

## ¿Y si tu hijo te rechaza durante el proceso de vinculación?

Extraído de *The Adoptive Parent Preparation System*. Traducido y adaptado por S.M. y postadopcion.org  
© 2005 Joint Council on International Children's Services

La vinculación de un niño hacia sus nuevos padres no sucede de la noche a la mañana. Para la mayoría de ellos, el afecto y el comportamiento positivo se aprenden poco a poco, a lo largo del tiempo. Un niño que no ha tenido siempre los mismos cuidadores o que no ha sido atendido debidamente puede desconfiar de un nuevo hogar, donde, de repente, todos son extraños y todo es diferente.

A menudo, si el niño ha estado en acogida o en una buena institución, y ha estado bien vinculado a quienes le han cuidado, puede pasar por una etapa de ira y dolor por la separación, manifestándolo mediante un rechazo temporal hacia uno o sus dos nuevos padres, aunque ellos no tengan la culpa. Su autoestima ha sufrido a causa de sus pérdidas anteriores, y teme que tú le puedas abandonar como antes lo hicieron otros.

Irónicamente, su comportamiento negativo está destinado, de forma inconsciente, a provocar ese mismo rechazo que tanto teme. Te rechaza antes de que tú puedas hacerlo.

Lamentablemente, si sus padres no están preparados para esta etapa de “prueba” —que puede ser posterior a un periodo de “luna de miel”, cuando comenzaron a acercarse— él mismo puede convertir su miedo en una profecía de autocumplimiento.

### Síntomas de rechazo

¿Qué hacer si tu hijo presenta uno o varios de estos comportamientos?

- se muestra reacio a que le toquen o abracen
- se aleja de ti o se da la vuelta en cuanto puede
- se niega a interactuar o a hacer actividades contigo
- se muestra desobediente o agresivo contigo
- tiene ataques de ira frecuentes

Ante todo, no te dejes llevar por el pánico, y no tomes el rechazo de tu hijo como algo personal. Intenta empatizar con él y ponerte en su lugar. Piensa en el miedo, dolor y frustración que se esconde tras su furia, su hostilidad o su frialdad. Si tu hijo se resiste a la cercanía, hay muchas cosas que puedes hacer para ayudarlo a que se sienta mejor y que vaya perdiendo su miedo al abandono. Poco a poco, irás notando progresos,

aunque pueden ser lentos y poco regulares. Generalmente, cuanto mayor sea el niño, más larga puede ser la fase de ajuste. Un niño en edad escolar puede pasar un año o más poniéndote a prueba antes de que esté preparado para darte su amor y su confianza. La clave es no esperar mejoras rápidas, sino, sencillamente, mejoras, a pesar de algunos posibles episodios de regresión.

### Busca ayuda cuanto antes

El comportamiento negativo que no cambia o que empeora con el tiempo requerirá ayuda de un terapeuta profesional, pero es importante pedirles consejo en cuanto te sientas constantemente superada por la ansiedad de tratar con tu hijo. Es mucho mejor pedir ayuda demasiado pronto que demasiado tarde. Mantén un contacto cercano con alguien que te pueda prestar apoyo (el servicio de postadopción, tu trabajador social o psicólogo, grupos de padres, etc.)

La mayoría de los problemas de vinculación y ajuste se resuelven con el tiempo con tan sólo algunas estrategias o sugerencias mínimas. El duelo normal y la ira sobre un vínculo roto, o incluso un vínculo que tarda en formarse, son mucho más comunes que el auténtico desorden del apego, que si que requiere una terapia intensiva y especializada. Incluso si a tu hijo le diagnostican un trastorno reactivo del apego, no desesperes. Las terapias funcionan.

Intenta mantener la perspectiva en cuanto a estos problemas y resiste. La mayoría de las familias aseguran que, al final, están contentos con el ajuste y vinculación de su hijo. Las claves son preparación, educación, expectativas flexibles y compromiso continuado con tu hijo.