastantes padres que hemos tenido en tratamiento en nuestras consultas no atribuyen todo esto al sufrimiento del menor y al hándicap que éste arrastra como consecuencia del daño sufrido en etapas anteriores del desarrollo, sino que comienzan a culparse o culpan al hijo cuando aparecen conductas problemáticas o síntomas. Esto puede ser, a veces, por desconocimiento. La convivencia se deteriora hasta tal punto que la familia entra en una crisis en la que se oscila entre la desilusión profunda y la desesperación impotente. Bastantes familias han acudido a nuestras consultas desbordadas.

A estos padres y madres adoptivos con hijos que soportan la pesada carga del maltrato y la herida del abandono sobre sus espaldas nos dirigimos especialmente en esta guía –aunque en general a todos y también a los profesionales–; porque creemos que una visión resiliente de su hijo y unas orientaciones concretas de actuación pueden resultarles de gran ayuda.

Esta visión que trata de ayudar a los padres adoptivos a comprender que el daño emocional que sus hijos han sufrido en su etapa anterior les genera un sufrimiento que exteriorizan o interiorizan a través de diferentes síntomas y conductas, no quiere decir que aquéllos no tengan ninguna responsabilidad. Al contrario, la responsabilidad es mayor aún porque se harán conscientes de que sus hijos necesitan unos adultos que se conviertan en tutores de resiliencia, otra propuesta que hacemos en esta guía para que los padres puedan convertirse en esas personas que acompañen, contengan, apoyen y ayuden a sus hijos a resistir y rehacerse. Los padres y los hijos, por supuesto, no son responsables de los sucesos de vida tan duros y crueles que éstos últimos han vivido en sus países de origen (desnutrición, abandono, testigos de muertes, de violencia, de guerras, separados de sus padres y llevados a un orfanato en condiciones precarias, calamidades como huracanes, terremotos... palizas, humillaciones, insultos, desvalorizaciones... amenazas a su seguridad sin fin) y que les han dañado; pero sí son responsables de, siendo conscientes de lo que ello supone, cambiar su forma de relacionarse, educar y criar si es que ésta no es la adecuada. Porque dependiendo de lo que los padres adoptivos hagan con sus hijos, éstos derivarán hacia una espiral de la que no se puede salir (ahondarán en su herida y en

¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo?

josé luis gonzalo marrodán - óscar pérez-muga

sus estrategias destructivas) o caminarán por el duro y difícil pero liberador camino de la resiliencia, del resistir y rehacerse, del ayudarles a comprender, contener y exteriorizar su inmenso dolor, el cual, como muchos adoptados dicen, nunca se termina de apagar del todo.

Por ello, en esta guía que tienes delante de tus ojos, padre, madre, cuidador adoptivo, acogedor, profesional... encontrarás, en la primera parte, una explicación, un marco comprensivo basado en la neurociencia más actual (explicada de una manera sencilla) para poder elaborar lo que le sucede a tu hijo adoptivo. Está basado en el apego y la resiliencia, dos conceptos que nos proporcionan el marco para darnos cuenta de qué les pasa a los niños, porqué se comportan del modo en que lo hacen. En ella desarrollamos los conceptos de apego y resiliencia primaria y secundaria, utilizando la metáfora de la casa y sus cimientos para ayudar a comprender los conceptos. Terminamos exponiendo los tipos de apego y respondiendo a la cuestión de si un niño adoptado puede o no presentar un trastorno en este sentido.

En la segunda parte, también basándonos en la neurociencia, volvemos a analizar los conceptos de resiliencia y apego, desde lo que llamamos, para entendernos, el “cableado” del cerebro (lo que actualmente los expertos denominan conectoma) Si en el capítulo anterior nos referimos a la estructura (usando la metáfora de los cimientos de la casa), en este apartado hacemos un análisis más detallado de los elementos de resiliencia y de los tipos de apego que se derivan de aquéllos, esta vez desde las funciones y no tanto desde la estructura, ayudándonos de la metáfora del coche. Terminamos esta parte ofreciendo pautas y orientaciones para tratar adecuadamente a los menores de acuerdo a su tipo de apego, aportando situaciones y ejemplos prácticos que deseamos ayuden a los padres y profesionales.

En la tercera parte, tratamos de recoger el proceso (no de una manera exhaustiva pero sí tratando de reflejar lo que les ocurre y sienten en ese proceso) por el que pasan algunos padres adoptivos desde que su alegría inmensa y los proyectos de vida que tenían ilusionantes, para su hijo, se van truncando y con el derrumbe de las ilusiones, el surgimiento de la culpa, las tensiones de pareja, el clima familiar crispado, el sueño roto... Hacemos especial

hincapié en lo que llamamos el auto-referencial, un aspecto del que los padres adoptivos han de ser conscientes para trabajarlo si quieren cambiar la relación con su hijo, mejorarla y mejorar al menor. El auto-referencial supone tratar de educar al niño conforme a los principios y maneras que a uno le educaron: eso no vale porque estos niños, como decimos en la guía, operan con otro sistema operativo, utilizando la metáfora de la informática. Así pues, no se puede ir con *Windows* cuando el programa es de *Mac*. Es necesario, pues, desarrollar otras referencias diferentes para educar a los menores.

En la cuarta parte, proponemos una nueva visión que conceptualice de una manera distinta los problemas que suelen presentar los menores evitando el juego maligno de la búsqueda de culpables. Si se tiene otra mirada sobre estos chicos la vida puede ser suficientemente feliz, es lo que sugerimos.

En la quinta parte, ofrecemos unas orientaciones prácticas basadas en nuestra experiencia de trabajo con niños adoptivos y sus familias, los principios y directrices que nos parecen fundamentales mediante los cuales los padres adoptivos pueden convertirse en tutores de resiliencia para su hijo, explicando de manera clara qué es y supone esta propuesta.

En la sexta parte, incidimos en la función narrativa, pero esta vez la centramos en la extrema importancia que tiene la construcción de una identidad positiva y un estrecho e intenso sentimiento de pertenencia a la familia, pues ambos son factores protectores y de prevención de problemas emocionales y del comportamiento.

Finalmente, en el anexo, presentamos ejemplos de casos, experiencias y narrativas: uno de intervención con un joven y su familia y de cómo los profesionales implicados han trabajado en red, aspecto muy importante cuando se interviene con niños con trastorno del apego. Otro caso que presentamos es el testimonio de una joven adoptada, la cual orienta a los padres sobre cómo educar a los hijos. Ofrecemos también un ejemplo de narrativa elaborada realizada con un niño de trece años en psicoterapia. Seguidamente, mostramos, también en el anexo, una narrativa mediante cuentos cortos escritos por un niño de nueve años. Finalmente, exponemos cómo los niños pueden narrar mediante el uso de una técnica no verbal como es el cajón de

¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo?

josé luis gonzalo marrodán - óscar pérez-muga

arena.

Esperamos que este libro resulte un instrumento útil y que favorezca y ayude a todos los padres e hijos adoptivos, así como a los profesionales de la adopción y la protección a la infancia. Aunque centrada en este ámbito, pensamos que puede aplicarse también con los menores cuyos trastornos o problemas de apego se hacen patentes en otros contextos. Con ese deseo la hemos escrito.

Los autores

San Sebastián-Donostia, 15 de noviembre de 2010

Parte I

El ser humano configura la estructura
durante sus primeros tres años:
la metáfora de la casa

1

El apego y la resiliencia

Empezaremos hablando de un concepto que consideramos básico para comprender el comportamiento y desarrollo de las personas: la resiliencia.

Es un concepto que viene de la física y que supone la capacidad que tienen los cuerpos para resistir los impactos.

Trasladado a la psicología, lo definiríamos como la capacidad de resistir los traumas y adversidades de la vida, rehaciéndose y en algunos casos incluso desarrollando habilidades aprendidas a partir de dichas experiencias.

Esta capacidad reside en parte en factores que tienen que ver con la genética o el temperamento, pero tiene su origen fundamental y viene condicionada por las vivencias durante el período de desarrollo que transcurre entre los 0 y los 3 años.

En estos períodos sensibles denominados *ventanas de oportunidad*, se consolidan los cimientos o elementos de resiliencia primaria sobre los que descansan el resto de los aprendizajes.

Aunque siempre hay cierta plasticidad neuronal para aprender cosas nuevas a lo largo de la vida, es difícil cambiar los rasgos principales de personalidad. Las capacidades personales tienen que ver con la posibilidad de formar determinadas conexiones sinápticas. Por ello, nuestras actitudes son principalmente la expresión de la organización y estructura de nuestro cerebro (Sadurní, Rostán y Serrat, 2002).