Una experiencia de crecimiento compartido

Cristina Herce Sellán
Centro Lauka de Estudios e Intervenciones Psicológicas

El Centro Lauka se funda en 1994 y tiene como ámbito de especialización la intervención con la infancia en situación de desprotección y, particularmente, el acogimiento familiar y la adopción de menores. En noviembre de 1995 diseñó y comenzó a realizar el seguimiento de los acogimientos familiares de Gipuzkoa. Desde entonces lleva a cabo el Programa Especializado de Apoyo y Seguimiento al Acogimiento Familiar de Gipuzkoa, bajo la supervisión y responsabilidad de la Diputación Foral, entidad competente en esta materia en nuestro Territorio Histórico. Se trata, por tanto, de un servicio especializado contratado e integrado en la red de servicios de dicha institución.

En paralelo a esta actividad principal, el Centro Lauka fue también responsable, durante los años de mayor apogeo de la adopción internacional, de las charlas formativas para familias que deseaban optar por esa medida de protección.

En 2003 comenzamos a colaborar de forma regular con la Asociación Ume Alaia, impartiendo charlas, pero sobre todo impulsando y desarrollando los talleres postadopción para familias adoptivas; una actividad que mantenemos hasta hoy en día.

Actualmente, el Centro está formado por una plantilla de aproximadamente 70 profesionales y ofrece diferentes recursos orientados a mejorar la

calidad de vida de los niños, niñas y adolescentes que están bajo una medida de protección, ya sea de acogimiento familiar o de adopción, y sus familias.

El pilar sobre el que hemos fundamentado nuestro trabajo es el interés superior del menor. A partir de él hemos desarrollado un modelo de trabajo centrado en ayudar a las familias acogedoras y adoptivas a construir un ambiente familiar libre de violencia, caracterizado por el buen trato, en el que los adultos ejerzan una parentalidad que les permita reducir el impacto del daño traumático presente en la gran mayoría de estos niños y niñas, y optimizar el desarrollo de sus capacidades resilientes.

El acompañamiento grupal a las familias adoptivas

La experiencia acumulada a lo largo de todos estos años nos ha enseñado que criar a personas con trauma del desarrollo es una tarea exigente y llena de desafíos para quienes la asumen.

Para afrontar esta complejidad, las familias deben desarrollar competencias adicionales a las que exige la crianza convencional, lo que Barudy y Dantagnan (1) han conceptualizado como *parentalidad terapéutica*. Además, requieren un acompañamiento especializado y apoyo continuo a lo largo de todo el proceso.

En 2003, el equipo del Centro Lauka aceptó el encargo de la asociación Ume Alaia Gipuzkoa para trabajar el tema de los orígenes en la adopción con grupos de familias adoptivas. Esta iniciativa formaba parte del programa de postadopción que la asociación desarrollaba con el respaldo y la financiación de la Diputación Foral de Gipuzkoa. Lo que comenzó como un taller puntual se ha mantenido durante más de dos décadas. Este recorrido muestra con claridad que, en la adopción, cuando surgen dificultades, no existen soluciones rápidas ni sencillas. Muchas familias necesitan un apoyo y un acompañamiento continuado que, en muchos casos, se extiende incluso más allá de los 18 años.

En lo personal, comencé con mi primer grupo en mayo de 2004 y, desde entonces, nos venimos reuniendo una vez al mes durante dos horas. Pocos años después inicié un segundo grupo que también se mantiene en la actualidad, aunque ha experimentado más cambios en su composición y presenta características diferentes, pues sus hijos e hijas son en su mayoría de menor edad.

Muchas familias necesitan un apoyo y un acompañamiento continuado que, en muchos casos, se extiende incluso más allá de los 18 años

A lo largo de este capítulo, me referiré principalmente a mi experiencia con el primero de esos grupos. Se trata de un grupo que reúne a familias que, por diversas razones, han tenido que enfrentar situaciones extremadamente difíciles. No todas las familias adoptivas atraviesan procesos tan complejos, pero esta experiencia nos ha permitido compartir un trabajo grupal que, en sus inicios, tenía un enfoque educativo y de apoyo, y que con el tiempo ha evolucionado hacia un espacio casi terapéutico. A través de este proceso, muchos de sus miembros han experimentado transformaciones personales muy significativas.

Algunas de las familias que forman parte de este grupo iniciaron su participación antes de tener al niño o la niña adoptada. Hoy esos hijos e hijas son jóvenes adultos que afrontan la construcción de su vida independiente; algo que, como veremos, no es una tarea fácil para muchos de estos chicos y chicas.

Características de las familias

No es infrecuente encontrar familias que rechazan participar en grupos de este tipo porque consideran que funcionan como guetos que acentúan la diferencia con sus iguales de la población general. Cada persona es libre de participar en los espacios que considere oportunos, pero también es cierto que muchos de estos niños y niñas no han crecido como sus iguales y que sus familias han tenido que afrontar retos muy superiores a los de una crianza

ordinaria. Por eso, una primera cuestión a resaltar es que quienes participan en estos grupos son madres y padres que tienen la valentía de buscar ayuda y recursos adicionales para fortalecerse ante los desafíos de su crianza adoptiva.

Afrontar las propias limitaciones en grupo y buscar apoyo requiere mucho coraje. Además, cuando los adultos normalizan esa búsqueda de ayuda, no solo fortalecen su propio bienestar, sino que también abren camino para sus hijos e hijas, ofreciéndoles modelos y herramientas para gestionar sus emociones y desafíos con mayor seguridad.

Aspectos clave de la participación:

- Participación voluntaria, lo que refuerza el compromiso y la autenticidad de quienes forman parte del grupo.
- Diversidad familiar: cada familia llega con circunstancias y trayectorias únicas, lo que enriquece la configuración del grupo.
- Adopciones complejas: muchas de estas familias han tenido que enfrentarse a desafíos que van mucho más allá de los que plantea la crianza convencional.
- Confidencialidad y presencia simbólica: lo que se dice en el grupo se queda en el grupo. Además, los niños/as, adolescentes y jóvenes adultos deben saber que en el grupo se habla de ellos, pues forman parte de él, aunque no estén físicamente presentes. En algunos casos han sido los propios hijos o hijas quienes han pedido a sus padres que planteen una situación en el grupo para conocer su opinión, lo que muestra que "el grupo" se ha convertido también en una referencia para ellos.

¿Qué tienen en común estas familias?

Más allá de sus diferencias, comparten algunas características:

- Iniciaron el camino con gran motivación, pero también con desconcierto.

- Creyeron adoptar a niños y niñas sin necesidades especiales y, con el tiempo, descubrieron que el daño era muy superior al que les habían indicado.
- Experimentaron falta de referencias y de conocimientos sobre situaciones similares.
- Sintieron una profunda necesidad de encontrar respuestas.
- Querían hacerlo bien y ayudar a sus hijos e hijas en el proceso de adaptación.
- Se enfrentaron al reto de aprender nuevas formas de ejercer la parentalidad, explorando el enfoque de la parentalidad terapéutica (1).

Sin embargo, más allá de cualquier otra cuestión, lo que realmente une a estas familias es que, debido a la complejidad de sus adopciones, no han encontrado en otros espacios la comprensión y el apoyo que necesitan. En este grupo han hallado un lugar seguro donde compartir, aprender y crecer juntos.

Fases de la construcción del grupo

Aquellos individuos capaces de redes interpersonales más complejas contarán con más recursos para afrontar las demandas del mundo externo y, al mismo tiempo, dispondrán de mejores estrategias para satisfacer sus propias necesidades. La psique de cada individuo se nutre de los vínculos y de las posibilidades que ofrecen estos para lograr su propio desarrollo óptimo. (2)

El proceso de construcción del grupo sigue una evolución natural, marcada por distintas fases que permiten desarrollar habilidades y contenidos específicos según el momento. Aunque no son estructuras rígidas, sí obedecen a una secuencia lógica que favorece el crecimiento del grupo.

Las tres grandes fases son:

- **Fase inicial**: Psicoeducativa

- **Fase intermedia:** Trabajo personal y autoconocimiento
- **Fase final:** Relacional, transformación y mantenimiento

• Fase inicial: creando seguridad

En esta primera etapa, los miembros del grupo comienzan a conocerse, tanto quienes asisten como los familiares que no participan directamente. Como aún no existe un vínculo grupal sólido, la seguridad –entendida como apoyo incondicional– no está asentada.

Por ello, en esta fase, el enfoque psicoeducativo es fundamental ya que permite abordar aspectos generales antes de profundizar en temas más personales que podrían generar defensividad. En este punto, las familias comienzan a comprender cuestiones como:

» La conexión entre las dificultades de sus hijos e hijas y las experiencias de sus primeros años de vida.

» Que las pautas de crianza convencionales pueden no ser suficientes.

» Que la recuperación de vivencias traumáticas exige tiempo, paciencia y constancia.

» Su papel y responsabilidad en la gestión de la experiencia adoptiva, tanto para sus hijos como para sí mismos.

El rol del profesional

El profesional desempeña un papel clave en la promoción de la identidad grupal y en la consolidación de un espacio de confianza. Para ello, debe garantizar que:

» Cada participante tenga su momento para expresarse, si así lo desea, fomentando un ambiente de respeto y escucha activa.

» Se genere un espacio seguro donde las personas puedan compartir sus experiencias sin temor al juicio externo.

- Se reconozca la importancia de los desafíos de cada miembro, evitando comparaciones que puedan generar malestar o competencia innecesaria.
- Se valore la diversidad de vivencias y enfoques, entendiendo que cada persona experimenta su situación de manera única y que no existe un modelo universal válido de comportamiento.

La construcción de la confianza y del sentimiento de pertenencia dentro del grupo es un proceso gradual que requiere sensibilidad y acompañamiento constante. Es fundamental crear un entorno en el que las familias se sientan comprendidas y respaldadas.

El trabajo psicoeducativo aborda diversos aspectos para comprender y acompañar el proceso adoptivo. Entre los temas fundamentales se incluyen:

- Experiencias de adversidad temprana, maltrato y desprotección, y su impacto en el desarrollo infantil a corto y largo plazo, incluyendo los efectos sobre el desarrollo neurobiológico.
- Las necesidades infantiles ordinarias y las derivadas de la situación de desprotección temprana.
- Teoría del apego y su influencia en la construcción de vínculos.
- Teoría de la resiliencia y comprensión de los trastornos conductuales y emocionales como mecanismos de defensa y supervivencia en entornos adversos.
- Procesos de duelo, incluyendo las pérdidas implícitas en la adopción.
- Desarrollo evolutivo.
- Impacto de la historia personal en la relación con iguales.
- Efectos de la desprotección en el proceso de aprendizaje.
- Inteligencia emocional y su papel en el desarrollo afectivo.
- Funciones ejecutivas y su influencia en la autorregulación.

- » Estilos parentales y su adaptación a las necesidades específicas de la adopción.
- » Influencia del entorno familiar y social en la evolución del niño o la niña.

- **Fase intermedia: trabajo personal y autoconocimiento**

En esta fase comienza a consolidarse la identidad grupal. La mirada hacia las experiencias de otras familias se vuelve más comprensiva, y el afecto empieza a prevalecer sobre el criticismo. Va consolidándose una empatía grupal en la que las vivencias de cada familia resuenan en el resto, generando una conexión emocional más profunda.

Este sentimiento de pertenencia se traduce, a veces, en lazos afectivos más allá del espacio formal del taller: cenas y comidas conjuntas incluyendo a los hijos e hijas –adoptados o no–, excursiones, actividades, y un grupo de WhatsApp que fortalece la comunicación y refuerza la sensación de conexión.

En la experiencia que aquí se describe, este aspecto ha sido clave para consolidar el grupo como referente afectivo y apoyo continuado en el tiempo. El grupo adquiere vida propia más allá de las sesiones, estableciendo una red de autoapoyo que, por ejemplo, fue crucial para algunas de las familias durante el aislamiento del confinamiento por COVID. Para los hijos e hijas de estas familias, el grupo representa también una fuente significativa de apoyo social, generando dinámicas de relación y sostén entre ellos fuera del espacio formal. Alcanzar este nivel de conexión y apoyo mutuo es, sin duda, uno de los mayores logros a los que se puede aspirar desde un contexto profesional.

Aprendizajes clave para las familias

A medida que avanzan en el proceso, las familias comienzan a comprender que:

- No existen recetas mágicas para afrontar las dificultades que pueden surgir.
- No hay atajos: es un camino largo que exige constancia y compromiso.
- No hay soluciones universales: cada experiencia es única y requiere un enfoque personalizado.
- Los valores y creencias previos pueden transformarse, desmoronándose algunas concepciones iniciales y dando paso a nuevos sistemas de comprensión.
- Las relaciones sociales y el entorno educativo adquieren un gran protagonismo.

En definitiva, se ajustan las expectativas y *el hijo idealizado o la hija idealizada da paso al hijo real o a la hija real.*

El rol del profesional

La labor del profesional sigue siendo fundamental, pero debe orientarse a potenciar el protagonismo y la visibilidad de las propias familias. Su función principal es facilitar el vínculo grupal, integrar a todos los miembros, relacionar teoría y experiencia, fomentar la participación y promover la autorreflexión, favoreciendo cambios en la manera de relacionarse con los hijos e hijas.

Si en la primera fase se modifica la expectativa, en esta segunda la perspectiva evoluciona: se pasa del *no quiere* al *no puede*. Este cambio favorece una mirada más comprensiva y realista hacia los hijos, fortalece el vínculo y abre la puerta a una relación más empática. Como expresó un miembro del grupo al escuchar la experiencia de otra familia ajena al grupo: *Yo antes*

habría dicho que es un niño problemático, y ahora diría que es un niño que tiene problemas.

Aspectos clave que se trabajan en esta etapa

- Revisión de la propia historia de crianza y estilo de vinculación, identificando patrones que influyen en la parentalidad adoptiva.
- Exploración de los motivos que llevaron a la adopción y su impacto en la vivencia actual.
- Diferenciación entre las propias necesidades, sentimientos y miedos, y los de los hijos e hijas adoptados, evitando proyecciones.
- Conexión con la realidad del abandono subyacente a cada adopción, y reflexión sobre los duelos propios y los de los hijos e hijas.
- Regulación emocional, tanto propia como de los hijos e hijas, desarrollando la capacidad de mantener una ventana de tolerancia ante las emociones.
- Desarrollo de la resiliencia y aceptación de las propias limitaciones y las de los niños y niñas.
- Revisión y adaptación de modelos educativos para que respondan a las necesidades específicas de los hijos e hijas.
- Cuestionamiento de mitos y creencias previas, aceptando realidades antes rechazadas, como la posible necesidad de tratamientos farmacológicos en ciertos casos.
- Reflexión sobre experiencias de rechazo vividas a lo largo de la vida y su impacto en el presente.
- La relación con el contexto escolar y otros sistemas, que pueden mostrar mayor o menor sensibilidad a los efectos del trauma del desarrollo.

• **Fase final: relacional, transformación y mantenimiento**

En esta etapa, las familias han alcanzado un nivel de comprensión y ajuste que les permite abordar la adopción desde una perspectiva más madura, realista y consciente. Han desarrollado herramientas emocionales y relacionales que fortalecen su capacidad para afrontar mejor, que no solucionar, los desafíos del proceso adoptivo. El trabajo principal se enfoca en:

- Integrar la profundidad del daño derivado de vivencias traumáticas, entendiendo que sus efectos son persistentes y requieren atención continua.
- Aprender a valorar los avances dentro del contexto de cada familia, reconociendo la importancia de la paciencia y la perseverancia.
- Apoyar a sus hijos e hijas en el camino hacia la autonomía, un proceso más complejo que en las crianzas convencionales.

La confianza grupal como motor de transformación

El vínculo construido dentro del grupo genera un entorno seguro donde se reducen las defensas y se fomenta la apertura emocional; donde se cuestionan valores, creencias y actitudes; y donde se cultiva la humildad para mostrar la propia vulnerabilidad, reconociendo que compartir experiencias fortalece el crecimiento personal. Surgen también nuevos sentimientos y frustraciones, pues los desafíos se vuelven más complejos y requieren respuestas que trascienden las capacidades individuales de las familias.

Solo en un entorno de confianza y cuidado emergen las condiciones necesarias para generar transformaciones personales significativas

El grupo acompaña y sostiene sin caer en la complacencia, proporcionando un espacio de apoyo genuino donde cada familia puede evolucionar sin temor al juicio.

Solo en un entorno de confianza y cuidado emergen las condiciones necesarias para generar transformaciones personales significativas.

Mirando hacia el futuro

En esta etapa, la preocupación fundamental gira en torno al futuro, tanto inmediato como lejano: estabilidad laboral, relaciones sociales, afectivas y de pareja, reconocimiento de discapacidad y el temor ante lo que ocurrirá cuando los padres ya no estén presentes.

Haber transitado este camino no significa que los problemas desaparezcan o duelan menos, pero sí que algunas familias logran modificar la manera en que enfrentan su realidad.

El rol del profesional

En esta etapa, el profesional debe demostrar una sólida capacidad para sostener situaciones emocionalmente complejas, ofreciendo una mirada comprensiva ante las dificultades que enfrentan las familias. Su objetivo es generar un entorno en el que estas se sientan cuidadas y aceptadas, lo que a su vez les permite brindar el mismo apoyo y comprensión a sus hijos e hijas. Aunque pudiera parecer lo contrario, la intervención profesional es aún más necesaria en este momento, precisamente por la profundidad y complejidad de las emociones que emergen.

Para cerrar, el testimonio de una familia resume mejor que cualquier otra palabra la esencia de este proceso:

En los momentos más difíciles, cuando nos hemos sentido perdidos y abatidos por la desesperanza, el grupo ha sido nuestro puerto seguro, el refugio donde nos hemos sentido comprendidos y apoyados, y donde hemos encontrado la fuerza para seguir adelante.

Referencias

(1) Barudy, J., Dantagnan, M. y cols. *Manual de 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. Madrid: El Hilo Ediciones, 2025.

(2) Burutxaga, I., Pérez-Testor, C., Ibáñez, M., de Diego, S., Golanó, M., Ballús, E., & Castillo, J. (2018). Apego y vínculo: una propuesta de delimitación y diferenciación conceptual. *Temas de psicoanálisis*, 15(2), 1–17.