

# ADOPCIÓN Y APEGO



Los niños/as adoptados/as han sufrido experiencias que les han generado percepciones de rechazo y fuertes reacciones emocionales de ira, miedo, tristeza (Bowlby, 1973). El niño/a adoptado/a ha perdido la seguridad de ser único/a al perder el lazo que unía la vida parental y la postnatal. Este abandono lo lleva a experimentar una **profunda sensación de pérdida** que se asociará a cualquier tipo de rechazo que ocurra en su vida, expresándolo de diferentes formas, ya sea a través de la desconfianza, la separación, el aislamiento o la sensación de estar incompleto/a y desconectado/a.

Sabemos que los sentimientos de pérdida de los padres y madres biológicos están presentes años después de la llegada a casa, y que estos sentimientos dificultan la expresión del dolor por la pérdida, lo que puede afectar al **desarrollo de un vínculo seguro** entre el niño/a y los padres y madres adoptivos (Ballús y Pérez-Testor, 2016).

Para estructurar el sistema relacional familiar, estableciendo vínculos seguros, **los padres y madres deben acompañar emocionalmente a los hijos/as**, reconocer su dolor y sufrimiento, al mismo tiempo que les demuestran que no se sienten abrumados/as. Solo así el niño/a irá ganando la confianza necesaria para asumir poco a poco dicho sufrimiento, y el cambio se producirá cuando el niño/a se sienta seguro/a.

Vetere y Dallos (2012) proponen que atender a la gestión de sentimientos implica varias cosas, como fijarse en los **patrones relacionales y procesos de apego**; analizar las creencias sobre los problemas y sobre su solución; analizar, expandir, validar y procesar los sentimientos positivos y negativos; fomentar la reflexión en cuanto a los recuerdos visuales y sensoriales; regular el afecto y analizar cómo se ofrecen y reciben el consuelo y la calma; estudiar los patrones transgeneracionales de la relación y apego y; reflexionar sobre los sentimientos. Todos estos procesos son importantes ya que las emociones y sentimientos están en la base de la dinámica relacional.

En resumen, una adecuada actuación de los/las padres/madres requerirá de **sensibilidad y comprensión**, con el fin de poder transmitir a su hijo/a seguridad, confianza, aceptación y poder ayudarlo así a contener su dolor evitando la desregulación. No ser capaz de leer las necesidades o pensamientos del hijo/a dará lugar a una respuesta insensible en el padre o madre y afectará a cómo ese niño/a entiende a los otros/as, al mundo y a sí mismo.



## Referencias:

- Ballús, E., y Pérez-Testor, C. (2016). The emotional experience of being internationally adopted: a qualitative study with nepalese children adopted in Spain. *International Social Work*, 60(5), 1141-1153. doi: <https://doi.org/10.1177/0020872816662511>.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.
- Vetere, A., y Dallos, R. (2012). *Apego y Terapia Narrativa: un modelo integrador*. Morata.