Sostengua ematen duen sistema: Erresilientzia adopzio-egoeretan

José Luis Gonzalo Marrodán

Psikologia Klinikoko psikologo espezialista
eta trauma-terapeuta sistemikoa

Tatiana Cáseda Fernández

Osasun-psikologo orokorra
eta trauma-terapeuta sistemikoa

Lotura

Psikologiako eta trauma-terapiako zentroa

Ohorea da kapitulu honi ekarpen bat egitea, Ume Alaia Gipuzkoako Adopzio-familien Elkartearekin izan dugun harreman profesionalaren eta pertsonalaren berri emanez. Lehenik eta behin, aitortza egin eta zorionak eman nahi dizkiogu elkarteari bere 25. urteurrenean. Azpimarratu nahi dugu konpromiso etengabea izan duela adopzioa modu zorrotz eta errealista batean ulertzea sustatzeko, eta lan oso garrantzitsua egin duela errealitate horren inguruko mitoak, sinesmen okerrak eta errepresentazio desitxuratuak desegiteko.

Kontuan hartzen badugu erresilientzia traumaren alaba dela (1) eta potentzialtasun indibidualen eta testuinguru-baliabideen arteko elkarrekintza-prozesu dinamiko batean sortzen dela hartatik (2), begien bistan geratzen da ezen, halako baliabiderik eduki ezean, nabarmen zailagoa dela erresilientzia hori garatzea. Alde horretatik, azpimarratu beharrekoa da nola jardun duen Ume Alaia elkarteak erreferentziazko entitate gisa, esku-hartze tresna askotarikoen bidez lagun eginez adopzio-familiei eta haien seme-alabei, orientazioa, formakuntza, aholkularitza eta babesa emanez bai

alderdi emozionalean eta bai teknikoan. Hala, elkartea baliabide funtsezkoa bihurtu da familiei eta adoptatutako ume eta gazteei berreraikitze erresilienteko prozesuak errazteko. Testuinguru horretan, jarrera teoriko eta praktiko horren erakusgarri garbia da gazteentzat adopzio-osterako antolatzen dugun tailerra, *Emadazu euskarri bat, eta mundua mugituko dut* izenekoa.

Kapitulu honetan, lehenik, kontatuko dugu nola iritsi ginen adopzioaren arlora eta Ume Alaiarekin elkarlanean aritzera; bide horrek, gainera, islatzen du zer-nolako prozesua egin dugun profesionalki garatu eta finkatzeko. Eta, bigarrenik, aztertuko dugu zer faktoreren ondorioz sortzen eta garatzen den erresilientzia adopzio-egoeretan.

2007an hasi ginen ume eta nerabe adoptatuen kasuetan esku hartzen, Ume Alaia sortu eta urte gutxira. Garai hartan iritsi zen kontsultara lehen adopzio-familia, semearen abandonu-sentipena lantzeko premiaz, sare publikoko osasun mentaleko profesional batek bideratuta. Arlo horretan espezializatutako profesionalen bila ibili ondoren, Loturara bideratu zuten familia –izen hori du gaur egun gure kontsultak, eta gure kide Marta Astiz Calatayudekin batera aritzen gara lanean, zeina orobat baita adopziora aplikatutako TS trauma-terapia sistemikoan espezializatutako psikologoa–. Azpimarratzekoa da 2000. urtetik genbiltzala gu esku-hartze klinikoak egiten Gipuzkoako Foru Aldundiaren familia- eta bizileku-harrerako programetako adingabeekin, eta horri esker eskarmentua genuela abandonuak, tratu txarrek eta utzikeria goiztiarrak eragindako traumaren arloan. Aldi berean, garai hartan Trauma-terapia Sistemikoko Graduondoko Diplomako ikasketak ere egiten ari ginen; Jorge Barudy eta Maryorie Dantagnan ziren zuzendariak (3), eta hura aukera bereziki garrantzitsua izan zen orduan sortzen eta hedatzen ari zen eredu haren funts teorikoak eta metodologikoak adopzioaren esparru jakinean aplikatzeko. Gainera, gu alor hartan hasi ginen garaian, 2007an, blog profesional bat ere sortu zen, *Motivos psi* izenekoa, gero 2010ean *Buenos tratos* izena hartu zuena, eta blog hartan ere gure praktika klinikoak oinarri duen eredu teorikoari jarraitzen eta aitortza

egiten zioten. Gero eta eduki gehiago argitaratzen hasi ziren harrera- eta adopzio-familientzat, eta, eduki horiek nolako erantzun bikaina izan zuten ikusita, agerian geratu zen zenbaterainoko premia zegoen orientazio- eta laguntza-gune espezializatuak izateko. Gaur egun, blogak martxan dirau oraindik, eta hilean gutxi gorabehera 60.000 bisita izaten ditu batez beste; beraz, erreferentziazko baliabide gisa finkatuta dago, hein handi batean familiek berek egin dioten aitortzari esker eta bertan kolaboratzen duten profesional askotarikoei esker.

Lankidetza

2010ean hasi ginen elkarlanean Ume Alaiarekin, eta gaur egun ere hala dihardugu. Bide horretan, José Luis Gonzalok hizlari jardun du zenbait urtetako formakuntza-planetan, haurren erresilientziarako tailerrak garatu ditu 2013tik 2019ra –Naiara Zamora psikologoarekin batera–, eta kolaboratzaile aritu da elkarteak antolatutako bi trebakuntza-jardunalditan. Gaur egun, kapitulu honen autoreek tailer bat daukate autonomia-prozesuan murgilduta dauden nerabe nagusientzat eta gazte helduentzat, TSaren ikuspegi ekosistemikoa oinarri duena. Hasierako esperientzia kliniko haietaz geroztik, etengabea izan da adopzioaren errealitatea sakonago ulertzeko prozesua. Errealitate hura, hein batean, harrera-prozesuen antzekoa zen nabarmen –haurrek oso txikitan egoera oso latzak sufritu behar izan zituztelako, batez ere–, baina laster geratu zen agerian adopzioak bere ezaugarri bereziak zituela, eta bereizgarri horiek gure praktika klinikoan txertatuz joan ginen pixkanaka. Denborarekin, gero eta kasu gehiago hartu genituen, eta adin, jatorri eta egoera familiar eta psikosozial askotako adingabeak artatu. Hala, esku-hartze prozesu hura bide aberasgarria bilakatu zen bi aldeentzat. Izan ere, batetik, familiek eta adingabeek TSan oinarritutako ikuspegi terapeutiko baten onura jaso zuten, terapia horrek sufrimendu emozionala errespetatzen baitu, eta trauma goiztiarra dutenen premietara

Funtsezkoa da ulertzea ezen, ume batzuei, familia baten premia gorria izanik ere, aldi berean beldurra edo arbuioa eragin diezaiekeela norbaitenganako lotura sortzeak

egokitzen baita. Bestetik, gure esperientzia klinikoari esker, modu progresiboan identifikatuz joan ginen zer faktore ziren mesedegarriak haur eta nerabe adoptatuek erresilientzia garatu dezaten. Ikaskizunik garrantzitsuenen artean, hain zuzen, hauxe izan da behinenetako bat: izugarri garrantzitsua dela adoptatuen kontakizuna eta esperientziak balioztatzea, onartuz bizipen errealek eragin funtsezkoa dutela garuna eta gogamena konfiguratzeko orduan, eta bazter utziz konstruktu hipotetikoetan eta esperientziak kontuan izan gabe egindako interpretazioetan oinarritutako esplikazioak (4).

Hala, gero eta hobeto ulertuz joan ginen nolako sufrimendua zekarten zenbait bizipenek –hala nola tratu txarrak jasotzeak, utzikeriaz zaindua izateak eta abandonatua izateak, baita atxikimendu-figurak eta jatorrizko egoerak galtzeak ere–, eta, horretan sakondu ahala, agerian geratu zen zein zailtasun konplexuak izaten dituzten adingabe horiek beren bilakabidean. Aldi berean, begi-bistan geratu zen ezinbestekoa zela familiei laguntza ematea guraso-rol jakin hartan jarduteko, inguruabar jakin haietara egokituta (5) (3).

Horiek horrela, identifikatuz joan ginen zer ondorio funtsezko eragiten dituen trauma goiztiarrak: erregulazio emozionalerako zailtasuna, loturak sortzeko prozesuen alterazioa, disoziazio-fenomenoak, mentalizazio-gaitasun apala, neurogarapeneko nahasmenduak, eta ikasteko zailtasuna. Hala, ikasitakoan oinarrituta, bi obra plazaratu genituen: lehena, Óscar Pérez-Mugarekin batera idatzia, *¿Todo niño viene con un pan bajo el brazo? Guía para padres adoptivos con hijos con trastornos del apego* izenekoa; eta bigarrena, José Luis Gonzalok bere kabuz idatzia, *Vincúlate. Relaciones reparadoras del vínculo en niños adoptados y acogidos* izenekoa. Adopzioaren munduan oniritzi zabala izan dute bi argitalpen horiek, hain justu TSaren ikuspegitik idatzita daudelako; izan ere, terapia horrek ulermen historiografikoa erabiltzea proposatzen du –bizitzako esperientziak ardatz hartzea, alegia–, beste eredu patografiko batzuen kontrakarrean –azken horiek sintomari baino ez baitiote erreparatzen–. Obra horiek idazteko motiboa izan zen ikusi genuela adopzio-familia ugari bakarrik eta abandonatuta sentitzen direla, eta

ez zegoela baliabide espezifiko askorik maiz eredu ohikoetatik urruntzen ziren hazkuntza-prozesu haietarako. Azken batean, funtsezkoa da ulertzea ezen, ume batzuei, familia baten premia gorria izanik ere, aldi berean beldurra edo arbuioa eragin diezaiekeela norbaitenganako lotura sortzeak, tratu txarrekin edo abandonuarekin lotutako oroitzapen traumatiko disoziatuak dituztelako. Errealitate horri buru egin nahi bazaio, "gurasotasun terapeutiko bat" garatu behar da –Maryorie Dantagnanek izendatutako kontzeptua– (3) (5), oinarri harturik zenbait printzipio teoriko eta harreman-praktika, baliagarri direnak traumak garabidean den garunean daukan inpaktua konpontzeko (3). Esparru horretan, zutarri funtsezkoak dira tratu onen paradigma, atxikimenduaren teoria, traumaren informazioa aintzat hartzen duen psikoterapia, haurren garapenaren ezagutza, gurasoen konpetentzien sendotzea eta neurobiologia interpertsonala; guztiak ere Barudy eta Dantagnanen TSaren ereduaren parte dira, hots, gure praktika profesionala bideratzen eta funtsatzen duen ereduarenak (3). Bukatzeko, egokia izan daiteke kapitulu honen bigarren zatia bideratuko duen auzi printzipal bat aipatzea: zer faktorek laguntzen dute txikitako bizipen latzen zauriak osatzen, trauma bere adiera etimologikoan ulerturik, zauri adieran? Eta, horrez gain, zergatik egiten dute bidea zenbait pertsonak modu erresilientean eta zergatik dituzte beste batzuek zailtasun handiagoak, bereziki babes-sistemek –hau da, familiak, eskolak, komunitateak, gizarte-zerbitzuek eta osasun-zerbitzuek– modu aski egokituan jarduten asmatu ez duten arloetan?

Zergatik egiten dute bidea zenbait pertsonak modu erresilientean eta zergatik dituzte beste batzuek zailtasun handiagoak, bereziki babes-sistemek modu aski egokituan jarduten asmatu ez duten arloetan?

Lotura

Besteenganako loturak eratzea funtsezkoa da garapen-prozesuak egituratzeko, eta, ondorioz, hori da haur adoptatuentzat erreparazio-bide nagusia ere. Atxikimenduaren teoriaren postulatuetan oinarrituta (6), egiaztatu da txikitatik zaintzaile-figurekin izandako bizipenek mamitzen dituztela

barneko zenbait jokabide-eredu: erregulazio emozionala, segurtasun-sentipena eta harreman esanguratsuak eratzeko gaitasuna bideratzen dituzten jokabideak, hain zuzen. Adopzio-kasuetan, batez ere haurrak aurrez utzikeria, tratu txarrak edo abandonua sufritu baditu, jokabide-ereduen patroiak atxikimendu ez-seguruaren edo ez-antolatuaren inguruan egituratu ohi dira (7), eta halakoetan ohikoak izaten dira hiperaktibazio-egoerak, harremanetarako konfiantzarik eza eta esperientziak integratzeko zailtasunak.

Kontsultara datozkigun adopzio-familiekin –umeekin eta helduekin– egiten dugun lanean, postulatu zientifiko horiek ezagutaraztea izan da eta da oraindik ere gure helburu nagusietako bat. Etortzen zaizkigunetako asko beste psikoterapia-eredu batzuk probatuta datoz, ohartuta ez dietela balio izan beren arazoen azalpenik topatzeko, eta ez dietela lagundu marko teoriko bat aurkitzen beren istorioari eta sintomei zentzua emateko.

Adoptatuari egiten zaion galderak zerikusi zuzena du Bruce Perryk proposatzen duenarekin (8): "Nola sentitzen zara?" galderatik "Zer gertatu zaizu?" galderara pasatzea, edo Jorge Barudyren "Zer egin dizute?" galderara, zeina justizia sozialari lotzen baitzaio (3). Lehen mailako zaintzaile batenganako harremanean alteratu baldin bazen atxikimendu-lotura –edo, are okerrago, afektibotasunaren aldetik ez bazen inoiz halako lotura-esperientziarik izan–, lehen helburua da adopzio-familiek, profesionalok, eskolako tutoreek eta abarrek haurrei, nerabeei eta helduei ematen dizkiegun harreman-esperientziek modua eman diezaietela, haien lotura-moldera edo lotura-nahasmendura egokituta, bestelako eredu mental alternatibo osasuntsuagoak barneratzeko, hartara lehen aldiz iraunkortasun-, erregulazio- eta segurtasun-bizipenak izan ditzaten (5). Hori dena ez da erraza, baina lortuko bada, ezinbestekoa da, familiak eta profesionalok trebatzea ez ezik, geuk ere geure familia-istorioak eta lotura-istorioak berrikustea. Izan ere, segurtasunean oinarritutako heldu-atxikimenduek baizik ezin diete besteei atxikimendu segururik eskaini (5).

Gauzei zentzu jakin bat emateko prozesua funtsezkoa da trauma sortzeko orduan eta nortasun koherente bat finkatzeko orduan (1).

–Zergatik gertatu zitzaidan hori niri?

–Zergatik sufritu behar izan ditut halako injustiziak?

–Nor naiz?

–Norena naiz?

–Zer gertatzen zait?

–Zergatik ditut halako sentimendu bizi eta gogorrak?

–Zergatik ez naiz gogoratzen?

–Benetan gertatu zitzaidan, ala irudipen hutsa da?

–Akastuna naiz edo nire izaera da, esaten didaten bezala?

–Genetikoa ote da daukadan hau?

–Amarengandik goiz bereizi izanak bizi guztirako baldintzatuko al nau?

Funtsezkoa da kontakizun integratzaileak sortzen laguntzea, subjektuak testuinguruan uler dezan bere istorioa, eta ez kulpaz

Adoptatuek kontakizunak sortu beharra dute, betiere beren adinera egokituta eta konexiorako erraztasuna duten heldu enpatikoen laguntzaz; hartara, alternatibak sortuko dituzte beren kabuz sortu dituzten irudipenenentzat, zeren, batzuetan, beren kabuz sortutako kontakizun horiek kulpa ekartzen baitiete ugari, autozigorra, lotsa, alferrekotasun-sentipena, mespretxua… Ez dezagun ahatz adoptatu batzuen kontakizunaren koherentzia urratuta egoten dela maiz, eta beste batzuek kontakizun zatikatuak izaten dituztela, txikitako esperientziak direla eta: hausturak, galerak, toki berean denbora luzez egon ezina…

TSarekin koherentea den ikuspegi historiografikoa hartuz gero, funtsezkoa da kontakizun integratzaileak sortzen laguntzea, subjektuak testuinguruan uler dezan bere istorioa, eta ez kulpaz. Boris Cyrulnik-ek (9) azpimarratu izan du kontakizunak sortzea oso garrantzitsua dela erresilientea

izateko, sufrimendua konstruktibo bihurtzen laguntzen baitu. Dena den, jabetu behar dugu ezen, Cyrulnikek berak dioen bezala (10), "perspektiba historiko bat" ezinbestekoa dela gauzei zentzua emateko, horrela kontakizun ordenatu eta integratu bat osatuko baita. Bizi osoa behar izaten da txikitako abandonuak edo tratu txarrek markatutako bizi-istorio bat berregin eta onartzeko. Horregatik, TSan (3), sekula ez dugu inor hertsatzen azken fasera iristeko —hots, integrazio erresiliente izenekora—, haurrak edo gazteak babestuta, erreuglatuta, motibatuta egon behar baitu horretarako, eta haren garunak prest egon behar baitu istorio mingarri bat integratzeko. Pentsa dezala bakoitzak, unetxo batez, emozioak izugarri aktibatzen dizkion oroitzapenen batean, eta ikusiko du zein zaila den ilunean barneratzea….

Bizi osoa behar izaten da txikitako abandonuak edo tratu txarrek markatutako bizi-istorio bat berregin eta onartzeko

Horregatik, kontakizun horretara gutxinaka hurbilduz joatea hobesten dugu, beti kontuan hartuta pertsonak berak unean-unean zer jakin beharra sentitzen duen eta zer prozesa dezakeen psikologikoki hautsi gabe. Hala, egia biografiakoa, inondik ere potentzialki desegonkortzailea izan ordez, babes bihurtzen da baldin eta segurtasun emozionala eskainiz, errespetuz eta lagun eginez transmititzen bada. Litekeena da adoptatuak, helduarora iristean, bere istorioa osoki bereganatu ahal izatea eta, psikoterapeutaren edota beste pertsona garrantzitsu batzuen laguntzaz, kontakizun koherente eta elaboratzaile hori garatzea, hartarako perspektiba historiko hain funtsezkoa barneratuta. "Iraganeko mamuak ez dira desagertzen: bestela murmur egiten ikasten dute esperientziari beste esanahi bat ematea ahalbidetzen digun ingurune bat aurkitzen dugunean". (9)

Bidaidetza ekosistemikoa

Adopzioaren arloan, ikuspegi honek garrantzi berezia hartzen du; izan ere, adoptatutako haurren eta gazte helduen premiak konplexuak dira, eta

ezinbestekoa da inplikatutako sistemek –familiak, eskolak, osasun mentaleko sistemak, justiziak, gizarte-zerbitzuek eta abarrek– modu koordinatu eta koherentean esku hartzea. Literatura espezializatuan, hain justu, adierazi izan da ezen, hezkuntza-testuinguruetan eta testuinguru sozialetan traumaren inpaktua ulertzen ez denean, arriskua izaten dela modu desegokian erantzuteko: besteak beste, egokitze-funtzioa duten jarrera batzuk patologizatu edo zigortzeko (3).

TSan oinarrituta, ikuspegi hori geuretu dugu, eta gure ereduan txertatu, ekosistemiko esaten diogun esku-hartze eredu bat eskaintzeko. Eredu horren ardatza ez da soilik haur eta gazteekin jardutea; horrez gainera, eredu lagungarria da gurasoek konpetentziak garatu ditzaten (3), eta gizarte- eta osasun-baliabide eta -zerbitzu jakin batzuk ere bilatzen ditu, egoera familiarrean edota sozialean eragin terapeutikoa izango duten ekarpen edota aldaketa funtsezkoak egingo dituztenak, babes-inguru nerik ez dutenentzat halako inguruneak sortzeko. Modalitate hori, hain zuzen, adingabe izateari uztear direnekin eta jada adin nagusikoak direnekin erabiltzen dugu. Zergatik eredu ekosistemikoa? Bada, oinarri hartu dugulako Werner-en ikerketa bat (11), zentzu guztia eman diguna. Luzetarako ikerketa horretan, laurehun haur pasatxori jarraipena egin zieten. Kauai uhartean bizi ziren denak, eta leku hura aukeratzeko arrazoia izan zen gaztetxo guztiek sufritzen zituztela faktore askotarikoak eta egoera latzak. 30 urte betetzerako, ordea, pertsona haien %30ek bizimodu normala zuten, espero zenaz bestera. Nolatan garatu zuten batzuek erresilientzia eta beste batzuek ez? Bada, erresilienteak izatea lortua zutenek gutxienez pertsona baten –Cyrulniken hitzetan "erresilientzia-tutore baten" – onarpen baldintzarik gabea izana zuten denboran zehar: pertsona bat –ez nahitaez senidea– gazte horrengan sinetsi zuena, edozein zela ere haren sexua, izaera, erlijioa, arraza eta sinesmena. Alegia: gutxienez heldu bat behar zuten beraiengan sinetsiko zuena eta beren ahaleginak babestuko

Erresilientziak, begirada aldarazten digu; horri esker, baieztatu dezakegu ezer ez dagoela aurrez idatzia

zituena, eta erresilientzia garatua zutenek, hain jusu, hurbil edukia zuten halako pertsona bat, eta, hala, erresilientzia sekundario hori eskuratua zuten. Gu, hogei urteotan, haur, nerabe, heldu eta familia askoren bidaide izan gara. Haietako batzuekin txikiak zirenetik gaur arte jardun dugu, eta zenbaitek 30 urte baino gehiago dituzte jada. Lotura terapeutiko sendo bat sortu dugu haiekin –baita familiekin ere–, eta, gure premia dutenean, babesleku seguru bihurtzen da lotura hori. Gazte horiek modua izan dute beren bizitzari zentzu bat aurkitzeko, baita egoteko modu erresiliente eta konstruktibo bat aurkitzeko ere. Horixe dute fatalitatean edo suntsipenean erori gabe irauteko modua. Eta, ibilaldi horretan, agerian geratu da bidaidetza ekosistemikoa funtsezkoa dela. Horregatik ez gara sekula nekatzen erakundeei askoz baliabide material eta giza baliabide gehiago eskatzeaz. Izan ere, beti dago erreslientzia lizuntzeko arriskua, Cyrulnikek ohartarazi izan duen bezala (1). Kontua sekula ez da: "Zu bai indartsua eta erresilientea; ez duzu inolako laguntzarik behar"; baizik: "Eskura dituzun euskarrietan oinarrituta garatzen ditugun barne-baliabideei esker lortzen duzu erresilientzia". Adopzio-familien elkarteak, Ume Alaia besteak beste, funtsezko dispositibo komunitarioak dira alde horretatik, bidea ematen baitute esperientziak trukatzeko, elkar balioztatzeko eta jakintza kolektiboa sortzeko, erresilientzia komunitarioaren planteamenduekin lerratuta.

Determinista samarrak iruditzen zaizkigu "zauri primario" (13) delakoaren ikuspegia eta halako beste ikuspegi batzuk, eta fatalitatean ez etsitzeak, erresilientziak, begirada aldarazten digu; horri esker, baieztatu dezakegu ezer ez dagoela aurrez idatzia. Alde horretatik, "zauri primarioa" harreman-sinkronia goiztiarreko prozesuen alteraziotzat jo daiteke (14), eta, hori konpontzeko, lotura-esperientzia zuzentzaile berriak behar izaten dira. Esperientzia horiek sortzeko, berriz, kontuan hartu behar da erresilientziaren paradigmak erakutsi diguna. Inor ez dago kondenatuta zauri horren arrastoa betiko sufritzera. "Zoritxarraren fatalitateari amore emateari uko egitea" da erresilientzia (12). Wernerrenaren gisako ikerketetan

(11) eta erresilientzia-prozesuak egin dituzten adoptatu ugariren esperientzietan ikusi dugun bezala, erresilientzia errealismo esperantzagarri bat da.

Boris Cyrulnikek (1) eta beste autore batzuek behin eta berriz esan izan dute erresilientzia ez dela norbanakoaren ezaugarri berezko bat, baizik prozesu bat, babesa, aitortza eta erreparazio-aukera eskaintzen duten ingurune esanguratsuekiko elkarreraginean sortzen dena. Alde horretatik, fatalitateari amore ez ematea (10) jarrera etiko eta kliniko bat da, aldatzeko aukerarantz bideratzen duena esku-hartzea. Gure praktika klinikoan, jarrera horrek beti eskatzen du aldi berean errealismoz eta esperantzaz jardutea (3), zailtasunak aitortuz, bai, baina subjektua zailtasun horietara murriztu gabe. Praktika horretan, era berean, ezinbestekoa da terapia-prozesuek berezko dituzten konplexutasuna eta atzera-aurrerak toleratzea, eta etengabe eustea garatzeko baldintzak sortzeko konpromisoari. Horretan saiatzen gara Loturako kontsultan egunero-egunero gure pazienteekin, traumari ikuspegi ekosistemikotik begiratuz. Hain zuzen, garapenaren eta traumaren neurozientziak emandako ebidentziek (15) berresten digute ikuspegi hori, erakusten baitute harreman-esperientzia seguruek bide ematen dutela aurretik finkatutako zenbait patroi aldatzeko, eta horrek mesede egiten diela integrazio- eta osatze-prozesuei.

Erreferentziak

(1) Cyrulnik, B. (2025). *Las dos caras de la resiliencia: Contra la recuperación de un concepto*. Herder.

(2) Barudy, J., & amp; Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia: Parentalidad, apego y resiliencia*. Gedisa.

(3) Barudy, J., & Dantagnan, M. (2025). *Traumaterapia sistémica: Un enfoque comprensivo para abordar el dolor visible e invisible de los procesos traumáticos desde un modelo terapéutico basado en los buenos tratos, la resiliencia y la justicia social*. El Hilo Ediciones.

(4) Marrone, M. (2009). *La teoría del apego: Un enfoque actual* (2ª ed.). Psimática.

(5) Gonzalo Marrodán, J. L. (2015). *Vincúlate: Relaciones reparadoras del vínculo en los niños adoptados y acogidos*. Desclée de Brouwer.

(6) Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books.

(7) Main, M., & Solomon, J. (1990). *Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. En M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). University of Chicago Press.

(8) Perry, B. D., & Winfrey, O. (2021). *What happened to you?: Conversations on trauma, resilience, and healing*. Flatiron Books.

(9) Cyrulnik, B. (2003). *El murmullo de los fantasmas: Volver a la vida después de un trauma.* Gedisa.

(10) Cyrulnik, B. (2009). Me acuerdo: *El exilio de la infancia*. Barcelona: Gedisa.

(11) Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.

(12) Puig, G., & Rubio, J. L. (2015). *Tutores de resiliencia*. Gedisa.

(13) Verrier, N. N. (1993). T*he primal wound: Understanding the adopted child*. Gateway Press.

(14) Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. I*nfant Mental Health Journal*, 22(1–2), 7–66.

(15) Van der Kolk, B. A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.