

LA ADOPCIÓN

GUÍA PARA
PADRES Y
MADRES



GUÍA PARA
PADRES Y
MADRES

LA ADOPCIÓN



Autoría:

Isabel Bellver Vázquez-Dodero

Ilustraciones:

Isidre Monés

Coordinan:

Jesús María Sánchez Herrero

Nuria Buscató Cancho

Isabel Bellver Vázquez-Dodero

Edita:

CEAPA

Puerta del Sol, 4 - 6º A

28013 MADRID

Primera edición:

Diciembre 2013

Maquetación:

IO Sistemas de Comunicación

Imprime:

IO Sistemas de Comunicación

Enrique Granados, 24

28523 MADRID

JUNTA DIRECTIVA DE CEAPA:

Jesús M^a Sánchez Herrero, Jesús Salido Navarro, Nuria Buscató Cancho, Eusebio Dorta González, Juan Manuel Jiménez Lacalle, José Pascual Molinero Casinos, Elena González Fernández, Carmen Aguado Cabellos, Nieves Natalia García Pérez, Juan Antonio Vilches Vázquez, José Luis Lupiañez Salanova, Emilia Ruiz Acitores, Mustafá Mohamed Mustafá, Ascensión Pinto Serrano, Lois Uxio Taboada Arribe, José Luis Pazos Jiménez, Andrés Pascual Garrido Alfonso, Petra Angeles Palacios Cuesta y Ana Moya Díaz.

Índice

1. La adopción	5
2. El proceso de adaptación e integración	11
3. El niño o niña adoptado: Características y necesidades	18
4. La crianza y educación de nuestro hijo o hija	30
5. La escuela	43

1. La adopción

La adopción se ha convertido en un fenómeno creciente en la sociedad española, especialmente la adopción internacional. Cada vez son más personas las que deciden esta opción para formar una familia, lo que hace que España ocupe uno de los primeros lugares en número de adopciones internacionales. Los orígenes son diversos, siendo los más frecuentes Europa, Asia y América Latina. También podemos encontrar diversidad de situaciones, pueden ser bebés, niños de diferentes etnias, niños mayores de cuatro años, grupos de hermanos, etc.

La adopción es un mecanismo o recurso de protección de la infancia en situación de desamparo que pretende ofrecer una familia a aquellos niños y niñas que no pueden ser cuidados por sus familias de origen o han sufrido una situación de abandono, basándose en la defensa del interés superior del menor. La adopción permite promover su desarrollo familiar y socio-afectivo a través de una medida estable y definitiva. A nivel jurídico, se extinguen los anteriores vínculos de los niños y se produce una equiparación total en derecho con los vínculos de la filiación natural.

La adopción puede ser nacional o internacional. La nacional es aquella en la que se adopta a un menor que reside en España, aunque su origen cultural pueda ser diferente. La internacional es la que se realiza en un país diferente. Estos dos procesos de adopción tienen algunas características diferenciales (información previa disponible, periodo de acogimiento preadoptivo, duración del proceso, etc.).

Este aumento de las familias adoptantes es fruto de diferentes factores como la disminución de la fertilidad, el retraso de la edad

de la maternidad, la incorporación de la mujer al mundo laboral, la aparición de nuevos modelos familiares, etc. Asimismo, en España, el mayor acceso a los métodos anticonceptivos, el cambio de actitud social hacia las madres solteras, los apoyos a familias con dificultades, etc. son variables que han generado una disminución del número de niños y niñas susceptibles de adopción y, por tanto, un aumento de las adopciones internacionales.

Tras el proceso de adopción es igualmente importante el proceso de postadopción, que va a requerir una preparación por parte de padres y madres para afrontar el desarrollo del niño o niña y las posibles dificultades que puedan surgir. Una vez que el hijo o hija ha llegado a nuestro país, es frecuente que los padres vivan un momento con una mezcla de sentimientos de ilusión, miedo y responsabilidad.

Las familias adoptivas, como el resto de familias, han de satisfacer las necesidades de su hijo o hija, muchos de los cuales han vivido experiencias difíciles como pérdida de sus progenitores, abandono, maltrato, periodos prolongados de institucionalización, falta de cuidados y estímulos, etc.

La adopción ofrece a estos niños y niñas la oportunidad de mejorar y superar todas estas dificultades, de crecer en un contexto cálido donde puedan desarrollarse plenamente y superar sus carencias previas. Por tanto, tiene una función reparadora, en la que padres y madres tienen un papel clave.

La familia y la escuela serán los dos principales entornos de integración de los niños.

Tanto las familias adoptantes como los menores adoptados comparten una serie de experiencias y características que son necesarias tener en cuenta.

Las familias adoptantes han de cumplir unos criterios que son: ser mayores de 25 años, que la diferencia máxima entre adoptado y adoptante no sea superior a 40 años, contar con unos requisitos psicopedagógicos y socioeconómicos que favorezcan su desarrollo y cumplir con los requisitos específicos del país de origen.

Asimismo, los **padres y madres** que han pasado por este proceso tienen una serie de características y vivencias comunes que podrán influir en la relación que se establezca con el hijo o hija:



- Han pasado previamente por un **proceso de pérdidas** complejo que han debido elaborar para favorecer una vinculación positiva con el menor: en casos de infertilidad, la renuncia del embarazo, de poder engendrar un hijo y verlo nacer; en función de la edad, renuncia a desarrollar funciones parentales en los primeros meses de vida; continuidad de la herencia genética familiar, etc.
- Han vivido un duro proceso de **espera**, incertidumbre y tensión que incluye un proceso de valoración de su idoneidad como padres adoptantes, la espera para la llegada del niño o niña, el momento del primer encuentro, que, en muchas ocasiones, no habrá respondido a sus expectativas (por la posible reacción del hijo o hija), poca información del niño, por el seguimiento posterior de los profesionales, etc.
- Tienen un **desconocimiento previo de los menores**, tanto de sus antecedentes genéticos como de sus vivencias, lo que dificulta que puedan interpretar adecuadamente las conductas del hijo o hija.
- Posible sentimiento a **sentirse cuestionados**, teniendo que demostrar su capacidad para educar a un niño. Ello puede hacer que, a veces, tengan más reticencias a pedir ayuda.
- **Visibilidad** de la adopción, por las posibles diferencias físicas evidentes entre los diferentes miembros.
- No cuentan con referentes cercanos con los que identificarse.
- Durante el proceso parental han de gestionar, además de las características de las tareas educativas cualquier niño o niña, algunas particulares de este proceso: integración o adaptación mutua, la reparación de posibles daños, secuelas,

retrasos y trastornos provocados por la historia del hijo o hija, revelación de los orígenes, etc.

Los **niños y niñas** adoptados tienen unas características comunes y parten de una situación previa similar. En concreto, señalamos:

- Son, por encima de todo, niños, es decir, tienen las **características propias de un niño**. Es preciso considerar que pueden tener unas necesidades y dificultades específicas pero, al mismo tiempo, no contemplar la condición de adoptado como la única variable relevante que pueda explicar su comportamiento.
- Traen consigo una “**mochila**” de vivencias, experiencias y recuerdos y han creado anteriormente una serie de vínculos afectivos. En la mayoría de los casos, han crecido en un entorno (familiar e institucional) que no ha respondido a sus necesidades evolutivas, con pocos cuidados físicos, falta de higiene, poca atención afectiva, poca estimulación, etc.
- Con un entorno adecuado que potencie su desarrollo y que comprenda y atienda sus necesidades, la **resiliencia** en los niños es posible, es decir, su capacidad para seguir adelante a pesar de las vivencias traumáticas y especialmente difíciles que pueden haber vivido.
- En **poco tiempo** han adaptarse e integrarse en una nueva familia, establecer nuevos vínculos afectivos (padres, hermanos, etc.), incorporarse al ritmo y exigencia escolar, aprender una nueva lengua, aprender nuevas costumbres y nuevas normas,

Cualquier familia, adoptante o no, tiene funciones y responsabilidades de crianza y educativas, es decir, ha de proporcionar a sus hijos e hijas un clima de afecto, apoyo, valores y normas que permita vínculos

de apego que generen una base de seguridad, de crecimiento y de afirmación de sí mismos y les permitan adaptarse a la sociedad.

Además de las habituales, la **labor educativa** de padres y madres adoptantes requiere:

- **Acoger** la llegada del hijo o hija.
- Desarrollar un sentimiento de **pertenencia familiar y un vínculo** con el hijo o hija.
- Abordar las **dificultades de adaptación** del niño que ha vivido situaciones de abandono y maltrato y posibles conductas desconcertantes de rechazo a su nueva familia.
- Desarrollar una **comunicación positiva** con la dificultad que conlleva la diferencia del idioma.
- Ayudarle a **reparar sus secuelas** y déficits de su historia previa con una actitud cálida de comprensión y sensibilidad hacia esos daños. En este caso, de manera especial, es importante aceptar su identidad y diferencia personal, como forma de ser querido y favorecer su crecimiento como persona.
- **Revelación** de la condición de haber sido adoptado, respondiendo a sus inquietudes y a sus efectos emocionales.
- Ayudarle en la **adolescencia** en su proceso de identidad y búsqueda de sus orígenes.

Esta guía está dirigida a padres y madres que ya han adoptado y pretende ser una ayuda en su labor educativa ofreciendo información y orientaciones educativas para poder abordar y satisfacer las necesidades y dificultades de los hijos o hijas.

2. El proceso de adaptación e integración

Una vez que nuestro hijo o hija está con nosotros, se produce un proceso de adaptación a la nueva situación. No en todos los casos tiene lugar de la misma forma y su duración dependerá fundamentalmente de su historia previa, de la profundidad de sus heridas emocionales, de sus necesidades y de nuestra capacidad y recursos para responder a ellas.

Con el fin de que padres y madres podamos responder de forma adecuada a las necesidades de nuestro hijo o hija, es importante que conozcamos cómo funciona este proceso para que podamos interpretar correctamente sus necesidades y conductas y responder a ellas de la forma adecuada.



Por la parte de nuestro hijo o hija tenemos que tener en cuenta:

- ✓ La adopción implica un **cambio importante en su vida**. Ya sea positiva o negativa, ellos han tenido una historia previa definida por una relación con diferentes personas (cuidadores, compañeros, etc.), posible relación con familiares biológicos, estancia en una residencia a la que se han habituado, otras variables, etc. La adopción implica dejar de lado este entorno que conocían y podían predecir, romper estas relaciones, etc. por lo que, aunque el cambio sea positivo para ellos, han de elaborar esta pérdida. El proceso de adaptación va a depender, en gran parte, de la historia previa de nuestro hijo y de los recursos que tengamos como padres .
- ✓ Nuestro hijo o hija viene con una **experiencia previa** en la mayoría de los casos dolorosa, con experiencias de abandono, institucionalización y posibles malos tratos o vivencias traumáticas. Estas experiencias han conllevado una vivencia de carencias afectivas, apego inseguro y falta de estimulación que, sin duda, ha influido de forma importante en su desarrollo, su personalidad, sus comportamientos, su actitud, su forma de percibir el mundo, las relaciones con los demás, etc.
- ✓ El hecho de que no haya tenido figuras de apego que respondieran a sus necesidades básicas le ha llevado a desarrollar un **apego inseguro**, que implica que ha vivido y percibe el mundo con un lugar inseguro y amenazante en el que no puede ni confiar en las personas que le rodean ni esperar nada, con sentimientos de soledad y desamparo. La manera de superar este apego inseguro será desarrollar una relación con su nueva familia, es decir, con nosotros, que es lo que le permitirá

aprender a confiar, vivir experiencias positivas y seguras y, en definitiva, desarrollarse de forma sana y positiva.

- ✓ Nuestro hijo o hija trae consigo **heridas emocionales** importantes que se expresarán a través de **comportamientos difíciles**. Estos comportamientos serán su forma de expresarnos el daño que han recibido y sus sentimientos de malestar. Su proceso para superarlas afectará a la dinámica y convivencia familiar.
- ✓ Reparar estas heridas implicará una **gran dedicación** por parte del niño y por nuestra parte. En la medida de lo posible, es importante conocer cómo han sido estas experiencias previas ya que nos va a permitir entender mejor sus consecuencias y nos va a facilitar, por tanto, la labor de reparación. Durante este proceso, es importante la revelación de orígenes y la gestión de esta historia previa.
- ✓ En la nueva situación, los **cambios** a los que tendrá que hacer frente nuestro hijo o hija en un breve periodo de tiempo son varios y pueden generarle inseguridad y desconcierto:
 - Cambio de cultura, costumbres, nuevo idioma, etc., especialmente en las adopciones internacionales, que implicará aprender nuevas formas de relacionarse.
 - Un entorno familiar nuevo, con nuevas figuras de referencia, donde tendrá que aprender a relacionarse, conocer las expectativas de sus padres, qué normas están establecidas, cuáles son las conductas adecuadas e inadecuadas, etc. En este nuevo entorno, sus necesidades se verán atendidas de forma inmediata, contrastando con la privación que tenía en el anterior entorno. El nuevo proceso de vinculación supondrá para él un gran esfuerzo emocional.

- Un nuevo entorno escolar con unas exigencias muchas veces por encima de sus capacidades.
- ✓ La gran necesidad de cambio, adaptación e integración que tienen los niños y niñas que son adoptados hace que su capacidad de aprendizaje sea muy alta, sobre todo en lo relacionado para poder desenvolverse en su nueva vida. Aún así, tenemos que tener en cuenta que en este proceso, frente a otro niño de su edad, tendrá que realizar de forma simultánea:
 - Adaptarse e integrarse en una nueva familia, en nuevo entorno y en una nueva cultura.
 - Reparar las heridas emocionales y desarrollar los posibles trastornos cognitivos, sociales y emocionales.
 - Crecer y evolucionar como cualquier niño o niña de su edad.

Este triple proceso conlleva una energía muy grande y tendremos que tener en cuenta que aunque su capacidad de adaptación sea elevada no es infinita.

Fases del proceso de adaptación

Es importante conocer cómo puede desarrollarse el proceso de adaptación ya que, en muchos casos, su significado puede ser el contrario al que padres y madres podamos percibir. De forma general, este proceso puede evolucionar de la siguiente forma:

1. **En un primer momento**, nuestro hijo o hija se esforzará por agradar y caer bien, por obedecer, para que sus padres le aceptemos y poder

formar parte así de la familia, por lo que todo parecerá que funcione perfectamente. El trato es agradable, se muestra maduro y autosuficiente y puede parecer que la adaptación ya se ha realizado. Al mismo tiempo, explora todas las posibilidades de su entorno y de las figuras de referencia para comprobar la confianza en los adultos que le rodean y si está en un lugar seguro, que no se le va a abandonar otra vez. Cuando haya comprobado que puede confiar en ellos, se empezará a construir una relación de apego seguro. Por todo ello, este periodo se llama también de "luna de miel."

2. **En un segundo momento**, cuando empieza a confiar en los adultos que le rodean es cuando comienza a manifestar su malestar, trayendo al presente sus vivencias y conflictos previos, a través de un empeoramiento de su comportamiento, rabietas, etc. De esta forma, comienza a aparecer el niño más real, que está dañado emocionalmente, y que comprueban la seguridad de la relación, lo que refleja que, aunque parezca justo lo contrario, se empieza a construir el apego y el vínculo. Es importante conocer el sentido y la necesidad de esta fase, para que padres y madres no malinterpretamos ni las conductas del niño ni las propias. Precisamente la confianza que el niño siente en este momento en nosotros es lo que permite que pueda expresarnos sus sentimientos y heridas, producidas por sus propias vivencias, a través de este tipo de conductas por lo que padres y madres hemos de entender que nosotros no somos el origen de las mismas. Por este motivo, tenemos que ser conscientes que esto es una señal de que la adaptación e integración evolucionan positivamente, tener una actitud cálida y paciente de acogimiento y saber que en este momento nuestra aceptación y cariño incondicional es más necesaria que nunca.

3. **En un tercer momento**, como manifestación de esta evolución y avance, se pueden producir regresiones que pretenden reparar y satisfacer las necesidades primarias e infantiles que no han sido satisfechas con anterioridad, en un entorno que el niño ya empieza a sentir como seguro. Estas regresiones pueden ser conductas como ser cogido en brazos, comportarse como un bebé, falta de control de esfínteres, etc. De esta forma, recrean aquello que no han podido vivir. Para muchos padres estas conductas puedan llegar a ser desconcertantes. Por ello, es importante conocerlo y dejar espacio y tiempo para que tengan lugar, aunque supervisando cuál es el momento más adecuado para realizarlas, ya que es una señal de que está avanzando. El juego puede ser un espacio muy adecuado para que tengan lugar.

En cuanto a la **fase de apego** con padres y madres, el niño o niña pasa por varias etapas:

- En el proceso de cambio, cuando siente que le separan de su entorno de apego, puede mostrar una gran ansiedad y mostrar un rechazo hacia la nueva situación, no hacia personas concretas.
- El niño puede pasar por una fase de apatía, acordándose de su vida anterior, aunque comienza a aceptar su nueva situación y a su padre y madre adoptivos.
- Posteriormente, el niño comienza a adaptarse y a establecer una relación de apego y afecto hacia sus padres adoptivos.

Es importante señalar que cuando el niño es menor, el proceso de adaptación puede desarrollarse de forma más rápida y menos conflictiva que en niños mayores.

El proceso de adaptación de padres y madres

Los padres también tenemos que adaptarnos a nuestro hijo o hija, a sus características, dificultades y necesidades. Esto nos genera, en muchas ocasiones, ansiedad, estrés, miedo e inseguridad ante la posibilidad de no saber afrontarlo y a no saber responder a sus necesidades. En un breve tiempo, tenemos que desarrollar capacidades de crianza sin un proceso previo y con una dedicación absoluta. El proceso para responder a sus necesidades y heridas emocionales es costoso y complejo.

En muchos casos, nosotros también hemos tenido que experimentar nuestras propias pérdidas, un proceso complejo de espera, etc. y todo ello conlleva también una serie de sentimientos que traeremos al propio proceso de adaptación con nuestro hijo o hija. Además de nuestras capacidades, nuestros sentimientos, necesidades y motivaciones influirán de forma importante en todo el proceso de integración.

3. El niño o niña adoptado: Características y necesidades

Cada niño o niña que ha sido adoptado es diferente, tiene su propia personalidad y ha tenido su propia vida. Sin embargo, en la mayoría de los casos, han vivido una historia previa parecida, con unas experiencias y recuerdos específicos, lo que ha generado unas consecuencias y unas características o comportamientos habituales comunes, especialmente en los primeros años de su nuevo entorno. Y, por tanto, tienen que superar algunos retos comunes.

De forma general, podemos decir que han vivido en un entorno que no ha respondido a sus necesidades y que ha dificultado su desarrollo, por lo ha generado diversas carencias. Esto ha conllevado unas consecuencias y unas necesidades.

De forma concreta, algunas de las situaciones comunes que han vivido son:

- **Vivencias de abandono, experiencias traumáticas y desprotección:** posible entorno de violencia, malos tratos, aislamiento social, padres que no han sido capaces de ejercer su parentalidad (toxicomanías, enfermedades, etc.).
- **Estancias prolongadas en instituciones** masificadas con pocos recursos, que generan distintas carencias afectivas, psíquicas y físicas. Dependerá del tipo de institución y de cómo esté organizada pero, en general, podemos decir que el ambiente suele ser estructurado y rígido, basado en las normas y la disciplina, ofrece poca estimulación y el trato hacia los niños y niñas es más indiferenciado, es decir, menos individualizado y



organizado en función de las necesidades grupales. El personal de las instituciones varía con mucha frecuencia, tanto por un sistema de turnos como porque puedan dejar de trabajar en el mismo, por lo que pueden haber sido atendidos por muchas personas pero difícilmente de forma individualizada. Aún así, en algunos casos, puede que el niño haya podido establecer algún vínculo con alguno de sus cuidadores. En la medida en el que hayan tenido un trato más personalizado, su desarrollo afectivo será mejor. Por otro lado, es difícil que hayan tenido cosas propias que les pertenecieran y tienen dificultades para jugar y relacionarse entre sí, ya que para que esto tenga lugar han tenido que ser previamente cuidados, atendidos y respetados. Por ello, muchos han vivido sentimientos de soledad y

aislamiento, han tenido que consolarse solos y que adquirir hábitos para sobrevivir en este entorno.

- **Pérdidas emocionales y afectivas:** con sus figuras de referencia iniciales, con las personas con las que se han relacionado posteriormente, del mundo que conocían y podían predecir, etc. En primer lugar, la separación de su madre biológica con la que, de una forma u otra, podría haber empezado a establecer un vínculo que le orientara y le diera seguridad. Posteriormente, sufren la pérdida de las personas que los han cuidado en la institución, que, aunque haya sido insuficiente, es su punto de referencia y lo que conocen. Estas pérdidas les hacen sentirse inseguros, desorientados y perdidos.

Estas vivencias y experiencias van a generar diversas secuelas que se pueden expresar de diferentes formas y que van a influir de forma decisiva en la forma en la que se adaptarán e integrarán en su nuevo entorno, en sus expectativas y sus conductas. A continuación, vamos a señalar algunas de las consecuencias más relevantes, sabiendo que no todas aparecen en todos los niños y que pueden variar en intensidad y frecuencia. Dependerán de la edad de adopción y de su historia previa (duración e intensidad de los malos tratos, tiempo y calidad del periodo de institucionalización, vínculos anteriores, etc.), de las capacidades del menor y del contexto que encuentra después de la adopción. Cuanto más difíciles y prolongadas fueron sus experiencias, es más difícil la recuperación posterior.

Estas consecuencias son:

- **No han tenido unas figuras de referencia estables y significativas** que les hayan dado un afecto incondicional y una

atención exclusiva y personalizada, que hayan atendido a sus necesidades, que les hayan apoyado y contenido emocionalmente. Es decir, no han tenido a nadie que haya comprendido, anticipado, atendido y contenido sus necesidades, que les haya atendido cuando lloraban, que les haya escuchado, mirado, etc. Por ello, no han podido desarrollar un vínculo afectivo estable y tiene un **apego inseguro**.

El apego es la base afectiva que tiene lugar en la primera etapa de la vida de un niño y consiste en la relación que se establece con sus figuras de referencia a partir de que éstas respondan a sus necesidades y de las sensaciones de proximidad física, experiencias y sentimientos de afecto, aceptación incondicional, confianza, seguridad, pertenencia y disponibilidad. Esta relación permite que el niño tenga una imagen interna de estas figuras como estables y disponibles, lo que le servirá como base de seguridad para explorar su entorno físico y social y relacionarse con los demás. Permitirá, por tanto, elaborar los primeros modelos de relación con los otros, es decir, formar el modelo interno de la relación afectiva al que se adaptarán los vínculos y modelos de relación que se creen posteriormente con otras personas. Por ello, el apego es fundamental para que sea capaz de crecer y vincularse de forma positiva con otras personas. En función de cómo se hayan satisfecho las necesidades básicas a partir de este primer vínculo, el apego puede ser seguro o inseguro. Para que el niño tenga un apego seguro necesitará entonces de unas figuras de referencia estables que respondan a sus necesidades, lo que permitirá que construya un sentimiento de pertenencia, desarrolle recursos emocionales y sociales para expresar sus deseos, sea capaz

de dar y recibir a los otros, autocontrolarse, pueda ponerse en el lugar del otro y responder en consecuencia, desarrolle conductas de cooperación y altruismo, afronte situaciones difíciles, etc. Por el contrario, un niño con un apego inseguro manifestará dificultades para vincularse de forma positiva con los demás ya que tendrá problemas de seguridad y autoestima, desconfianza e inseguridad hacia los demás, problemas de autocontrol, dificultad para comprender la realidad, etc. Todo ello afectará a su desarrollo social, emocional, cognitivo, aprendizaje, en los diferentes entornos. En resumen, debido a sus vivencias previas y a la falta de este vínculo temprano, los niños y niñas que han sido adoptados han desarrollado un apego inseguro, por lo que necesitarán seguridad y que atiendan a sus necesidades básicas para poder desarrollar así la confianza en sus figuras de referencia que les permita elaborar nuevos modelos relacionales y relacionarse de forma positiva con su entorno.

- **Tienen una baja autoestima**, ya que se sienten culpables y piensan que se merecían el abandono, que les abandonaron por no ser buenos. Por ello, les cuesta especificar sus cualidades, realizar las cosas por sí mismos y, aunque lo intentan, comportarse de forma correcta y ser obedientes. Tienen dificultades para diferenciar lo que son de lo que hacen por lo que suelen reaccionar mal ante las críticas.
- **Dificultades para relacionarse con el mundo**, comprenderlo, las intenciones de los demás. Por ello, perciben el mundo con hostilidad. Esto les ha llevado a ser inseguros y desconfiados.
- **Tienen poco sentido de la realidad**. Por un lado, la percepción que tienen de sí mismos no se corresponde con la realidad,

asumiendo más riesgos y peligros. Por otro lado, malinterpretan la realidad, les cuesta entender los dobles sentidos y se pueden generar equívocos. Su sentido del humor es bajo.

- **Tienen miedo al abandono y a lo desconocido**, a los imprevistos, a los cambios y a toda situación nueva. Les cuesta manejar el estrés y reaccionan de forma brusca a los cambios en su entorno o en sus rutinas. Esto es consecuencia de las pérdidas que han sufrido de forma temprana de sus lugares de referencia (al menos en dos ocasiones, sin que pudieran comprenderlas).
- **Tienen dificultades en sus relaciones sociales**. La experiencia de relaciones sociales no satisfactorias ha generado en ellos una actitud de desconfianza hacia los demás por lo que, aunque lo intentan, tienen mayores dificultades para relacionarse con sus iguales y pueden vivir situaciones de aislamiento y rechazo, lo que dificulta también que desarrollen habilidades sociales adecuadas. Asimismo, por sus respuestas emocionales negativas y por tener pocas habilidades de comunicación. La falta de figuras de apego previas y su inseguridad afectiva influyen entonces en sus intentos de relación y vinculación: tienen dificultades para establecer contacto físico con los demás, pueden ser un poco reacios a dar su cariño y a las muestras de afecto de los demás, les cuesta integrarse en los juegos de reglas, respetar turnos, interpretar las relaciones, cuidar y respetar, etc., aunque disfruten de la amistad con sus iguales. Por todo ello, especialmente al inicio, en algunos casos la convivencia con ellos puede llegar a ser difícil.
- **Manifiestan diferentes indicadores de apego deficiente**. Por un lado, pueden necesitar la presencia constante de la figura

de apego, tanto física como visual, ya que podrían pensar que si no está, es posible que le abandone, por lo que en este caso expresan el desconsuelo con llanto. Les cuesta así tener una representación segura de sus figuras de apego. Por otro lado, podrían mostrar una simpatía indiferenciada en la que parece que son muy sociables y autónomos con todo el mundo. Con el tiempo, es normal que esta soltura remita y vaya siendo más adaptativa.

- Han desarrollado unas conductas adaptativas que, en muchas ocasiones, no son las adecuadas para el nuevo entorno. Muchas de ellas, basadas en la supervivencia, donde todo valía para salir adelante.
- Debido a sus secuelas emocionales, tienen **dificultades para gestionar sus emociones**: les cuesta identificar y manejar sus emociones, especialmente las negativas, reprimen sus sentimientos, pueden ser muy sensibles o por el contrario, muy duros o resistentes al dolor, etc.
- **Necesitan llamar la atención con mucha frecuencia**, debido a sus carencias afectivas, por lo que la reclaman, especialmente al principio. Les gusta ser los protagonistas y, para ello, a veces controlan a las personas o situaciones, instrumentalizando las relaciones. La inseguridad y el miedo a perder el afecto de sus nuevas figuras de referencia, dada su experiencia anterior, les llevan a necesitar de forma constante llamar la atención, utilizando los recursos que les han servido hasta el momento, hasta que aprendan otros nuevos. Por ello, estas conductas que pueden ser incomprensibles, indisciplinadas o provocadoras en muchos casos, no tienen intencionalidad de generar conflictos, sino de comprobar la fiabilidad de los

nuevos vínculos en los nuevos entornos, de su resistencia y autenticidad y de su adaptación al entorno.

- **Tienen dificultades para autocontrolarse** y quieren satisfacer de forma inmediata sus necesidades y deseos, les cuesta controlarlos y tienen miedo al rechazo. Su tolerancia a la frustración es baja, no reciben bien el "no", posponer sus deseos, ni las críticas. Por ello, explotan con más facilidad, tienen mayor número de rabietas y con más intensidad, etc.
- Se cansan rápidamente de las cosas, mostrando desapego por ellas. Si quieren algo, una vez que lo han conseguido, ya no tienen interés por ello y lo olvidan, lo pierden, lo dan, lo rompen, etc. Esto es un reflejo de ellos fueron tratados de igual forma.
- **No interiorizan las normas y los valores éticos con facilidad.** Conductas como agredir o mentir para conseguir algo las realizan fácilmente, no dándole importancia. Para ellos, lo que tiene valor es la realidad y aquello que satisface sus necesidades. A medida que vayan teniendo otros recursos alternativos estas conductas irán disminuyendo.
- Llegan con unas **bases muy pobres** en las que establecer los nuevos aprendizajes, desconocimiento del idioma, pérdida de su mundo conocido, En muchos casos, necesitarán un esfuerzo extra.
- Aunque aprendan cómo hacer las cosas, **olvidan con frecuencia**, bien sea porque están agobiados por un exceso de actividad o porque se distraen con otros estímulos. Por eso, les cuesta también más aprender a partir de la experiencia.

- **Su desarrollo** (físico, afectivo y social) se ha visto **limitado** por estas experiencias vitales previas que les han llevado a una situación de falta de estimulación y a una situación de vulnerabilidad. En muchos casos, pueden tener problemas neurológicos, físicos, etc. Físicamente, al inicio pueden presentar desnutrición y raquitismo. Respecto a la evolución de su desarrollo, la edad cronológica puede no coincidir con su edad cognitiva y emocional. Asimismo, tienen progresos irregulares, avanzan en unas cosas y se estancan en otras al mismo tiempo.

Esta falta de estimulación cognitiva, lingüística y afectiva puede haber generado dificultades en algunas áreas del desarrollo y del aprendizaje, es decir, **posibles retrasos madurativos** en el desarrollo lingüístico, cognitivo, emocional y motórico. Por tanto, pueden tener dificultades visuales y auditivas, dificultades en la coordinación, la atención, concentración, autocontrol, y rendimiento intelectual y en el desarrollo de capacidades como la exploración, imitación, etc. todo ello necesario en los procesos de aprendizaje. Por este motivo, pueden aparecer **dificultades de aprendizaje en el ámbito escolar**. Tenemos que respetar así sus ritmos de aprendizaje y ser realistas con los objetivos. No podemos compararles con niños de su edad en cuanto a capacidades y rendimiento.

- Han tenido poca estimulación lingüística, por lo que tienen problemas de comunicación, lo que aumenta con la necesidad de aprender un nuevo idioma. En el aprendizaje de este nuevo idioma, va a influir el momento en el que tenga lugar la adopción. Si se realiza antes de los 2 años, en uno o dos años puede aprender el nuevo idioma sin grandes problemas.

Los que pueden presentar más dificultades son aquellos que fueron adoptados entre los 4 y los 8 años. En general, las dificultades que pueden presentar son: problemas para escuchar, procesar e integrar la información, interpretar, interiorización de conceptos, pobre vocabulario.

Las necesidades del niño o niña adoptado

Las necesidades de los niños y niñas que han sido adoptados son diversas. Algunas serán compartidas con el resto de niños y niñas; otras serán consecuencia de las experiencias comunes que han tenido la mayoría de niños que han sido adoptados, y otras serán específicas de su propia historia personal: el lugar donde ha vivido, el tipo de cuidados y relaciones personales que ha tenido, si ha tenido o no experiencias de maltrato, si el ambiente era más o menos desestructurado,



- **Necesidades fisiológicas–biológicas:** Alimentación adecuada y equilibrada, vestido, sueño suficiente, higiene, respeto a sus horarios y ritmos biológicos, al descanso y el juego, atención médica de calidad, protección contra todo daño físico garantizando su seguridad, vivienda digna y un ambiente sano, limpio, no contaminado, etc.
- **Necesidades afectivas:** amor y comprensión, vínculos afectivos seguros, sólidos y estables, aceptación incondicional, sentirse valiosos para el otro, seguridad emocional, contacto físico y expresiones de afecto, autonomía y límites, etc. Aquí incluiríamos también la necesidad y el derecho a tener una familia. Es decir, el niño, para el desarrollo armonioso y pleno de su personalidad tiene el derecho y la necesidad de crecer en el seno de una familia, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión.
- **Necesidades cognitivas:** estimulación intelectual, lingüística, hábitos saludables, refuerzo de sus progresos y logros, oportunidades para descubrir la realidad, etc.
- **Necesidades socioculturales:** comunicación con los demás para expresar sus necesidades, deseos, sentimientos y pensamientos y recibir respuesta adecuada, establecer relaciones sociales eficaces tanto con adultos como con sus iguales, relaciones de respeto, dignidad y consideración, relaciones de cuidado y atención, necesidad de ser escuchados y de participar activamente en el entorno socio–cultural al que pertenecen.
- **Valores:** principios consistentes y coherentes, normas y límites claros a sus conductas.

b) Necesidades de los niños y niñas que han sido adoptados

Aunque dependerá de cada niño o niña en concreto, de forma general podemos decir que los niños y niñas que han sido adoptados necesitan:

- La **oportunidad** de superar la fase de adaptación e integrarse en un nuevo hogar.
- Un **ambiente seguro y estable**, de aceptación incondicional, que atienda a sus necesidades básicas y le contenga física y emocionalmente, donde poder crear vínculos afectivos estables con una nueva familia.
- **Recursos adicionales** que respondan a sus necesidades especiales, de atención y cuidados y le proporcionen experiencias de éxito, eficacia y reconocimiento.
- La posibilidad de **reparar sus heridas** y carencias emocionales consecuencia de su historia previa, que le permitan superar las pérdidas anteriores y el miedo a un nuevo abandono, aceptando y manejando sus sentimientos (soledad, culpa, rabia, dolor, etc.)
- La posibilidad de **comprender** qué supone haber sido adoptado, buscar respuestas para construir su historia personal y su identidad, asumir y reconciliarse con sus orígenes, aceptar nuevos modelos de referencia, reconocer y aceptar las diferencias con su nueva familia, tener una imagen positiva de sí mismo y construir una autoestima positiva.
- **Ser respetado** en su historia, defenderse de las posibles muestras racistas de los demás.

4. La crianza y educación de nuestro hijo o hija

En el momento en el que se constituye la adopción, la familia adoptiva se convierte en una familia como las demás, por lo que tienen las mismas funciones de crianza de sus hijos e hijas, con fases parecidas. Han de afrontar algunas tareas, retos y dificultades específicas que pueden hacer esta labor más compleja y han de responder a las necesidades particulares de su hijo o hija.

Como ya hemos visto, algunas de las particularidades de las familias adoptivas son:

- Su condición de parentalidad ha de ser evaluada por un equipo profesional que es el que valorará su idoneidad.
- Han de pasar por un tiempo de espera hasta la llegada del niño o niña, que es incierto y puede prolongarse durante varios años, con la angustia que puede generar.
- Han de reparar y abordar los daños y dificultades de su hijo o hija y hacer frente a las dificultades en su adaptación e integración familiar.
- Han de revelar a su hijo o hija sus orígenes y su condición adoptiva.
- La crianza es más compleja: han de afrontar todas las carencias del hijo y sus posibles desajustes emocionales, establecer nuevos límites y principios educativos, adaptarse a su realidad, aceptarle y tolerarle tal y como es, con su historia

previa, ayudarle a gestionar sus diferencias, ayudarle en su proceso adoptivo, crear un espacio emocional para su familia biológica, etc.



De forma general, teniendo en cuenta las características generales anteriores, señalamos algunas orientaciones a tener en cuenta en este proceso de crianza y educación de nuestro hijo o hija:

- **Favorecer la construcción del vínculo afectivo fuerte y seguro** con él o ella, es decir, de forma progresiva ir ofreciéndole afecto, aceptación incondicional y disponibilidad, seguridad y

confianza, es decir, un entorno de calidez y firmeza que promueva una base sólida, cálida y afectiva que le permita desarrollarse de forma sana. Esto se conseguirá en el día a día y en la convivencia, conociéndole, estando junto a él, prestándole atención, respondiendo y atendiendo de forma exclusiva a sus necesidades físicas y emocionales, estando disponibles para él, mostrándole afecto y seguridad, con paciencia, etc. Sabremos que se está construyendo este vínculo cuando seamos la figura de referencia para él, por ejemplo, cuando ante situaciones difíciles (tanto de necesidades básicas como de sentimientos dolorosos) acuda a nosotros como refugio y consuelo; cuando seamos su base segura para explorar y descubrir el mundo y relacionarse con otras personas. Este vínculo será la base sobre la que construirá el resto de relaciones en los diferentes entornos (familia, escuela, etc.). A medida que se vaya afianzando el vínculo, desarrollaremos el sentimiento de arraigo y pertenencia que le ayudará en su integración y su estabilidad emocional. La facilidad o no que tenga nuestro hijo para vincularse dependerá de su historia previa y de los vínculos que haya establecido. En general, como hemos visto, han establecido vínculos inseguros (es muy demandante, llora cuando no estamos, les cuesta mucho jugar solos para no separarse de nosotros, etc.). Por el contrario, hay niños que se muestran fríos y les cuesta confiar, también fruto de sus experiencias pasadas donde han aprendido que los adultos no son de fiar y nuestra figura puede ser una amenaza y por eso se muestran reacios (aunque con los demás, puedan ser encantadores). Si nuestro hijo ha tenido la oportunidad de establecer algún vínculo seguro previo con alguna de sus figuras de referencia anteriores, el proceso de

vincularse a nosotros será más fácil, aunque el duelo por la pérdida de ese vínculo anterior será mayor. Este proceso de vinculación también dependerá de nuestras expectativas y de nuestra relación e historia afectiva previa (que seamos más o menos cercanos o empáticos, más o menos protectores o sobreprotectores, que respetemos su ritmo, que le aceptemos aunque no se ajuste a nuestras expectativas, etc.).

- **Un entorno familiar lo más estructurado posible**, seguro, cercano y previsible, con unas normas y límites claras y breves, unas rutinas y hábitos consistentes que le den seguridad y estabilidad y unos modelos claros de comportamiento. Es fundamental que conozca quiénes son sus figuras de referencia y de autoridad. Para que pueda predecir lo que va a suceder, es necesario que le transmitamos qué se espera de él y le demos pautas para realizarlo, seamos coherentes con las normas y consecuencias establecidas, informarle de las cosas que tendrán lugar, de los cambios, etc. Especialmente importante al inicio es facilitarle un entorno tranquilo y seguro en el que tenga claro cuáles son sus figuras de referencia. Intentar dosificar y equilibrar su presentación a nuestros familiares y amigos, para no desorientarle y sobreestimularle. Es decir, que la vida cotidiana sea la vida normal de la familia. Es recomendable que no haya muchos cambios pero si los hay prepararle de forma gradual, para que no los viva de forma brusca.
- **Comprender y apoyar su proceso y ritmo de adaptación.** Entender que este proceso implica un cambio vital drástico y que se tiene que adaptar a un nuevo entorno de forma muy rápida, lo que le hará sentirse inseguro. Tenemos que apoyar este proceso en el que tendrá que explorar la nueva situación,

descubrir qué se espera de él, cuáles son las normas, las formas de relación adecuadas. Esta inseguridad y el estrés de la nueva situación puede hacer que, especialmente al inicio, tenga dificultades para dormir, pesadillas, dificultades para comer o mucho apetito, conductas regresivas, miedo y rechazo al contacto físico, ansiedad de separación, miedo a las relaciones sociales con otros niños, etc. Tendremos que entender que todas estas reacciones son normales y ser pacientes y respetar su ritmo. En general, a medida que vaya cogiendo confianza y sintiéndose seguro irán desapareciendo, aunque es necesario que las supervisemos.

- **Promover metas realistas** que pueda alcanzar para potenciar su sensación de competencia, autoconfianza y autoestima, sin sobreestimularle ya que puede generarle ansiedad. Hay que tener en cuenta que, en muchas ocasiones, no tendrá la base necesaria y su cerebro no estará preparado de igual forma, por lo que será necesario acompañarle en su proceso de aprendizaje hasta que puedan ir adquiriendo autonomía de forma gradual. Será fundamental entonces que le conozcamos bien para tener una percepción realista de sus capacidades, motivaciones e intereses, que respetemos su ritmo de aprendizaje y que seamos realistas en nuestras expectativas, sabiendo que no podemos compararle con niños y niñas de su edad en cuanto a capacidades y rendimiento.
- Para facilitar el proceso de adaptación, es recomendable que **adaptemos nuestra vida cotidiana** a su ritmo, sus necesidades y posibilidades, especialmente al inicio, dándole un mayor tiempo y espacio para que se habitúe al entorno familiar y a los hábitos y rutinas cotidianas.

- **Ayudarle a definir, expresar y gestionar sus sentimientos y sus posibles miedos.** Cuando nuestro hijo se enfada o tenga una expresión de rabia, en primer lugar, contenerle, y cuando esté calmado, mostrar nuestro enfado o desacuerdo con su conducta (no con él), y explicarle que ello no significa que le dejemos de querer. Especialmente importante será que nos refiramos a su conducta no a su persona. No es recomendable usar la ironía ya que no la entienden y pueden vivirla de forma dañina.
- **Promover el desarrollo de habilidades de comunicación y habilidades sociales,** que le permitan comprender su entorno y a los demás e interactuar y relacionarse de forma positiva con los demás.
- **Reconocer y ser conscientes que sus vivencias previas forman parte de nuestro hijo o hija,** que va a necesitar un esfuerzo extra para restaurar sus heridas y le influirán en su desarrollo. Es necesario que aceptemos y afrontemos las diferencias que, aunque no lo son todo, existen.
- **Empatizar y ponernos en su lugar** para ser conscientes del estrés que puede conllevar todos los estímulos que son nuevos para él y enseñarle habilidades de atención y autocontrol. Entender que a través de su comportamiento busca que le acepten como es y comprobar que está en un entorno en el que puede confiar. Asimismo, es necesario entender sus heridas, contenerlas y apoyarle en el proceso de reparación.
- En este sentido, comprender que muchas de las conductas que puede desarrollar nuestro hijo o hija son conductas adaptativas que tuvo que desarrollar en su pasado para



sobrevivir en el entorno (rabiets, mentiras, agresiones, etc.) y **enseñarle conductas alternativas para que pueda manejarse y adaptarse a su nuevo entorno**. No darles una intencionalidad ni pensar que pueden ser genéticas.

- **Reconocer y reforzar su esfuerzo y sus logros**, por pequeños que puedan ser, teniendo en cuenta el punto desde donde partía y animarle a que alcance nuevos retos.
- **Tener paciencia y dedicación**, ayudándole a que comprenda la realidad y darle recursos para que se maneje en ella. Tener en cuenta que necesitará más tiempo dada su falta de base.
- **Ser conscientes de que nuestro hijo o hija puede sufrir muestras de racismo fuera de nuestro entorno**, por sus iguales o por terceras personas. Especialmente en la etapa de la adolescencia, cuando son más independientes y no van acompañados por nosotros. Esto puede hacer que tengan dificultades para aceptar sus rasgos e integrarlos dentro de su

identidad. No obviarlos ni quitarles importancia sino preparar a nuestro hijo a que acepte y afronte sus rasgos diferenciales y pueda construir una imagen positiva de sí mismo y darle también las herramientas para que sepa defenderse de forma asertiva ante muestras racistas. Asimismo, tener en cuenta que este puede ser un aspecto que dificulte su proceso de identidad, ya que, en la mayoría de los casos, nosotros no compartimos su raza y rasgos. Por ello, puede estar en una situación más vulnerable a situaciones de discriminación que le generen intranquilidad, miedo, soledad, angustia, etc. Es recomendable que enseñemos valores de respeto e igualdad y potenciemos relaciones interpersonales con algunos de sus amigos o personas de su misma raza.

- **Coordinarnos con el centro escolar** para facilitar información y acordar las pautas de intervención que mejor respondan a sus necesidades.

La revelación de sus orígenes

Revelar a nuestro hijo o hija que fue adoptado es uno de los aspectos principales que hemos de abordar y una tarea que nos corresponde a nosotros como padres y madres. Es un derecho que tienen y forma parte del desarrollo de una relación sincera, de confianza, afectiva y de comunicación positiva y del desarrollo de su identidad personal y autoestima. En muchas ocasiones, la diferencia de rasgos externos acentuará además la necesidad de esta comunicación o la posibilidad de que se entere por terceras personas de forma inadecuada. Por ello, es importante reconocer que para nuestro hijo o hija es una necesidad y un derecho.

En esta tarea es importante tener en cuenta:

- **Cuanto antes** le informemos mejor, ya que estaremos permitiéndole que aborde lo antes posible sus secuelas, carencias y dificultades personales. Un buen momento, sería al comenzar a hablar. La comprensión de esta información será un proceso que llevará más tiempo.
- A la hora de comunicarlo, es importante hacerlo de forma **natural y normalizada**, priorizando la forma al contenido, utilizando un lenguaje respetuoso y positivo y las palabras adecuadas, de forma realista pero cuidando así su historia personal y las personas que le cuidaron, con una actitud afectuosa y tranquila, comprensiva y empática. Dejar una comunicación abierta para que pueda preguntar. Transmitir seguridad, confianza y calidez. Empezar por las ideas más globales y posteriormente aportando información más concreta.
- Estar **tranquilos**. Aprovechar sus preguntas para darle información, hacerlo con un lenguaje que pueda entender y de forma positiva, adaptar el contenido a lo que pensemos que esté preparado para recibir. Es importante no mentirle.
- **Esta comunicación ha de estar abierta y ha de ser progresiva**, es decir, que no ha de ser una única conversación, si no un proceso de comunicación que se irá adaptando a la evolución y necesidades de nuestro hijo o hija, a medida que vaya tomando más conciencia, lo vaya comprendiendo, vayan surgiendo más dudas, etc. por lo que tendremos que mostrar nuestra disponibilidad.

- Buscar el **momento adecuado**, respetando su tiempo, voluntad, emociones y necesidades.
- **Recoger y aceptar los sentimientos** de nuestro hijo o hija. Será importante quitarle una posible culpa, aclarándole que no fue por nada que él hiciera.
- **Contextualizar** la información transmitida, es decir, explicar las posibles condiciones previas que llevaron a esta situación, sin juzgar ni descalificar a la familia biológica.
- La labor de revelación y elaboración de la condición adoptiva favorece el proceso de **reconstrucción de su historia y la elaboración de su identidad** personal y familiar, especialmente en la adolescencia. Esta labor le permitirá aceptar y asumir su historia, una reconciliación personal (consigo mismo y con la familia biológica), evitar las fantasías ligadas a la adopción, crear un espacio simbólico a la familia biológica, normalizar la condición de adoptado, eliminando tabúes y prejuicios, etc. En definitiva, facilita la resiliencia de nuestro hijo al darle un significado a su identidad personal.
- Si tenemos esa información, podemos basarnos en los informes, fotos, etc. Si no tenemos información sobre la familia biológica, podemos hacer referencia al país de origen.
- Si fuera necesario, nos podemos apoyar en algunos recursos como cuentos, películas, experiencias de otras familias, etc.

A partir de este momento, nuestro hijo comenzará el proceso de construcción de su identidad, es decir, de elaborar en su desarrollo una historia de su propia vida, lo más completa posible, que adquiera un

sentido para él, uniendo y elaborando la información que recibe. Esta compleja labor es una necesidad para ellos, especialmente en la adolescencia, donde construirá su identidad en base tanto a sus orígenes biológicos como a la familia lo adoptó, integrándola con su personalidad. Será relevante información como el lugar donde nació, el día, el motivo de su nombre, parecidos físicos, por qué le dieron en adopción, qué hubiera pasado si se hubiera quedado allí, motivo por el que le buscaron sus padres adoptivos, qué sintieron, etc.

Será fundamental que nosotros, como padres y madres, le acompañemos en este difícil proceso en el que tendrá diferentes sentimientos, una posible culpa por el abandono, temor a serlo de nuevo, etc. Es necesario que le mostremos nuestro apoyo y afecto y hablemos con él para que supere el duelo del abandono y sienta que él no fue la causa y que no le sucederá de nuevo.

Cuidarnos a nosotros mismos

Educar a nuestro hijo o hija adoptado es, con frecuencia, una labor compleja por lo que es normal que tengamos sentimientos encontrados: satisfacción y gratificación junto con sentimientos de miedo, fracaso, culpa, decepción, incertidumbre, rechazo, etc.

Además, el estar bajo la mirada de los demás y sentir que nos cuestionan, no facilita este proceso. Muchas veces nos sentiremos solos e incomprendidos por enfrentarnos a una realidad diferente a la de la mayoría. En muchos casos, encontraremos desconocimiento en nuestro entorno social o por parte de muchos profesionales con los que tiene contacto nuestro hijo (en el centro, etc.).

Por todo ello, será muy importante que nos cuidemos a nosotros mismos. A continuación, señalamos algunas recomendaciones a tener en cuenta:

- Ser conscientes que la educación de nuestro hijo o hija es un **proceso a largo plazo** por lo que será necesario que seamos pacientes. Es cierto que requiere un mayor esfuerzo pero, en general, con el tiempo, nuestro hijo irá evolucionando de forma positiva.
- Tener unas **expectativas ajustadas** a la realidad de nuestro hijo, que no sean demasiado elevadas.
- **Valorar todos nuestros logros** en su educación, aunque sean lentos y pequeños.
- **Aceptar nuestros sentimientos** y no culparnos por ellos, buscar el espacio y la persona adecuada para que podamos expresarlos. Aceptar que no somos perfectos y podemos tener errores, como todos los demás.
- Buscar **espacios de descanso** y otras fuentes de satisfacción, hobbies, etc.
- **Cuidar a la pareja**, ya que muchas veces seremos un apoyo mútuo y habremos de funcionar como un equipo frente a las dificultades.
- **Buscar recursos** que nos puedan ayudar cuando nos sintamos desbordados: apoyarnos en otros padres en la misma situación creando círculos de apoyo, buscar asociaciones de otros padres y madres, ayuda profesional especializada en

adopción (formativa, de asesoramiento o terapéutica), buscar recursos de apoyo o formativos postadopción en nuestra comunidad, etc.

- Es recomendable **pedir ayuda** cuando consideremos que no funcionan los recursos que ponemos en marcha, cuando nuestro hijo está triste, aislado, lo esté pasando mal y no sepamos qué hacer, estemos angustiados y sin ilusión, etc.

A nivel social, es importante normalizar el concepto de familia adoptiva como una nueva forma más de vida familiar y respetar la privacidad de las mismas, a pesar de que sean más evidentes. Asimismo, transmitir una información realista sobre el proceso de adopción.

5. La escuela

Además de la familia, la escuela es uno de los contextos socializadores más importantes en la infancia que permite la integración de niños y niñas en la sociedad.

Por ello, la adaptación en el entorno escolar de los niños y niñas que han sido adoptados es otro de los aspectos fundamentales en su desarrollo. Y también puede ser una de las preocupaciones principales de las familias, siendo conscientes de las dificultades de aprendizaje, socialización e integración que pueden tener sus hijos e hijas. De hecho, un alto porcentaje de niños y niñas que han sido adoptados tiene dificultades en su proceso de adaptación escolar, especialmente a partir de la etapa de Educación Primaria.



Es necesario tener en cuenta que nuestro hijo o hija tendrá que adaptarse a un nuevo espacio físico, a unas nuevas demandas, personas nuevas, tanto profesores como compañeros, nuevas formas de aprendizaje, etc. Todo ello en un nuevo idioma y al mismo tiempo en el que se está integrando en su nueva familia y está en el proceso de reconstrucción de sus heridas emocionales.

Como hemos visto anteriormente, su historia previa, sus secuelas emocionales y la falta de estimulación han generado carencias en su desarrollo y en sus capacidades para el aprendizaje escolar (concentración, esfuerzo, disciplina, hábitos de organización y planificación, retención y memorización de la información, etc.), por lo que se manifestarán de forma general en dificultades de aprendizaje, de integración, posibles dificultades de relación con sus compañeros, posibles déficits cognitivos u otros trastornos, bajo rendimiento académico, etc. Por este motivo, las bases para asentar nuevos aprendizajes son deficientes, unido además a la dificultad del aprendizaje de un nuevo idioma y contexto. Al mismo tiempo, hemos visto que, en general, suelen ser niños inseguros, con baja autoestima y poca confianza en sí mismos, con tendencia a la dispersión y a bloquearse, etc.

Por todo ello, necesitan una mayor dedicación, esfuerzo y energía para realizar una tarea que requiera atención y concentración. En este proceso de adaptación al entorno escolar, el niño dedicará gran parte de su energía a entender cómo funciona este nuevo entorno, a integrarse en los nuevos hábitos, tanto del aula como del centro, a comprender cómo relacionarse con los profesores y con sus compañeros, etc. Las tareas propias del aprendizaje, como la capacidad de atención, concentración y asimilación de contenidos quedarán entonces a un segundo plano.

Debemos saber que la adquisición de las habilidades necesarias para el aprendizaje y del nuevo idioma requerirá un tiempo.

El sistema educativo tendrá que definir, en su caso, las posibles necesidades específicas de nuestro hijo o hija para establecer los recursos que den respuesta a las mismas. En todo este proceso de integración, será fundamental que familia y escuela colaboren y estén coordinadas.

Incorporación al entorno escolar

Como ya hemos visto, los niños y niñas que han sido adoptados son muy sensibles a los cambios, por lo que adaptarse a un nuevo entorno, el escolar, además de al familiar, será una de las tareas más complejas para ellos.

Por ello, antes de incorporarse a la escuela y de iniciar el proceso de escolarización, es recomendable que se priorice el proceso de vinculación familiar, es decir, que previamente nuestro hijo o hija se haya integrado en su nueva familia y entorno social. Asimismo, que el proceso de incorporación se realice de la forma más gradual posible, teniendo en cuenta:

- Antes de empezar el curso escolar, es recomendable visitar el centro para que pueda conocer el entorno, el aula, el maestro, etc.
- Cuando comience el curso escolar, asistir de forma gradual al centro, con menos horas, aumentándolas de forma gradual a medida que veamos que su adaptación es positiva. En un inicio, lo más importante será que establezca una relación segura con el maestro y sus compañeros, ya que esta seguridad emocional será la base para el aprendizaje posterior de contenidos académicos.

Pautas a tener en cuenta en el centro educativo

En todo este proceso, algunos aspectos recomendables a tener en cuenta por el centro educativo son:

- Promover un **clima positivo de relaciones interpersonales** entre todos, con una actitud abierta, donde los alumnos se sientan atendidos y escuchados y un clima sensible y acogedor que priorice la vinculación y la socialización a los logros académicos.
- Ofrecer un **entorno que le apoye en su desarrollo con los recursos pedagógicos necesarios**, que entienda en el punto donde se encuentra y lo que necesita para avanzar. Asimismo, que acepte su ritmo de aprendizaje y el tiempo que necesita para adaptarse al entorno escolar, es decir, que las expectativas y exigencias escolares estén ajustadas a sus necesidades y ritmo reales. Por el contrario, si no fuera así podrían generar estrés y retrocesos en el niño. Asimismo, que disponga de los recursos necesarios para estimularle y desarrollar sus carencias. Probablemente, necesitará una mayor atención, supervisión y apoyo para realizar las tareas escolares.
- Promover un **entorno de aprendizaje seguro y previsible** que le permita desarrollar las habilidades y hábitos necesarios, adquirir confianza y repetir aprendizajes y experiencias para ir adquiriendo una sensación de competencia y seguridad en sí mismo. Un ambiente estable, abierto y tolerante donde pueda sentirse aceptado y acogido y que le ofrezca la oportunidad de experimentar el éxito en la consecución de los objetivos y de ser reconocido por ello.

- Potenciar el **aprendizaje del lenguaje oral y escrito** con diferentes recursos. Valorar la posibilidad de apoyos en la adquisición del idioma y en posibles retrasos lingüísticos. También será necesario tener en cuenta que es diferente el lenguaje académico que el coloquial que pueda aplicar en el contexto familiar. Asimismo, será importante estimular el lenguaje interno que le permita razonar. Y, antes de aprender otro idioma, valorar si es necesario que consolide antes nuestra lengua.
- Enseñar **valores de tolerancia, igualdad, valoración de las diferencias** y respeto mutuo para prevenir posibles situaciones de racismo, acoso o maltrato.
- **Favorecer la colaboración familia-centro educativo** en las medidas necesarias que permitan responder a sus necesidades: una posible evaluación psicopedagógica, posibles adaptaciones, etc. Será importante una buena comunicación que nos permita establecer metas realistas y objetivas y en la que podamos intercambiar información necesaria para el desarrollo de nuestro hijo o hija. Asimismo, es importante una actitud de respeto hacia la historia familiar.
- Promover actividades motivadoras que fomenten la **adquisición de habilidades sociales, emocionales, cognitivas** (atención, memoria, etc.). En caso de que manifestara problemas de conducta en el aula o en el recreo, podría ser por falta de recursos adecuados para manejarse en ese contexto.
- A nivel de contenido curricular, incluir algunos conceptos básicos como: el significado de una familia (lo prioritario es que sus integrantes viven juntos, se quieren y se cuidan), los diferentes tipos de familias que existen (algunos niños nacen y crecen en

la misma familia, otros son adoptados, algunos niños viven con su padre y su madre y otros con solo uno de los dos, etc.).

- **Adaptar algunas actividades e incluir algunas nuevas.** Adaptar aquellas que están basadas en una visión tradicional de la familia (árbol genealógico, historia familiar, fotos de bebé, etc.) e incluir algunas nuevas que contemplen esta nueva realidad, a través de cuentos, recortes de prensa, películas, etc.
- Usar un **vocabulario apropiado** que integren a todo el alumnado y recojan a todo tipo de familias, utilizando un lenguaje positivo y evitando algunas expresiones como “padre/madre verdadero”, “hijo propio”, etc.

FEDERACIONES Y CONFEDERACIONES DE CEAPA

ALBACETE

<http://albfapa.webnode.es>
fapaalbacete@gmail.com

FAPA "GABRIEL MIRÓ" DE ALICANTE

C/ Redován, 6 | 03014 Alicante
Tel: 96 525 26 00 | Fax: 96 591 63 36
<http://www.fapagabrielmiro.es>
fapa@fapagabrielmiro.es

FAPACE ALMERIA

C/ Arcipreste de Hita, 26 | 04006 Almería
Tel: 950 22 09 71 | Fax: 950 22 28 31
www.fapacealmeria.org
fapace@fapacealmeria.org

FAPA ÁVILA

Apdo. de Correos, 60 | 05080 Ávila
Tel: 920 25 27 10 | Fax: 920 25 45 35
<http://www.fampa.org>
secretaria@fampa.org

FAPA ARAGÓN (FAPAR)

San Antonio Abad, 38 | (Antiguo C.P. Rosa Arjó)
50010 Zaragoza
Tel: 976 32 14 30 - 976 46 04 16
<http://www.fapar.org>
fapar@fapar.org

FAPA ASTURIAS

Plaza del Riego, 1, 1º E | 33003 Oviedo
Tel: 98 522 04 86 | Fax: 98 522 90 97
www.fapaasturias.es
fapaasturias@fapaasturias.es

COAPA BALEARS

Gremio Tintoreros, 2
07009 Palma de Mallorca
Tel: 971 20 84 84 | Fax: 971 75 18 63
<http://www.fapamallorca.org>
coapabalears@gmail.com

FAPA BURGOS

Apdo. de Correos 3117 | 09080 Burgos
Tel: 947 22 28 58 | Fax: 947 22 78 99
fapabur@wanadoo.es

FEDAPA CÁDIZ

Colegio Adolfo de Castro
C/ Guadalmesi, s/n | 11012 Cádiz
Tel: 956 28 59 85 | Fax: 956 28 59 89
<http://www.fedapacadiz.org>
info@fedapacadiz.org

FAPA CANTABRIA

C/ Cisneros, 74, desp. 3 | 39007 Santander
Tel: 942 23 94 63 | Fax: 942 23 99 00
<http://www.fapa-cantabria.es/>
fapacantabria@yahoo.es

FAPA CASTELLÓN

Carrer Mestre Caballero, 2 | 12004 Castellón
Tel: 964 25 42 16 | Fax: 964 25 03 60
<http://www.fapacastello.com>
info@fapacastello.com

FAPAES CATALUÑA

Pere Verges, 1 8-14 | 08020 Barcelona
Tel: 93 278 21 43 | Fax: 93 278 12 97
<http://www.fapaes.net>
fapaes@fapaes.net

FAPA CEUTA

Plaza Rafael Gibert, 27
Residencia de la Juventud, 2ª planta
11701 Ceuta
Tel: 956 51 88 50 | Fax: 956 51 24 79
fapaceuta@hotmail.com

FAPA CIUDAD REAL

C/ Pozo Concejo, 8 | 13004 Ciudad Real
Tel: 926 22 67 29 | Fax: 926 22 67 29
<http://www.fapaciudadreal.com>
alfonsoxelsabio1@gmail.com

FAPA CÓRDOBA "Ágora"

C/ Doña Berenguela, 2 | 14006 Córdoba
Tel: 957 40 06 42 | Fax: 957 40 06 42
<http://www.fapacordoba.org>
fapacordoba@fapacordoba.org

FAPA CUENCA

Avda. República Argentina, 10, 2º dcha. |
16004 Cuenca
Tel: 969 21 31 50 | Fax: 969 21 31 50
<http://www.fapacuenca.com>
fapa1cuenca@hotmail.com

FREAPA EXTREMADURA

Apdo. de Correos, 508 | 06080 Badajoz
Tel: 924 24 04 53 | Fax: 924 24 02 01
<http://www.freapa.com>
freapa@freapa.com

FIMAPA FUERTEVENTURA

C/ Pino, s/n | Barrio Majada Marcial
Centro de Educación Ocupacional |
35600 Puerto del Rosario (Fuerteventura)
Tel: 928 85 02 45 | Fax: 928 94 79 80
fimapafuer@gmail.com

CONFAPA GALICIA

Apdo. de Correos, 620 | 15080 La Coruña
Tel: 981 20 20 02 | Fax: 981 20 19 62
<http://confapagalicia.org>
confapagalicia@yahoo.es

FAPA GRANADA "Alhambra"

Camino de Santa Juliana, s/n | 18007
Granada
Tel: 958 13 83 09 | Fax: 958 13 17 64
<http://www.fapagranada.org>
info@fapagranada.org

FAPA GUADALAJARA

Edificio IES Aguas Vivas. Avda. de Beleña, 9
19005 Guadalajara
Tel: 949 88 11 06 | Fax: 949 88 11 12
fapaguadalajara@hotmail.es

FAPA GOMERA

Colegio Público Ruiz de Padrón
38800 San Sebastián de la Gomera
Tel: 922 14 61 08 | Fax: 922 14 61 08
fapagarajonay@telefonica.net

FAPA GALDÓS

Álamo, 54 | 35014 Las Palmas de Gran
Canaria
Tel: 928 38 20 72 | Fax: 928 36 19 03
<http://www.fapagaldos.com>
secretaria@fapagaldos.org

FAPA HIERRO

Apdo. de Correos, 36
38911 Frontera | El Hierro
Tel: 922 55 00 10 | Fax: 922 55 14 70
fapahierro@yahoo.com

FAPA JAÉN "Los Olivos"

Apdo. de Correos 129 | 23700 Linares
Tel: 953 65 06 25 | Fax: 953 69 71 99
<http://www.fapajaen.org>
info@fapajaen.org

FAPA LANZAROTE

CEP de Profesores Calle El Antonio, s/n
35500 Arrecife de Lanzarote
Tel: 690 011 502
<http://www.fapalanzarote.webcindario.com>
fapalanzarote@yahoo.es

FELAMPA LEÓN "Sierra Pambley"

CEIP Lope de Vega
Francisco Fernández Díez, 28 | 24009 León
Tel: 987 21 23 20 | Fax: 987 21 23 20
<http://www.felampa.org>
felampa@felampa.org

FAPA MADRID "Francisco Giner de los Ríos"

C/ Pilar de Zaragoza, 22-bajo jardín
28028 Madrid
Tel: 91 534 58 95 | 91 553 97 73
Fax: 91 535 05 95
<http://www.fapaginerdelosrios.es>
info@fapaginerdelosrios.es

FDAPA MÁLAGA

C/ Hoyo Higuerón, 3
CEIP Félix Rodríguez de la Fuente
29009 Málaga
Tel: 952 042 623 | Fax: 952 042 671
<http://www.fdapamalaga.org>
fdapa@fdapamalaga.org

FAPA REGIÓN DE MURCIA "Juan González"

C/ Puente Tocinos 1ª travesía
Bajos comerciales | 30006 Murcia
Tel: 968 23 91 13 | Fax: 968 24 15 16
<http://www.faparm.com>
faparm@ono.com

FAPA NAVARRA "Herrikoa"

Juan M.ª Guelbenzu, 38 bajo
31005 Pamplona
Tel: 948 24 50 41 | Fax: 948 24 50 41
<http://www.herrikoa.net>
herrikoa@herrikoa.net

FAPA PALENCIA

C/ Panaderas, 14, bajo | 34001 Palencia
Tel: 979 74 15 28 | Fax: 979 74 15 28
faipalencia@yahoo.es

FAPA BENAHOARE (Isla de La Palma)

Doctor Santos Abreu, 48
38700 Santa Cruz de La Palma
Tel: 922 42 06 90 | Fax: 922 41 36 00
<http://fapabenahoare.org>
faipalma@hotmail.com

FAPA RIOJA

Magisterio, 1, bajo | Residencia
Universitaria de La Rioja | 26004 Logroño
Tel: 941 24 84 80 | Fax: 941 24 84 80
<http://www.faparioja.org>
faparioja@faparioja.org

FAPA SALAMANCA

Apdo. de Correos, 281 | 37080 Salamanca
Tel: 923 12 35 17 | Fax: 923 22 36 55
fapahelmantike@outlook.com

FAPA SEGOVIA

Apdo. de Correos 581 | 40080 Segovia
Tel: 921 44 45 87 | Fax: 921 44 45 87
<http://www.fedampa-segovia.blogspot.com>
fedampasegovia@hotmail.com

FAPA SEVILLA

Ronda Tamarguillo, s/n
Edif. Deleg. Prov. Educación | 41005 Sevilla
Tel: 95 493 45 68 | Fax: 95 466 22 07
<http://www.fampasevilla.org>
info@fampasevilla.org

FAPA TENERIFE (FITAPA)

Col. E.E. Hno. Pedro Carretera del Rosario,
km. 4
38010 Santa Cruz de Tenerife
Tel: 922 66 25 25 | Fax: 922 65 12 12
<http://www.fitapa.org>
fitapa@fitapa.org

FAPA TOLEDO

Centro Social Puerta de Cuadros nº 10
45600 Talavera de la Reina
Tel: 925 82 14 79 | Fax: 925 82 14 79
fapatoledo@yahoo.es

FAPA VALENCIA

C/ Denia, 6, puertas 1 y 2 | 46006 Valencia
Tel: 96 373 98 11 | Fax: 96 333 00 77
<http://www.fapa-valencia.org>
fapa-valencia@hotmail.com

FAPA VALLADOLID

C/ Eusebio Gonzáles Suarez, 43
(IES "Julián Marías") | 47014 Valladolid
Tel: 983 343 519 | Fax: 983 343 519
<http://fapava.org/>
fapavaescuelapublica@gmail.com

FAPA ZAMORA

Arapiles, s/n | 49012 Zamora
Tel: 980 52 47 01 | Fax: 980 52 47 01
fapazamora@telefonica.net

Otras Confederaciones de Federaciones de CEAPA

CODAPA (Andalucía)

Avda. de Madrid, 5, 3º | 18012 Granada
Tel: 958 20 46 52 | Fax: 958 20 99 78
<http://www.codapa.org>
secretaria@codapa.org

CONFAPA "Miguel de Cervantes" (Castilla-La Mancha)

C/ Zarza, 6, 1ªA | 45003 Toledo
Tel: 925 28 40 52 | 925 28 45 47
Fax: 925 28 45 46
confapa.clm@terra.es

CONFAPACAL (Castilla y León)

C/ Eusebio Gonzáles Suarez, 43
(IES "Julián Marías") | 47014 Valladolid
Tel: 983 337 058 | Fax: 983 337 058
confapacal@telefonica.net

CONFAPACANARIAS

Avda. 1º de Mayo, 22, 1º dcha
35002 Las Palmas de Gran Canaria
Tel: 928 38 20 72 | Fax: 928 36 19 03
<http://www.confapacanarias.net>
confapacanarias@confapacanarias.net

CONFEDERACIÓN DE APAS "GONZALO ANAYA"

(Comunidad Valenciana)
Pasaje de la Sangre, 5, puerta 2,
despacho 11 | 46002 Valencia
Tel: 96 352 96 07 | Fax: 6 394 37 97
www.gonzaloanaya.com
gonzaloanaya@gonzaloanaya.com

COVAPA (Comunidad Valenciana)

C/ Redován, 6 | 03014 Alicante
Tel: 96 525 26 00 | Fax: 96 591 63 36
<http://www.covapa.es>
covapa_alicante@hotmail.com

Financiado por:



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES Y MADRES DE ALUMNOS

Puerta del Sol, 4 | 6º A | 28013 MADRID | Teléfono 91 701 47 10 | Fax 91 521 73 92

Email: ceapa@ceapa.es | www.ceapa.es