

# Conversaciones difíciles

Holly van Gulden

Traducido y adaptado por Montse F. y postadopcion.org  
Copyright ©1998 by Pact, An Adoption Alliance. <http://www.pactadopt.org>

Los padres que tienen información potencialmente dolorosa del pasado de sus hijos y/o de su familia biológica deben enfrentarse a varias decisiones complejas. Como por ejemplo: ¿Debemos compartir esta información con nuestro hijo? Y si lo hacemos, ¿a qué edad o en que momento de su desarrollo? ¿Cómo compartirla? ¿Cuánto decirle? ¿Quién debe hablar con él?

“¿Cómo decimos a nuestra hija que tiene un hermano mayor que vive con su madre biológica?”. "En el informe consta que la madre biológica de nuestro hijo fue violada. ¿Deberíamos decirle que fue su padre biológico quien la violó?". "Escribimos a nuestra agencia solicitando mas información sobre la familia biológica de nuestro hijo y ellos nos informaron de que el padre biológico de David se encuentra en la cárcel por un delito de sangre. David, que tiene 9 años, pregunta continuamente si hemos tenido noticias de la agencia. ¿Qué hacemos?"

Estoy convencida de que los niños necesitan conocer su pasado, lo bueno, lo no tan bueno, lo divertido, lo doloroso, lo fácil y lo difícil. En mi experiencia como madre y como terapeuta especializada en adopción, nunca he encontrado un solo caso en el que me pareciera oportuno apoyar la decisión de los padres de ocultar información. En todos los casos mi objetivo ha sido encontrar el modo y el momento adecuados y decidir qué información y con quién compartirla (si es necesario informar a alguien más aparte del niño). Siempre que abordó este tema con

una familia, hago hincapié en la necesidad de reunir más datos sobre el pasado del niño, sobre sus padres biológicos como individuos y sobre su patrimonio étnico y cultural. La información “negativa” debe presentarse como una parte del cuadro, no como la totalidad.

En esta era la información viaja a gran velocidad. Los niños que han sido protegidos de información dolorosa podrían descubrir “hechos” de su pasado o de su familia biológica durante su infancia o en edad adulta, incluso si proceden de la adopción internacional. Al descubrir secretos celosamente guardados, pueden sentirse traicionados por los padres adoptivos, avergonzados y llegar a tener problemas de identidad.

Aunque difíciles, o incluso dolorosos, estos “hechos” son piezas fundamentales de la historia y del pasado de nuestros hijos. A menudo la información que los padres no quieren revelar a sus hijos para evitar que sufran, o que interioricen una imagen de sí mismos negativa (mis padres biológicos eran “malos”, yo soy “malo”), encierra piezas clave para resolver el misterio al que todas las personas adoptadas se enfrentan: ¿por

qué no me criaron mis padres biológicos? Todo ser humano necesita y tiene derecho a conocer la información relacionada con su pasado, familia biológica e historia personal. Al ocultar información por temor a que nuestros hijos se sientan heridos o avergonzados, les estamos negando la posibilidad de elaborar, a largo plazo –a lo largo de su vida– una imagen clara de los personajes y de las circunstancias que han determinado su historia y la posibilidad de encontrar sus propios recursos para procesar y exteriorizar información y sentimientos dolorosos. El guardar secretos, especialmente entre generaciones de una misma familia, implica que los hechos son vergonzosos.

En mi opinión, es importante que los padres adoptivos y los profesionales de la adopción recordemos que hay niños que viven con sus familias biológicas y se enfrentan con éxito a este tipo de situaciones dolorosas. No todas las mujeres que han concebido a sus hijos durante una violación los dan en adopción. Algunas crían a sus hijos. Los profesionales deben reflexionar sobre las siguientes preguntas: Teniendo en cuenta mi experiencia profesional, ¿aconsejaría a una madre cuyo hijo es fruto de una violación o de un incesto que ocultara los hechos a su hijo? ¿Aconsejaría a una persona cuyo cónyuge marido, esposa o conviviente se encuentra en la cárcel por cometer un delito de sangre grave o un homicidio, desde que los niños eran tan pequeños que no recuerdan, que mantenga el secreto? ¿Aconsejaría a una abuela o tía que se ocupan de criar a su nieto o sobrino que ocultara al niño que su madre está criando a sus hermanos? ¡No!

Los secretos son nocivos, incluso para los niños. La mayoría de profesionales elaboran cuidadosamente un programa para enfrentarse a los hechos negativos que incluye el hablar con los niños antes de que se conviertan en adultos y, por lo general, antes de que lleguen a la adolescencia.

## • Comprobar los hechos

¿De dónde viene la información? ¿Quién la notificó? Es de vital importancia que los padres adoptivos comprueben no solamente la veracidad de los hechos, sino quien los notificó. El objetivo es **distinguir entre hechos y especulaciones, saber quien notifica la información y quien la transcribe, como la valoró y si se utilizó un lenguaje que implica un juicio moral.** En algunos casos, la información importante sobre la vida de nuestros hijos puede contener suposiciones, insinuaciones o interpretaciones personales. ¿Cómo obtuviste la información que posees?

Tu hijo podría acceder a la misma información a través de los mismos medios: con el informe de adopción, encontrando algún familiar biológico o localizando a los asistentes sociales. Debes compartir con tu hijo también las suposiciones e interpretaciones, aunque no se traten de hechos concretos, dejando constancia de tus dudas. Por ejemplo: "El asistente social cree que tu madre era una prostituta porque... Anotó la información sin tener pruebas fehacientes. Puede o no ser cierto."

## • Analizar los sentimientos

Tras haber comprobado la autenticidad de la información, **los padres deben cuestionarse sus sentimientos al respecto lo más abierta y honestamente posible.** Descubre y desafía tus juicios morales. Es posible que la abstinencia o la virginidad hasta el matrimonio sean un valor importante para ti, pero debes conseguir no juzgar a quienes no comparten tus valores. Por favor, intenta cuidadosa y honestamente, preferiblemente con la ayuda de un profesional, conocer tus juicios morales. De no hacerlo así, transmitirás a tu hijo, inconscientemente, tus juicios acerca de su familia biológica mediante señales verbales, el tono y las palabras empleadas, el lenguaje corporal, la expresión, facial, etc. Los niños captan esas señales y las utilizan para interpretar

los hechos y su pasado y terminan por sentirse avergonzados. Los padres necesitan ayuda para discutir y enfrentarse a hechos tan delicados, para controlar las señales que envían a sus hijos y para sentirse cómodos al hablar de esos hechos.

El objetivo de los padres debe ser el de sentirse “cómodos”. Para ello deberán aprender a **identificar, controlar y compartir su malestar**. Por ejemplo. “Linda, sé que me pongo tensa cada vez que hablamos de la historia de tu padre biológico en la cárcel. Mi nerviosismo es porque me preocupo por ti y deseo que no te sientas culpable o avergonzada por las cosas que tu padre biológico hizo”.

Completar algunas frases puede ayudar a los padres a identificar sus juicios morales sobre las personas involucradas en estas delicadas situaciones. Intenta completar las siguientes frases:

- *Una persona que comité una violación es...*
- *Una persona que esta en la cárcel es...*
- *Una persona víctima de una violación es...*
- *Una mujer que da su hijo en adopción es...*
- *Una mujer que tiene dos hijos, se queda embarazada por tercera vez y da a su tercer hijo en adopción es...*

Recuerda que el objetivo de este ejercicio es descubrir tus reacciones hacia las personas implicadas y aclarar si, y en que medida, podrías transmitir esas reacciones a tu hijo. Violar no está bien, no es un comportamiento aceptable. Si tu hijo fue concebido durante un acto de violación, debes conseguir separar el inaceptable acto de agresión, de la persona (el padre de tu hijo o hija). Si no logras separar el comportamiento del individuo, no importa lo horrorizado y enfadado que te sientas, tu hijo no aprenderá a distinguir el sentido de su nacimiento o de su herencia genética de los comportamientos inapropiados o inaceptables.

Tu hijo va a necesitar una guía y un modelo a seguir para poder **separar las circunstancias**

**de su concepción de su imagen interior y de su autoestima**. Últimamente he oído profesionales de la adopción describir la situación utilizando la frase: “Su hijo es el producto de una violación (o incesto)” Discrepo profundamente, ningún ser humano, ninguna valiosa vida humana es un “producto”. Tu hijo fue concebido durante una violación o un incesto. Como ser humano, valioso y único, aunque fuera concebido en tales circunstancias, no está predeterminado a repetir el mismo comportamiento.

### • **¿Está el niño preparado?**

Los padres tienden instintivamente a esperar a que el niño sea mayor, tal vez adolescente, para hablarle de los hechos delicados de su pasado.. Según mi experiencia, la adolescencia no es el mejor momento para compartir ese tipo de información. Dos de las tareas a las que se enfrentan los adolescentes, individualizar y separar, pueden hacer que les resulte problemático elaborar y exteriorizar la información delicada: Durante la adolescencia, el joven, está elaborando la cuestión “¿Quién soy? Basándose, en parte, en la percepción que tiene de su historia hasta ese momento. Por otro lado, los adolescentes se están preparando para abandonar el nido familiar. Los adolescentes adoptados pueden preguntarse “¿Quién soy y en qué me diferencio de mis padres (adoptivos)?” Pueden llegar a la conclusión de que son exactamente iguales que la imagen –correcta o incorrecta– que tienen de sus padres biológicos.

La adolescencia es una etapa crítica y compleja para aportar información nueva, diferente y negativa acerca del pasado de un joven. Aunque los niños pequeños sean aparentemente más vulnerables, por lo general elaboran con mayor facilidad la información negativa, no sin dolor, confusión y algún sentimiento de culpa, pero las posibilidades de que interioricen sentimientos

de culpa y se avergüencen de las acciones realizadas por otros son menores. Un niño que tiene entre 8 y 10 años dispone de más tiempo para elaborar y re-elaborar la información y para conseguir crear una imagen positiva de él mismo, antes de comenzar a abandonar emocionalmente el nido familiar.

## • El momento adecuado

La elección del momento adecuado para hablar con tu hijo depende de la etapa que esté atravesando. Si crees que tu hijo tiene una imagen de sí mismo demasiado negativa o que se siente demasiado avergonzado como para ser capaz de elaborar información delicada sin interiorizar ulteriores sentimientos negativos o de vergüenza, debes planear como:

- Ayudarle a enfrentarse a la imagen negativa que tiene de sí mismo
- Ayudarle a reforzar sus vínculos
- Ayudarle a identificar y expresar apropiadamente sus sentimientos, especialmente la rabia, el enfado, la frustración, la tristeza, la desesperación y la impotencia
- Compartir la información cuando crees que ha progresado lo suficiente.

Recuerda que a menudo los niños perciben la existencia de secretos y llegan a la conclusión que son culpables. Ocultar algunos detalles de la historia y del pasado de un niño puede acabar reforzando que se sienta avergonzado. Cuando valores su preparación para poder hablarle de he-

chos delicados de su pasado, observa sus recursos para enfrentarse a ellos así como su capacidad cognitiva y emotiva para elaborarlos. Si decides esperar hasta que el niño muestre una imagen positiva de sí mismo, puedes atrapar a tu hijo en una serie de insinuaciones y percepciones vagas que le avergüencen, y negarle la oportunidad de entender y elaborar la realidad de su pasado y su vida.

Compartir con tu hijos datos delicados de su pasado, validando sus sentimientos y haciendo hincapié en que esos fueron comportamientos y decisiones de otras personas y no tuyas, puede ayudarle a superar una imagen negativa de sí mismo, basada en sentimientos de culpabilidad.

## • Escoger las palabras

Escoge con cuidado las palabras que vas a utilizar para hablar con tu hijo. Recuerda que el objetivo es que te muestres abierto, sincero y comprensivo; que comuniques los hechos con la menor cantidad de perjuicios posible, y que ayudes a tu hijo a elaborar la información difícil. Decide quien estará presente. Anota los hechos y las suposiciones y anota también las palabras que te parecen eficaces. Si es posible, cuenta con la presencia de un profesional que pueda ayudaros, a tu hijo y a ti, inicialmente y a largo plazo. Recuerda esa elaboración requiere tiempo. Tu hijo necesita tener acceso a personas que puedan ayudarle a convalidar sus sentimientos y a corregir interpretaciones erróneas.

### CONCLUSIONES

- Si como padres seguís dudando sobre si es oportuno compartir todos los detalles del pasado o de la historia de vuestro hijo, animaos a **buscar ayuda profesional para decidir cómo y cuándo hablarle**. Actualmente muchas comunidades autónomas están poniendo en marcha servicios de postadopción donde podrán orientaros. Los asistentes sociales, las ecais y las asociaciones de familias pueden aconsejaros profesionales con experiencia en los que buscar apoyo.
- Si te sientes abrumado, busca alguien que te apoye de manera regular. Recuerda que compartir con tu hijo la información delicada y ayudarle a elaborar las piezas de su pasado puede servir para acercaros más.