

Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció
25 anys



Col·lecció Infància i Adolescència, 13

L'adopció a Catalunya: experiències personals, familiars i professionals



Generalitat de Catalunya
Departament de Drets Socials

L'adopció a Catalunya: experiències personals, familiars i professionals. 25 anys de l'Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció

Col·lecció "Infància i Adolescència", 13

Obra coral impulsada per l'Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció amb motiu dels seus 25 anys d'activitat. Hi intervenen professionals, famílies adoptives, persones adoptades i mares biològiques que han participat de manera desinteressada en aquest projecte i que en són el cor i l'essència.

© Departament de Drets Socials, 2023

Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció

Avinguda del Paral·lel, 50-52
08001 Barcelona

Coordinació: **Carles Benet i Magda Hospital (ICAA)**

Edició i maquetació: **Secció de Publicacions i Assessorament Lingüístic del
Departament de Drets Socials**

1a edició electrònica: **octubre de 2023**



Aquesta obra es publica amb una llicència de Creative Commons Reconeixement-NoComercial-CompartirIgual 3.0

Sou lliures de:

Compartir — copiar i redistribuir el material en qualsevol mitjà i format

Adaptar — remesclar, transformar i crear a partir del material

D'acord amb els termes següents:

Reconeixement — Heu de reconèixer l'autoria de manera apropiada, proporcionar un enllaç a la llicència i indicar si hi heu fet algun canvi. Podeu fer-ho de qualsevol manera raonable, però no d'una manera que suggereixi que el llicenciador us dona suport o patrocina l'ús que en feu.

NoComercial — No podeu utilitzar el material per a finalitats comercials.

CompartirIgual — Si remescleu, transformeu o creeu a partir del material, heu de difondre les vostres creacions amb la mateixa llicència que l'obra original.

Podeu trobar aquesta obra i les altres que ha publicat el Departament de Drets Socials al nostre [catàleg de publicacions](#).

CONTINGUTS

PRESENTACIÓ	4
INTRODUCCIÓ	5
AGRAÏMENTS.....	7
PROFESSIONALS	7
Reptes diferencials dels adolescents adoptats: comprensió i abordatge de les seves realitats específiques.....	9
La importància del grup i la socialització en l'adopció	38
Adopció i escola: experiències d'una mestra	45
El dret de l'adoptat/ada a conèixer els seus orígens i la recerca dels orígens en l'adopció internacional	53
Grups de suport a joves adoptats. Grups Kintsugi	59
FAMÍLIES.....	74
Els fills adopten els pares.....	75
Nàstia	89
De víctima a jardinera.....	96
PERSONES ADOPTADES	115
La meva experiència.....	116
A flor de pell.....	131
Oreo, la història d'una noia negra adoptada per pares blancs.....	144
Retrobant els orígens	149
FAMÍLIA BIOLÒGICA	156
Les mares biològiques: el dolor de l'absència	157
Un nom qualsevol.....	168

PRESENTACIÓ

L'Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció (ICAA) celebra el seu 25è aniversari amb l'orgull de la feina ben feta. Aquests 25 anys han fet de Catalunya un dels països del món on s'han concretat més adopcions: prop de 16.000 infants han estat adoptats per famílies catalanes.

Aquesta dada té a veure amb la manera de ser pròpia dels catalans i catalanes: oberts al món, acollidors per naturalesa, solidaris i altruistes, fills de la diversitat i de múltiples onades migratòries... Som terra de pas, destí i llar d'acollida. Així és la nostra idiosincràsia nacional, també en les adopcions.

Durant aquests 25 anys els infants adoptats ja s'han fet, evidentment, grans, i l'ICAA també, ja que ara compta amb una dilatada trajectòria en la gestió de l'adopció des de totes les perspectives: la de les criatures adoptades, la de les seves famílies (que són també —una mica— les famílies de l'ICAA) i la de tots els professionals que han fet possible les adopcions amb la seva tenacitat i implicació. En tots aquests sentits podem parlar de casos d'èxit, d'èxits compartits.

I tots aquests èxits compartits, tota aquesta feina ben feta per l'Institut, són un exemple de normalització de país. L'Institut ha estat un autèntic instrument nacional que ha treballat amb una seixantena de països per trobar famílies a moltíssimes criatures.

Passats aquests 25 anys, és un bon moment per aturar-se a pensar, a avaluar la feina feta i a posar-la en valor. També és un bon moment per mirar enrere, per agafar embranzida i tirar endavant, tenint ben presents els aprenentatges adquirits i les experiències viscudes. Ara podem avançar amb un bagatge que ens permet gestionar amb més eficàcia les adopcions del present i del futur.

Aquest llibre, que recull les vivències de dues dècades i mitja, és també la carta de presentació de la feina feta i una bona manera de celebrar el nostre aniversari, perquè certifica el millor coneixement col·lectiu acumulat: una intel·ligència fruit del pensament en comú, dels professionals i de les famílies adoptives.

Acabo felicitant l'ICAA i agraint-li aquests 25 anys d'adopcions. Moltes gràcies a qui ho ha fet possible i als responsables d'aquesta publicació. Tots plegats formen la gran família de l'adopció de Catalunya.

Carles Campuzano i Canadés
Conseller de Drets Socials

INTRODUCCIÓ

Una celebració comporta l'existència d'un èxit, d'una fita temporal i d'una voluntat de continuar i d'avançar. Aquests 25 anys —que ja en són 26— d'administrar l'adopció —la nacional i la internacional— a Catalunya compleixen els tres requisits d'una celebració: èxit, anys i voluntat. Èxit perquè la feina s'ha fet bé; anys perquè ha passat un quart de segle, i voluntat perquè l'ICAA dona servei i millora cada dia.

L'èxit s'avalua en xifres i en qualitat. En aquests 25 anys s'han acreditat 8.581 famílies per fer adopció nacional i 29.118 per fer adopció internacional. S'han materialitzat 2.496 adopcions nacionals i 13.816 d'internacionals. S'ha treballat amb més de 59 països. Totes aquestes xifres van acompanyades d'una feina rigorosa i feta amb el cor. L'adopció és una resposta al dret d'un infant a tenir família, tant en la cura com en la tutela. La satisfacció del dret correspon a un deure que té l'Administració, al nostre país la Generalitat de Catalunya. A més, al dret i al deure s'hi afegeix la voluntat de fer un bé insubstituïble a l'infant.

Hi ha moltes maneres de celebrar, i una és fent un llibre com el que teniu a les mans. Volem commemorar els anys de l'Institut, la bona feina feta de l'equip d'adopcions, de les famílies adoptants, dels infants i dels joves adoptats. Ho volem fer donant les gràcies, però també recollint experiències viscudes, compartint coneixements adquirits a través d'una munió d'articles de persones amb condicions diferents: persones adoptades, famílies, professionals i responsables de l'Administració.

El llibre, però, no pretén ser només una memòria, sinó un motor que continuï impulsant l'èxit, la bona feina i la voluntat de continuar treballant. En aquest sentit, vull destacar dos aspectes vinculats a l'adopció que l'Institut vol fomentar: el de l'acompanyament de les famílies i els infants i joves adoptats després d'haver formalitzat l'adopció (el que s'anomena postadopció) i el de la recerca d'orígens. S'escapa de les nostres competències la intervenció en la realitat de les famílies que han adoptat. Ara bé, tot i que no podem fer una intervenció terapèutica —perquè no ens correspon—, sí que volem donar resposta a les demandes que ens puguin fer les famílies adoptives, des de l'orientació i l'assessorament professional, perquè haver treballat durant tant de temps en aquesta matèria ens capaciten àmpliament per fer-ho.

En concret, en resposta al dret de la persona adoptada a conèixer els seus orígens, l'ICAA s'ofereix a acompanyar-la en la cerca. En el llibre trobareu testimonis en aquest sentit. La ciència i l'acadèmia ens diuen que aquest coneixement dels orígens és benèfic, i així ho corroboren els testimonis de les persones que han sentit la necessitat d'emplenar el buit dels orígens per millorar la seva vida, per donar més sentit a la seva biografia.

En resum, aquest llibre és una ocasió per celebrar els anys que hem complert i la bona feina feta, i és també un esperó per anar més enllà d'administrar l'adopció al nostre país, que és la responsabilitat de l'Institut. Per això agraïm els relats dels testimonis, les seves vivències i tot el coneixement acumulat, perquè ens permeten satisfer millor la necessitat dels infants de tenir una família i el deure de garantir-ne la protecció.

Moltes gràcies a tothom que ha col·laborat en aquesta publicació i molt especialment als companys Carles Benet i Magda Hospital, que han entomat el repte de coordinar l'edició amb estima i rigor. Així mateix, vull agrair la molt bona feina feta per totes i tots els companys durant aquests 25 anys, gràcies a la qual l'ICAA té el bon nom de què gaudeix dins del món de l'adopció a Catalunya i arreu.

Josep Maria Forné i Febrer
Director de l'Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció

AGRAÏMENTS

Aquest llibre és coral, plural i obert a diferents visions i realitats del món de l'adopció al nostre país, i, per tant, hem volgut que hi participessin diferents actors implicats en aquest àmbit. Haurien pogut ser molts més els participants, però ha calgut establir uns límits per no crear un llibre massa llarg i poc viable.

Volem agrair tots els oferiments i les propostes de participació que hem rebut de professionals, famílies adoptives i persones adoptades. També volem donar les gràcies a altres persones:

- A totes les que finalment no han pogut posar per escrit les seves experiències personals perquè són encara massa doloroses i punyents.
- A la direcció de l'ICAA i, en particular, al director actual, Josep Maria Forné i Febrer, pel seu suport des de l'inici del projecte.
- Molt especialment a Vinyet Mirabent i Junyent, psicòloga amb una gran experiència professional en el món de l'adopció, no només per la seva participació en un dels articles, sinó també per la seva tasca de suport i supervisió en la confecció d'aquest llibre. Sense ella segurament no hauria estat possible iniciar i acabar aquest projecte.
- A tots els professionals, famílies adoptives, persones adoptades i mares biològiques que han volgut participar de manera desinteressada en aquest projecte i que en són, sense cap mena de dubte, l'essència. Totes aquestes persones són una representació important de la realitat adoptiva al nostre país. Per tant, moltes gràcies a l'Alba, l'Anna G., l'Anna V., l'Anna Rosa, l'Antònia, l'Emma, l'Esteve, l'Eva, la Laia, la Maria Teresa i la Neus.

Carles Benet i Magda Hospital
Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció

PROFESSIONALS

Reptes diferencials dels adolescents adoptats: comprensió i abordatge de les seves realitats específiques

VINYET MIRABENT JUNYENT

No sé qui soc, ni d'on vinc, ni a qui pertanyo.

L'ADOLESCENT ADOPTAT

És important plantejar d'entrada que l'adopció no és el problema: és la solució a una situació de desemparament. És la possibilitat de construir la vida en unes condicions que la permetin (Gonzalo, 2020). És cert que molts menors adoptats es recuperen bé de la situació en què van arribar a la família adoptiva, i viuen l'adolescència amb unes dificultats específiques, però amb recursos per resoldre els conflictes i construir-se una identitat diferenciada. Però, a la vegada, també és cert que hi ha adolescents i joves que pateixen seriosos conflictes i dificultats emocionals que afecten les seves relacions familiars, amb amics i companys, amb docents i amb la societat, en una escalada cap a conductes de risc.

L'adolescent adoptat passa per la mateixa crisi d'identitat i els mateixos sentiments de tot adolescent, però cal afegir-hi les experiències viscudes relacionades amb la seva adopció i el seu origen diferent, determinants en el desenvolupament de la crisi i la construcció d'una identitat real. Al llarg del procés de reestructuració de la seva identitat no només es pregunta qui és (cosa que li desperta més conflictes i interrogants que a un adolescent no adoptat), sinó que ha d'integrar en la seva identitat adulta tot el que ha viscut, abans i després de la seva adopció, amb els dols i mancances que ha viscut i que hagin quedat per resoldre. La resolució de la crisi condicionarà la seva arribada a l'adulthood amb una personalitat més o menys estructurada. La capacitat de comprensió i reparació d'aquests danys dels pares adoptius al llarg de l'evolució del seu fill és cabdal perquè aquest construeixi una base emocional més sòlida que li permeti afrontar l'adolescència amb més recursos emocionals.

Si pot passar per aquesta etapa sense ruptures ni actuacions de risc, l'adolescència serà per a ell una oportunitat per resoldre pèrdues i mancances anteriors a la seva adopció i integrar-les en la seva vida en el si de la família adoptiva (Rygaard, 2008).

Això el portarà a refermar o no la seva doble filiació: l'adoptiva —i a sentir o no els seus pares com a veritables— i també la biològica —conciliant-se o no amb els que el van portar al món. Podrà refermar els vincles o, per contra, si s'instal·la en el conflicte i no resol les contradiccions, pot no sentir la pertinença a la família, pot tenir confusions que impliquen tant els pares biològics com els adoptius i reaccionar defensivament amb actuacions de risc per a la seva salut física i mental.

L'adolescència posarà en primer pla els interrogants sobre la seva identitat, a partir de les transformacions del seu cos, i el noi o la noia es preguntarà a quina família pertany. Necessitarà entendre i entendre's per acceptar-se i, així, acceptar tant els seus orígens biològics com la seva família adoptiva (Berástegui, 2007). S'estableix un joc entre l'estructura familiar en què ha crescut però d'on no ha sortit, és a dir, la història de vincles amb els seus pares adoptius i les experiències viscudes abans de l'adopció (primers vincles amb progenitors, els interrogants sobre ells i les mancances).

Alhora, la gravetat de les pèrdues i les mancances, la negligència o les separacions prematures viscudes a una edat en què no va poder posar paraules i no va poder entendre què li passava, com veurem a continuació, amplifiquen les conseqüències emocionals i contribueixen a la complexitat de la crisi de l'adolescent adoptat.

Com hem dit abans, per a alguns menors adoptats l'adolescència i la primera joventut poden ser una època molt convulsa. Diferents estudis assenyalen que entre el 30 i el 40% d'adolescents ingressats en centres terapèutics són adoptats i molts altres presenten dificultats de relació amb la família, a l'escola i en el seu entorn social. Aquestes dificultats estan relacionades amb experiències doloroses, pèrdues i conflictes, que sovint no es van expressar en etapes anteriors, que esclaten ara amb una gran intensitat en aquest període i generen un gran patiment i confusió, a ells i a les seves famílies. Fàcilment, l'adolescent hi fa front amb reaccions intenses, agressives, que poden derivar en conductes disruptives, violentes, confuses i a vegades de molt risc per la seva salut física i psíquica.

Aquesta realitat posa en relleu la necessitat d'entendre els problemes de molts adolescents vinculats a experiències traumàtiques primerenques greus viscudes abans de l'adopció. Els nens arriben amb comportaments que són els que precisament els van ajudar a sobreviure en circumstàncies desfavorables. El problema és que els adults tenim pressa, sovint no donem prou temps perquè desenvolupin la seva resiliència i puguin recuperar-se.

En aquest capítol parlarem dels diferents aspectes específics de l'adopció que incideixen en la crisi de l'adolescent i poden agreujar-la. Abordarem els factors específics que incideixen en aquestes situacions i que fan més complexa la construcció d'una identitat sòlida: les conseqüències en el psiquisme de les negligències i les carències viscudes abans de l'adopció, amb el possible trauma relacional que hagin pogut comportar, els models interns de relació i l'aferrament que hagi pogut organitzar, els dols i les pèrdues viscuts, més o menys elaborats, les conseqüències de la genètica diferent i el procés de resolució d'interrogants sobre els orígens i la cerca de respostes.

I, finalment, abordarem la conflictiva accentuada que genera en alguns adolescents conductes de risc i relacions més o menys disruptives i que depenen també de tots aquests factors i del seu grau d'intensitat. El que està en joc és la construcció d'una identitat sana.

FACTORS ESPECÍFICS QUE INCIDEIXEN EN L'ADOLESCENT ADOPTAT

- **Carències i negligències viscudes abans de l'adopció**

Necessitats del nen per desenvolupar-se

És important aturar-nos un moment i entendre què necessita un nadó per desenvolupar-se de manera sana, per poder, així, ser conscients de com la qualitat de la criança repercuteix en el bon desenvolupament de la crisi adolescent.

Com a espècie, els humans naixem amb una gran indefensió i necessitem adults que ens protegeixin i ens cuidin per sobreviure i desenvolupar-nos. Per establir les bases del nostre desenvolupament físic, neuronal i psíquic, necessitem unes figures parentals adultes afectives i estables, que ens donin calidesa i seguretat i que sostinguin, satisfacin i integrin les nostres necessitats. A la vegada, naixem amb unes competències bàsiques que ens donen una orientació relacional, una capacitat per atreure els adults, un desig d'estar connectats a altres, i estem dotats d'habilitats per tenir aquesta connexió. Sense les relacions no ens desenvoluparíem, i aquestes són els escenaris en què ens convertim en persones (Pitillas, 2021).

Avui dia, gràcies a l'epigenètica sabem que en néixer tenim els gens preparats, però que només s'expressen si troben un entorn adient de cura i protecció. Les investigacions i les tècniques dedicades a l'exploració neurològica demostren la gran plasticitat de la ment, sobretot en la infància, i permeten observar com les estructures neurològiques es modifiquen per l'acció de l'afecte, la sensibilitat i la cura de l'entorn (tal com s'ha pogut veure en exploracions neurològiques de nens en orfenats o recentment adoptats).

Quan un nen amb dificultats en diferents àrees rep ajut psicopedagògic i terapèutic convenient, es modifiquen els circuits i les estructures implicades. Es fa així patent i evident la interacció constant entre la base biològica cerebral del nen i els estímuls i les experiències relacionals amb l'entorn.

La repetició de les experiències sensorials, motores i afectives i la seva integració configuren l'organització de la ment. La resposta sensible dels cuidadors principals/pares és l'organitzador psíquic i neuronal més important (Marrone, 2001). La resposta sensible, la sintonia entre cuidadors i nen, actua en el món intern del nen i crea un sentiment d'integració personal i seguretat, una autoestima i una valoració adequada de la pròpia personalitat i estimula la capacitat per al vincle amorós.

Es caracteritza per la capacitat per:

- Captar els senyals del bebè: accedir al seu estat mental.
- Interpretar adequadament els senyals: atribuir significat al seu estat mental.
- Respondre de manera adequada i ràpida, mitjançant la contenció de la inquietud i l'ansietat, el sosteniment davant la frustració i el malestar.
- Diferenciar i verbalitzar les experiències, amb la qual cosa el nen anirà organitzant la base de la capacitat de pensar, de la simbolització i del llenguatge (Mirabent i San Martino, 2008).

Aquesta repetició de l'experiència de relació es va internalitzant i va configurant en la ment del bebè un model operatiu intern (Marrone, 2001). Gràcies a aquest model, el

nadó, el nen, l'adolescent es representa a si mateix, al món i a la interacció mútua, anirà relacionant-se amb el món i, si és de qualitat, crearà un aferrament segur, que és, com hem dit, la base per a un bon desenvolupament psíquic i neuronal.

Cal subratllar que justament és així com es creen els circuits cerebrals que promouen la capacitat de regulació emocional, molt important per al desenvolupament i el funcionament adult.

La sintonia adult-nen inclou una atenció mútua compartida, una regulació de la intensitat i del ritme de la relació i els estímuls i una coordinació mútua en tot el llenguatge gestual (el nen respon i el cuidador torna a relacionar-s'hi en funció de la seva resposta). "El resultat és una estructura ajustada en què cuidador i nen van modificant el seu comportament, les seves interaccions que funcionen com un sistema dinàmic de regulació mútua" (Pitillas, 2021, p. 44). D'aquest funcionament, en deriva una experiència de connexió amb l'altre, que forma part del sentiment de seguretat i també de confiança bàsica, ja que el nen veu que amb les seves respostes pot influir en el cuidador i sentir que es calma la seva necessitat.

"Una falta crònica de resposta sensible, de sintonia, entre pares i fill/a és neurològicament i psicològicament patògena" (Hill, 2018, p. 9). El bon tracte parental retorna el bebè a un estat més regulat i organitzat davant la desorganització amb què viu una necessitat momentània (plor desconsolat...). Aquest model intern de regulació diàdica és el que el nadó va internalitzant. Veurem que això és molt important per entendre problemàtiques disruptives d'alguns adolescents adoptats.

Els models operatius són independents, no queden vinculats a una persona concreta, sinó que actuen com la forma personal amb què l'individu es relaciona. Tenen influència en la manera com s'organitza l'aferrament i com es desenvolupa la funció reflexiva i, també, en l'organització del pensament i les funcions mentals, com ara la memòria, l'atenció o el desenvolupament del llenguatge.

Una persona pot funcionar amb diferents models interns, sovint sense ser-ne conscient. Són estructures estables, però no estàtiques, poden canviar, remodelar-se, activar-se i desactivar-se segons la situació i, en funció de les experiències, poden variar al llarg de la vida. Alhora impulsen la capacitat de mentalització (Rygaard, 2008), que permet representar-se, captar els estats mentals d'un mateix i dels altres i que és primordial en el funcionament del nen i posteriorment de l'adult, ja que sosté i regula les emocions i la incertesa. És la que permet contenir l'acció i els impulsos, sentir, pensar i raonar. En els moments d'inquietud o frustració actua evitant la reacció immediata, el pas a l'acte irreflexiu i impulsiu, permet pensar els sentiments i sentir els pensaments (Target, 2007).

Quan en la criança ha predominat la resposta sensible dels pares i aquests han promogut la capacitat de mentalització en el fill, aquest pot organitzar un aferrament segur i confiat, la funció primordial del qual serà la de ser font de seguretat davant les incerteses de la vida. El nen podrà explorar el món i establir relacions també confiades amb els altres (Barudy i Dantagnan, 2006; Golanó i Pérez, 2013).

Però perquè es donin tots aquests processos són imprescindibles la dedicació, el temps i la presència regular i constant dels pares o cuidadors principals. Només així podran

conèixer bé les reaccions del seu fill, podran “pensar-lo”, intuir i respondre a les seves necessitats.

Així doncs, la qualitat de la criança, de la interacció entre pares i fill, és un factor de protecció per al bon creixement d'un nen, és determinant per a la seva salut mental i n'estimula el bon desenvolupament en totes les seves dimensions.

El nen en adopció. Conseqüències del trauma relacional primerenc

Com se sap, el menor que està en situació d'adopció ha estat exposat a situacions de vida que no han permès una criança adequada a les seves necessitats. Les carències de l'entorn previ a l'adopció tenen efectes negatius que es manifesten a llarg termini. Les investigacions han posat de manifest el retard maduratiu que el menor pateix en el temps que passa en una institució (Palacios, Sánchez-Sandoval i León, 2005). Si el menor no ha tingut respostes adequades dels adults a les seves demandes, si aquestes han estat parcials, fragmentades i inconstants, ha patit seqüeles en l'organització cerebral global, tant neurològica com psíquica.

D'altra banda, molts nens procedeixen d'embarassos de risc, amb un alt índex de prematuritat, i han patit desnutrició prenatal, exposició prenatal a l'alcohol (SAF) o han tingut un pes baix en néixer. Tots aquests factors afecten negativament el desenvolupament emocional i cognitiu (Gindis, 2000).

Neurològicament es poden veure més o menys alterades les estructures superiors, el neocòrtex (que afecta el processament d'informacions complexes, el raonament, el pensament), les estructures límbiques, amb afectació de l'amígdala i els lòbuls prefrontals (que afecten la intel·ligència emocional, el control de les emocions, l'empatia) i les estructures inferiors (que afecten circuits del tronc cerebral que regulen els estats d'activació i alerta).

Psicològicament i emocionalment, l'impacte de les pèrdues i les negligències viscudes, tant en la seva família d'origen com a l'orfenat, és enorme. L'infant ha patit experiències de pèrdua i privació, física i afectiva, que li han generat angoixa i ansietat (Bowlby, 1983) i que poden tenir conseqüències serioses en el seu psiquisme infantil, tant emocionalment com cognitivament, pel pobre desenvolupament de les funcions mentals (pensament i simbolització) i per la possible inhibició o pobresa del llenguatge. La seva estructuració mental és precària, i l'infant presenta nombrosos retards evolutius en totes les àrees. En funció de la seva evolució, aquests dèficits poden tenir més o menys repercussió en l'adolescència.

Com dèiem abans, doncs, el nen ha incorporat també uns models operatius interns, que, a diferència del que viu una criatura en una família prou sana, són fragmentats, rígids, distorsionats o insuficients, amb manca de constància i estabilitat en l'intercanvi relacional. Així, ha incorporat uns models operatius interns; per tant, ha organitzat un aferrament insegur, ambivalent o desorganitzat. La manca de personalització en el tracte origina refredament, fragilitat emocional i ignorància del que és tenir referents afectius clars, ser estimat i poder estimar. D'altra banda, el tracte uniformat i indiferenciat li ha generat possiblement una identitat confusa. Les seves necessitats individuals no han pogut ser ateses, i ha viscut intensos sentiments d'inseguretat i desesperança. Ha patit sentiments de soledat intensos que l'han portat a establir conductes d'autoconsol i/o aïllament.

No ha estat en la ment de ningú de manera prou completa, ningú ha pensat en ell, ningú l'ha conegut, ningú l'ha diferenciat, ningú hi ha parlat, i això genera una pobra i/o caòtica estructuració mental i una escassa mentalització i funció reflexiva. Així, no pot ni pensar en les seves emocions ni, per tant, en les dels altres: la relació amb els altres està presidida per la suspicàcia i la poca empatia.

Tampoc no ha tingut prou contenció emocional i estima, cosa que genera una baixa tolerància a la frustració per les dificultats en la regulació i la contenció emocionals, la immediatesa, la dificultat en els canvis (Doctors, 2007). La seva conducta ha estat orientada a la supervivència: viure per sobreviure. Si la crisi adolescent és intensa, pot tornar a mostrar un aparent individualisme i fredor. És molt important entendre bé el seu significat profund per ajudar-lo a sortir del patiment.

Aquestes carències i negligències viscudes són traumàtiques i queden definides en el concepte de trauma primerenc o relacional: “una exposició a desajustos crònics, que comporten estats prolongats de desregulació emocional, en la relació amb el cuidador. Provoca un funcionament alterat i deficient del sistema primari de regulació de l'afecte: el nen busca ser regulat pel cuidador, però troba respostes que, en canvi, intensifiquen la desregulació, en lloc de modular-la (i així integrar la vivència). La relació es converteix ella mateixa en estressant i produeix en el nen o bebè reaccions d'ansietat social i relacions d'aferrament danyades” (Hill, 2018, p. 136).

Avui dia, diferents autors (Hill, 2018 i Schore, 2010) consideren el trauma relacional com un trastorn del neurodesenvolupament. És un trauma invisible, que genera condicions neurotòxiques que alteren les estructures límbiques autònomes, amb les consegüents petjades neurobiològiques, conductuals i psicològiques, que són desadaptades, però que el nen necessita per fer front a l'estrès continuat. Es pot dir que són estratègies necessàries per anticipar o resistir les deficiències emocionals del cuidador i calmar la inquietud i l'ansietat. Així, paral·lelament va construint uns models de relació, que inclouen la percepció de l'altre, de la realitat i de si mateix, i, alhora, un circuit neuronal de resposta i una dissociació defensiva del patiment i del dolor.

La forma de relació continuada amb el cuidador principal organitza, com hem dit, un model operatiu intern que es tradueix en un determinat tipus d'aferrament, insegur/evasiu, ambivalent o desorganitzat, que implica un dany psíquic més greu que els dos primers, a causa d'una desregulació emocional marcada i un funcionament extrem d'estats profunds de dissociació que poden anar des d'una baixa excitació, que implica estats de paràlisi o replegament, fins a la hiperexcitació, amb estats reactius i impulsius. Ambdós impliquen respostes neurològiques i emocionals que condicionen la conducta (Liotti, 2004; Schmahel *et al.*, 2010).

Una altra conseqüència que cal tenir en compte, com s'apuntava més amunt, és l'afectació cognitiva i del desenvolupament de les funcions mentals —pensament, simbolització i llenguatge— per la immaduresa neurològica derivada d'un tracte negligent. Els resultats de diferents estudis mostren el risc que molts nens adoptats pateixin problemes de rendiment escolar, retards en les habilitats lingüístiques i problemes d'aprenentatge en més proporció que les poblacions de menors no adoptats en contextos familiars normalitzats (Palacios, Sánchez-Sandoval i León, 2005; Berástegui, 2007).

Aquestes possibles dificultats afecten directament la capacitat per aprendre i el rendiment acadèmic, relacionats amb un procés mental complex que es va desenvolupant des de les experiències primerenques i al llarg de tota la vida.

En el context escolar, les conseqüències de les seves carències i els desajustos maduratius que han comportat es fan més evidents. El nen adoptat pot presentar un desajust entre la seva edat biològica i el seu desenvolupament emocional, cognitiu i social, que ha estat descrit com a "dèficit cognitiu acumulat" (Gindis, 2000) i que es caracteritza pel baix rendiment escolar i la intel·ligència baixa/mitjana. Aquest dèficit es dona en nens que en els primers anys de vida han estat privats d'experiències enriquidores i que han viscut en entorns privats de relacions significatives i estímuls sans.

Sovint, en arribar a l'adolescència, s'ha produït una acumulació de problemes d'aprenentatge i de relació, per frustracions acumulades, vivència d'incapacitat i, de vegades, incomprensió del marc escolar. L'experiència escolar sol ser un factor més que se suma als conflictes no resolts de l'adolescent i que el poden portar a situacions de risc, com l'absentisme escolar, el fracàs escolar, problemàtiques conductuals, addiccions...

En ser adoptat, el nen trasllada aquests models de relació i, gràcies al vincle que va construït amb els pares adoptius, pot anar creant nous models de relació, però de vegades els antics romanen ocults a l'interior de la ment i apareixen en l'adolescència, com veurem més endavant. Com diu L. Cancrini (2022, p. 119), "les experiències desfavorables primerenques deixen petjades en forma de línies de comportament actiu [...] que poden ser reactivades quan es troba amb experiències del present que poden tenir-hi alguna semblança", i tot i que les bones experiències en el si de la família adoptiva les han pogut modular i modificar en gran part, a l'adolescència es tornen a posar en un primer pla. Cal recordar que en aquesta etapa és quan es defineix la identitat i es posa en joc tot el que s'ha viscut des del naixement.

Cal afegir també que, malgrat que l'adopció és una mesura necessària de protecció, que impulsarà el desenvolupament de l'infant, també comporta noves pèrdues: relacions que havia pogut establir amb cuidadors o companys, referents de temps i espai, idioma, el fet de viure amb persones de la seva mateixa raça i amb els mateixos costums...

A la seva arribada, necessitarà uns pares que puguin sostenir i tolerar les diferents manifestacions emocionals, perquè articuli noves experiències a partir de noves respostes a antics sentiments. És així com en la ment del menor es poden generar nous models operatius de relació interns, cosa que porta a modificar tant com es pugui l'aferrament amb què arriba i a impulsar la seva capacitat de mentalitzar les experiències viscudes. Aquesta és la principal funció de reparació dels pares, la funció de mentalització, que és clau perquè el nen pugui desenvolupar canvis i evolució (Fonagy, Target, Gergely, Jurist, 2002).

Quan els pares poden posar-se a la seva pell i intueixen les seves necessitats (base de l'autoestima i estabilitat emocional), el nen pot construir la confiança bàsica i establir un aferrament segur, que li permeti desenvolupar-se.

La relació amb els pares és, doncs, la base a partir de la qual es genera el procés psíquic que realitzarà amb la seva adopció (Mirabent i Ricart, 2010a). La qualitat d'aquesta

relació familiar serà el gran factor protector en arribar a l'adolescència, quan es defineix la identitat i es posa en joc tot el que s'ha viscut des del naixement. La base protectora familiar l'ajudarà a transitar-hi, malgrat la intensitat dels conflictes que visqui. Necessitarà més o menys temps, però tindrà més eines per construir la seva identitat i confiar en si mateix i en la seva capacitat pels vincles.

- **Pèrdues, abandó i dols**

Un altre aspecte essencial que se situa en primer pla en l'adolescència i que cal abordar és la vivència de l'abandó i les pèrdues que implica sempre el fet de ser adoptat, dels que el van engendrar i també dels primers referents del món en què va néixer, incloent-hi, com se sap avui dia, les sonoritats que va percebre quan era un fetus.

És important assenyalar que no totes les adopcions es basen en un abandonament de la família biològica. Els països d'origen de moltes adopcions internacionals tenen unes circumstàncies relacionades amb la pobresa i la manca de polítiques socials i sanitàries que influeixen en el desemparament dels menors, que han viscut en un entorn que ha intentat protegir-los tant com ha pogut i que els ha proporcionat vincles afectius i cuidats. Per a ells, l'adopció és una nova oportunitat, però que comportarà pèrdues importants. Molts d'ells senten internament que la família biològica els ha abandonat, i serà tasca dels pares adoptius comprendre aquest sentiment, contenir-lo, acceptar el dolor i la ràbia i transmetre la dignitat de la família d'origen, perquè aquests sentiments no hi arrelin.

Nancy Newton parla de la ferida primària, de les separacions prematures viscudes al llarg de la infància i de la fortalesa interna que, amb tot, s'hagi pogut desenvolupar. Aquestes les va viure, a més, en una edat en què no va poder posar-hi paraules i no va poder entendre què li passava, la qual cosa amplifica les conseqüències emocionals: "El nen que ha experimentat aquestes ruptures en la continuïtat del vincle sent que la seva confiança en l'entorn s'ha malmès i el sentiment de 'si mateix' està compromès [...]. El nen separat de la mare abans d'adquirir un sentit de si mateix diferenciat pot sentir-se incomplet" (Newton, 2010, p. 53). "Existeix en els adoptats un anhel de tornar a l'estat de benestar que tenen en el seu record emocional (no conscient) [...] la recerca de la mare no només és un afany de trobar algú perdut, sinó de trobar la noció, vivència, perduda" (Newton, 2010, p. 54). El nen adoptat té pendent resoldre el trauma que genera aquesta realitat i el seu dol consegüent.

Aquesta realitat va acompanyada d'altres pèrdues, com la de l'entorn i la cultura en la qual va començar a ser cuidat, sensacions, olors, colors, l'idioma amb la seva música i sons (i significats segons l'edat d'adopció) o paisatges.

En l'adolescència, aquests dols se situen en un primer pla. Ennatu Domingo explica al seu llibre que en el seu primer viatge a Etiòpia després de ser adoptada "estava en xoc per haver perdut l'eina per comunicar-me, l'amhàric. Em sentia en fals. Una traïdora. Era etiòp però potser ja no ho era, intentava ser-ho però potser jo no ho semblava" (2022, p. 18).

Diferents estudis assenyalen que la necessitat central de l'adoptat és l'elaboració de les pèrdues, el tracte adequat a les seves conseqüències i, també, el tracte de la cultura d'origen per part dels pares (Smith, Howard i Monroe, 2000; Smith i Brodzinsky, 2002; Juffer, 2005). Les inquietuds sobre els seus orígens i la seva família biològica estan

associades a alts nivells de conductes externalitzants problemàtiques en l'adolescència (Kohler, Grotevant i McRoy, 2002).

Com diu Rebeca Grinberg (2006), la vivència interna i dolorosa de l'adoptat (conscient o no) és que haver estat deixat en la realitat, no en la fantasia com els nens pensen de vegades, provoca dolor i ràbia i manté el perill actualitzat d'un nou abandonament, amb l'ansietat que pugui ocórrer de nou. És a dir, no només existeix la pèrdua viscuda, sinó l'angoixa que es pugui repetir.

En aquest mateix sentit, J. Barudy afirma que "el desafiament existencial d'un nen abandonat és poder donar un sentit a l'experiència extrema d'abandonament". El nen abandonat ha d'afrontar el fet de percebre's de dues maneres que corresponen a experiències diferents: "Em van abandonar i soc brossa" i "Soc excepcional perquè soc capaç de sortir-me'n sol i no necessito ningú" (1998, p. 111). Aquesta disjuntiva juga intensament en l'adolescència, etapa en què l'impuls a l'autonomia i la diferenciació i a la separació dels pares és normal.

Així doncs, el menor adoptat sempre té dols pendants. És important que els pugui començar a elaborar al llarg de la infància. Són els pares els que hauran d'impulsar aquest procés i vetllar per la seva evolució, afrontant els moments de dolor, conflicte i solitud que el seu fill o la seva filla pot viure, contenint els seus sentiments i estant al seu costat per ajudar-lo a acceptar-se, entendre i entendre's. Si això no es dona, es poden estructurar conflictes o una patologia en el menor que destacarà amb intensitat en l'adolescència, ja que una pèrdua primerenca es converteix en una font de vulnerabilitat quan el nen no té el suport empàtic de les figures substitutes (Brown i Harris). Per a D. Winnicott (1975), davant de casos de pèrdua en la infància seguits d'absència prolongada d'afllicció conscient, hi ha el risc d'estructuració d'un "fals jo". Així, quan l'abordatge de les pèrdues no és suficient, els processos d'identificació i vinculació entre pares i fills es donen de manera parcial i làbil, i, en general, en l'adolescència es poden generar seriosos conflictes en el si de la família.

Paral·lelament, en la infància, els dols i conflictes pendants d'elaboració poden dissociar-se del funcionament si no troben un entorn sensible i es mantenen latents a l'interior de la psique. En l'adolescència poden irrompre, llavors, amb gran intensitat i violència.

Per tant, l'elaboració de les pèrdues i els dols diversos que ja per si mateixos són propis d'aquesta etapa serà més o menys complexa i conflictiva en funció de la reparació més o menys efectiva que hagi pogut fer en la infància, del caràcter propi del noi o la noia i de les capacitats dels pares (Grinberg i Valcarce, 2006).

Els dols que afronta en aquesta etapa són els mateixos de tot adolescent (el dol pel cos de la infància, per exemple), però amb afegits de summa importància. Un doble dol pel món de la infància, el conegut i segur de després de l'adopció, però també el dol pel món en què va néixer, el que va tenir i va perdre, les bones experiències que va poder viure en la seva vida prèvia i la seva cultura d'origen, per parcials o insuficients que fossin. El dol pels pares adoptius (en començar a qüestionar-se, també els qüestiona a ells, els mira i els percep de manera diferent, se'n diferencia), però també el dol per uns progenitors, coneguts o no, dels quals té records o no en té, per uns germans biològics que potser va tenir però que va perdre o no va conèixer. El dol pel que no va tenir, pels buits de persones i de vincles, per les mancances i les conseqüències en el seu món

intern. I, finalment, el dol per la pèrdua de la continuïtat genealògica i de la informació genètica (Brodzinsky, 2006).

L'adolescent necessitarà els seus pares per elaborar aquests dols, i és essencial que aquests tinguin aguant, que puguin contenir-lo i acompanyar-lo en el dolor que reviu. El grau de comunicació i sosteniment del dolor, d'una banda, i la tolerància i la comprensió dels seus conflictes, sense posar en dubte la filiació, de l'altra, seran determinants perquè el seu fill pugui dir sí a la seva identitat i també a la seva adopció (Mirabent i Ricart, 2010a).

Aquest acompanyament és el que treu la toxicitat a la soledat viscuda en el passat (Cyrulnik, 2002).

Dissociació. Dols segregats. Conseqüències del trauma relacional

En l'adolescència conflueixen els models operatius interns d'abans de l'adopció i els que ha construït dins la relació amb els pares adoptius. No tots els nens han viscut el mateix grau de carències, negligències i maltractament. Les històries de vida són ben diferents entre uns i altres, però els adolescents amb problemes i conflictes seriosos sovint van patir situacions de gran precarietat abans de l'adopció. Per tant, en funció de la intensitat i la durada del trauma primerenc i del tipus d'aferrament a què va conduir, les defenses dissociatives seran també més o menys arrelades i intenses. Alhora, els dols per les pèrdues no acabats de resoldre i l'elaboració que hagin pogut anar fent dels seus orígens poden configurar també un funcionament dissociatiu, en més o menys grau.

La dissociació és un mecanisme defensiu contra el dolor. Diferents autors (Fonagy, 2000; Silbert, 2019) parlen de com l'aspecte més inquietant per a un nen és contemplar els intents malintencionats del cuidador cap a ell —davant d'això, el nen no té cap altra protecció que excloure de la consciència tots els sentiments i pensaments tant dels altres com d'ell mateix— i, també, de com els nens aprenen a desconnectar de la sensació física o psíquica de dolor i mantenen relacions marcades per les sospites i la vigilància desconfiada i de com han de mantenir com sigui un sentit de si mateixos, al marge de les experiències difícils que viuen dia a dia, de manera repetida en un entorn negligent. Han de deixar al marge de la consciència la part espantada, ferida i vulnerable per sobreviure. Aquesta és una resposta adaptativa que els permet suportar l'adversitat.

Aquestes parts del propi jo, apartades per supervivència, reclamen ser integrades en la reconstrucció de la identitat que implica el trànsit a l'adolescència, i poden irrompre en tota la seva intensitat. En aquest sentit, aquesta etapa és l'oportunitat per modificar els models operatius i les representacions relacionals internes del passat i obrir camí cap a una identitat més completa (Cancrini, 2022).

Un altre aspecte crucial és l'elaboració de pèrdues i dols, família biològica, relacions d'orfenat, entorn cultural, i aquí la funció dels pares adoptius és molt important. D'ells dependrà el clima i l'atmosfera familiars que permetin, més o menys, la comunicació al llarg de la infància del fill i, sobretot, en l'adolescència.

Quan no hi ha espai mental en els adults per a l'expressió dels sentiments dolorosos o la por, els nens inhibeixen la comunicació, poden viure'ls com quelcom dolent o inadequat i manifestar-los de maneres indirectes. "Aleshores queden aïllats en un nucli

de la ment convertits en sistemes segregats, exclosos però actius" (Juri, 2011, p. 124). No se'n parla i, si es fa, acostuma a ser en un to sense gaire afectivitat. S'estableix el funcionament dissociatiu i projectiu, per la qual cosa certes emocions queden lluny de ser mentalitzades (Jiménez, 2003) i es crea un fals jo (Winnicott, 1975).

Es poden convertir en nens obedients i de tracte fàcil i poden desenvolupar una identitat en part falsa, en la qual no es reconeixen part de les seves veritables necessitats. Però aquests dols dissociats fàcilment irrompen en la reorganització adolescent, que, a més, inclou nous dols i pèrdues ja anomenats. La dissociació es trenca i apareix de forma disruptiva allò segregat que s'expulsa sovint en forma d'actuacions de risc que oculten profunds sentiments d'inseguretat i inferioritat (Bowlby, 1983; Marrone, 2001).

- **Canvis corporals. La genètica. L'ètnia o cultura diferent**

En l'adolescent adoptat, les vivències d'inseguretat s'accentuen també pels canvis corporals que situen en primer pla l'herència genètica, el seu origen diferent, és a dir, la seva procedència. El seu físic posa de manifest l'existència d'uns progenitors que comencen, amb això, a ocupar la seva ment (Mirabent i Ricart, 2010b). El seu cos canvia, i no s'assembla a ningú de la família adoptiva, es transforma sense tenir cap model que li serveixi d'orientació i de contenció a la inquietud que se li desperta.

Així doncs, les fantasies de "com seré?", des de l'aparença evident fins als caràcters sexuals, es poden fer molt intenses. "M'assemblo a ella, a ell?", "Com eren els que em van portar al món?", "On poden ser?"... Tots aquests interrogants poden posar en dubte el sentit de pertinença a la seva família adoptiva, ara posada en qüestió per l'emergència de l'aspecte biològic, i suscitar també reaccions agressives.

El tracte familiar, la qualitat de l'obertura en la comunicació mútua i la sensibilitat dels pares adoptius a l'hora d'entendre el seu fill esdevenen eixos essencials que influeixen enormement en els sentiments de soledat de l'adolescent i el grau de conflictivitat en la relació familiar.

Si, a més, pertany a una altra raça, la integració de l'aspecte racial influeix decisivament en la construcció de la seva identitat. L'impacte emocional del seu aspecte extern és més important encara, i li pot ser més difícil trobar similituds amb els seus (Newton, 2010).

A més, l'adopció transracial li dona visibilitat: un fet íntim és a la vista de tothom. Des de petit, es posa en evidència públicament la seva procedència diferent i això suscita comentaris tant d'adults com de nens companys d'escola i d'altres activitats. Així, fàcilment els companys i companyes li poden dir frases com aquestes: "La teva mare no és la teva mare, no s'assembla a tu... No és xinesa (o negra)." I a continuació: "Ella no és la teva veritable mare". I també pot sentir frases de boca dels adults: "Ja pot estar agraït/agraïda, amb tot el que feu per ell/ella". La reacció que els pares tenen davant de frases com aquestes, la seva sensibilitat i fermesa poden reforçar la filiació i donar seguretat al seu fill o la seva filla, o al contrari.

D'altra banda, la seva genètica racial pot marcar un ritme més accelerat en els canvis corporals de la pubertat, que s'estableix en edats primerenques en la nostra cultura, sobretot en les nenes, que de vegades poden tenir la primera menstruació als nou anys.

Aquest aspecte ofega el sentiment de ser i sentir-se diferent dels altres. A més, quan el seu cos canvia, es transforma i no respon als cànons de bellesa occidentals.

En l'adolescència es fa més intens tot el que representa viure en una societat que té una raça diferent de la seva. Encara que els pares hagin respectat la cultura de procedència, li hagin parlat dels seus valors i tradicions, l'adolescent no ha pogut integrar del tot la identitat cultural associada a la seva raça, ja que per a això cal viure-hi. A més, haurà de fer l'esforç afegit d'integrar i conciliar ambdues cultures, la d'origen i la d'adopció, haurà de prendre consciència que amb l'adopció ha perdut els llaços de vinculació amb el grup d'humans amb els quals comparteix els seus trets físics.

A diferència de les famílies immigrants, les adoptives tenen menys bagatge emocional, no tenen l'experiència viscuda del que representa per a un mateix "ser d'aquí amb una raça d'allà" i, per tant, tenen menys eines per posar-se en el lloc del seu fill, comprendre'l i ajudar-lo. L'acompanyament que els pares adoptius puguin fer-li depèn de com han entès el que aquesta realitat representa per a ell al llarg de la infància (Rius, Beà, Ontiveros, Ruiz i Torras, 2011).

La integració de l'aspecte cultural i racial influeix de manera incisiva en la construcció de la identitat. Els trets físics propis d'una ètnia van associats a un sistema de valors, unes creences, uns costums, unes experiències grupals i socials, un idioma que l'adoptat va tenir en el passat i ara no formen part del seu present. Encara que els seus pares hagin respectat la seva cultura de procedència, li hagin parlat dels seus valors i tradicions, li és molt difícil mantenir la identitat cultural associada a la seva ètnia, i això és una pèrdua més de la qual pren consciència en aquesta etapa: amb l'adopció s'han perdut els llaços de vinculació amb el grup d'humans amb els quals comparteix els seus trets físics. Força menors adoptats en la nostra societat han arribat amb més de tres anys, amb molts aspectes de la seva cultura d'origen integrats, i per a ells pot ser més difícil encara mantenir la identitat amb què arriben.

Ennatu Domingo ho explica molt bé: "Vaig començar a adonar-me que haver passat més anys aquí que els que vaig passar al meu país d'origen volia dir que la cultura catalana i l'europea s'anaven imposant sobre la meua identitat etiòp i africana. [...] Sentia que m'havien desarrelat i trasplantat a una societat on era impossible trobar models [...] Sense adonar-me'n una resistència silenciosa a oblidar es va convertir també en resistència contra mi mateixa i contra el món que tenia ara davant" (2022, p. 18 i 19).

L'adolescent té la feina afegida de reconciliar-se amb la vida i el que li ha esdevingut ("per què m'ha passat a mi i no a uns altres..."). En la seva infància, amb l'adopció internacional, ha patit un procés de desculturalització inevitable, tal com diu Ennatu Domingo. S'haurà d'identificar en part amb les persones i la cultura del seu grup ètnic i de procedència i, alhora, haurà de mantenir valors i afinitats propis de la cultura d'adopció, en la qual s'ha criat. Haurà de construir una doble identitat que inclogui la d'abans i la de després de l'adopció.

Aquest procés és molt variat segons cada adolescent; molts poden sentir diferents incerteses, confusions, penes i també ràbia, per la vivència de la pèrdua d'una part de la seva identitat d'origen, la seva cultura i la seva llengua i pel conflicte que les dues identitats poden provocar al viure en una cultura diferent de la de procedència i amb la qual també s'han identificat.

Un noi comentava: "Soc un negre només per fora... Per dins em sento d'aquí, penso i em diverteixo com tots els d'aquí... Els meus amics no em veuen d'allà... però la societat... Estic amb un peu a cada món i jo en cap."

Una altra noia deia: "Si ets d'una ètnia diferent, la gent se sent amb el dret de preguntar-te quins costums tens, què menges... i això t'enfada... Jo soc tant del meu país com ells, però finalment et fan sentir estrangera. Jo no soc una immigrant. A més, els immigrants t'identifiquen al principi com un d'ells, i s'ofenen si tu no respons o funciones segons els seus cànons i costums. Jo tinc unes reaccions pròpies d'algú d'aquí, són els altres els que per la meua aparença em consideren algú de fora. M'ha estat difícil integrar-me que soc d'aquí però que la meua aparença diu que soc d'allà, i estar conciliada amb això és difícil d'aconseguir".

Els estereotips de la nostra societat sovint no ajuden a dur a terme aquest procés d'integració. L'adolescent o jove quan va sol o amb amics suscita recel. Alguns adolescents procedents de països de l'Àfrica subsahariana tenen experiències complexes, com, per exemple, que la policia els aturi i els demani els papers, mentre que als seus amics de grup no els demana res, o expliquen sentir-se més vigilats per agents de seguretat privada en diferents llocs públics.

Aquestes vivències poden portar-los, de vegades, a identificar-se amb els que passen per situacions difícils o amb immigrants que estan lluny del seu país. El noi o la noia pot considerar-se una persona amb "sort", i se sent en deute amb els que són immigrants i tenen una posició social humil, pot projectar-hi els seus propis sentiments de desarrelament, de crisi de pertinença i d'identitat i pot tendir a idealitzar-los. El risc és que es relacioni amb grups amb una identitat radical que freguen la marginació social. Aquests sentiments es poden pal·liar quan "pares i fill adopten mútuament les seves cultures d'origen" (Domingo, 2022, p. 78).

Certament, en aquesta etapa comptarà molt com és i ha estat el tracte familiar, la qualitat de l'obertura en la comunicació mútua i la sensibilitat dels pares per entendre la realitat complexa del fill. Però, també, en la mesura que els pares han tingut la capacitat d'adoptar la cultura d'origen del fill, en un procés d'adopció mútua, podran calmar la soledat del fill i convertir-se en un punt d'ancoratge davant de daltabaixos emocionals i dels conflictes que pot viure.

- **Els pares biològics i els adoptius a la ment: fantasies i identificacions encreuades**

Ja hem dit que en els menors adoptats coexisteixen models operatius primitius previs a l'adopció, vinculats a relacions primerenques i models d'aferrament, juntament amb els adquirits amb els pares adoptius i el nou entorn.

Segons com siguin aquestes experiències de relació del menor i la seva pròpia personalitat, els models podran modificar-se o, com dèiem, podran mantenir-se en paral·lel en un nucli dissociat de la consciència i activar-se davant d'una situació determinada (com passa amb els dols segregats).

Immersos en aquests models hi ha els processos d'identificació, que es donen des del naixement i estan directament vinculats a les relacions amb els cuidadors principals. La identificació transforma la personalitat i la seva estructuració psíquica, que formen part

d'un mateix, i després d'un procés d'internalització de la relació i del vincle (generats pel tipus d'aferrament i del consegüent model de relació operatiu) passen a formar part de la identitat.

Així mateix, en els adoptats els processos d'identificació són més complexos, ja que parteixen d'experiències i pèrdues prèvies, de la falta de continuïtat amb els pares biològics i/o cuidadors amb els quals van començar a identificar-se i dels quals, a més, es van separar de forma molt ràpida, sense temps per a una separació gradual. D'altra banda, al començament del procés de vinculació després de l'adopció, fàcilment les identifications amb els pares adoptius han estat tenyides per la por, la desorientació i la incertesa, fins que s'han anat vinculant progressivament i han anat creant, per tant, uns models operatius interns i un nou aferrament.

En l'adolescència entren en joc les identifications que s'han mantingut conscients o ocultes amb els pares biològics i les que el noi o la noia ha anat construint amb els pares adoptius. En la infància les identifications amb els pares tendeixen a ser idealitzades, ja que el nen capta la realitat, encara de forma parcial, però en l'adolescència la seva visió és més completa i ha d'assumir la frustració que comporta percebre la realitat dels seus pares i el consegüent dol, com hem dit anteriorment.

Per a l'adolescent adoptat, aquest procés pot ser més difícil, ja que té identifications i renúncies dobles i creuades, i el noi pot sentir confusió i desorientació davant les disjuntives que viu, que alhora posen en primer pla les pèrdues i l'abandonament.

Les identifications amb els pares adoptius poden ser un enorme suport psíquic amb què afrontarà aquesta etapa. Si ha pogut tenir un tracte i unes respostes constructives i comprensió, podrà elaborar, pensar i afrontar el dolor i el conflicte intern, o al contrari, sense espai mental per al pensament, pot instal·lar-se en la dissociació i la negació, amb el risc de crear una pseudoidentitat, o fugir i passar a l'acció intentant reafirmar-se amb conductes de risc, de les quals parlarem més endavant (Martín, 2006).

Els canvis corporals i l'eclosió de la sexualitat incipient situa l'adolescent adoptat davant d'interrogants que ara irrompen amb força, molts dels quals estan relacionats amb les fantasies sobre la reproducció, funció que l'adolescent acaba d'adquirir, amb els dubtes sobre el lloc que pot ocupar en la societat, amb la definició de la seva identitat...

L'adolescent adoptat es veu impulsat, per la força de la seva sexualitat, ara que ja pot engendrar, a preguntar-se obertament per les pròpies capacitats i, també, per les dues parelles de pares de la seva vida (Bauman, 1999). Respecte a si mateix sorgeixen preguntes com aquestes: Seré fèrtil? Tindré fills? Vaig ser volgut? Podré formar una família?... Pel que fa als pares biològics, es pot plantejar aquestes altres preguntes: Van tenir més fills? Tinc germans? Soc l'únic que va ser donat en adopció? Quina mena de persones eren? Ell era un delinqüent? Ho seré jo? Tindré també males experiències com ells?

La fantasia moltes vegades està marcada pels temors, per això és fàcil que imaginin situacions negatives, progenitors que són males persones o no tenen valors i que tinguin por d'assemblar-s'hi. El noi o la noia té por de la genètica, dubta sobre què és el que s'hereta —no sap si la manera de ser, les qualitats personals, els valors de vida...— i no sap si té un destí irremeiable.

Es pregunta si, com que els seus progenitors el van abandonar, pot ser abandonat de nou, no només pels seus pares, sinó també per amics o per la seva possible parella. No sap si alguna cosa en ell no està bé i el fa propens a ser abandonat? Aquest interrogant és molt rellevant en aquest punt, ja que, davant de les incipients relacions de parella, adquireix una gran dimensió i importància emocional. Es planteja si podrà agradar a algú, si és algú a qui es pot estimar (Mirabent i Ricart, 2010b).

Ha de resoldre i integrar la doble identificació que té: d'una banda, amb els progenitors, desconeguts en la realitat, però fantasiejats en la seva ment, i, de l'altra, la iniciada en la infància amb els pares adoptius, ara menys evident, a causa del qüestionament obert als adults, però essencial igualment. És a dir, s'identifica, d'una banda, amb uns pares que van ser fèrtils, que el van tenir però que no van poder cuidar-lo i, de l'altra, amb els pares adoptius que no van ser fèrtils —la majoria de vegades— o que van renunciar a la seva fertilitat —pares que sí que podien tenir fills biològics— però que el van cuidar.

Un aspecte important que cal tenir en compte és el conflicte de lleialtat als pares biològics, des dels records que en pugui tenir o des de les fantasies internes, i que en l'adolescència pot provocar un bloqueig en els conflictes i els problemes de conducta: "Si els que em van portar al món van acabar així de malament, jo no mereixo estar d'una altra manera." La vivència és que si se'n surt i tira endavant és gràcies a la presència dels pares adoptius, i això és fallar als biològics (Cancrini, 2022).

Paral·lelament, des de les identificacions profundes amb els pares biològics, pot voler ser com ells, complir les seves expectatives, per la qual cosa pot sentir pànic de fallar-los, de no tenir prou capacitat i vàlua personal per fer-ho. Aquest aspecte es fa molt evident quan hi ha problemes escolars, de rendiment o dificultats en les capacitats. Sovint, pot patir un bloqueig emocional que porta un estancament en el funcionament o en les decisions, un abandó dels estudis i un funcionament erràtic, sense un objectiu de vida, que pot ser de molt risc per a la construcció de la identitat.

El camí de la resolució no és un procés fàcil. Així, davant les decepcions que pot sentir en percebre els defectes o les contradiccions dels seus pares, allò que no li agrada, pot idealitzar els progenitors: "Ells sí que l'entendrien, amb ells no tindria aquests problemes, amb ells potser seria feliç". Sovint, aquesta utilització dels uns contra els altres en el món intern el porta a enfrontar-se amb els pares amb més ímpetu, amb l'ímpetu de la "desgràcia" del seu origen ("Tothom m'ha deixat... Ara no em fio de ningú... Tot em passa a mi..."). Com diu E. Giberti, el pas important que l'adolescent ha de fer és passar del "què em van fer?" al "com ho he viscut jo i què tinc per tirar endavant?" (Giberti, 1992).

Alhora, també es pot identificar amb els seus pares adoptius quant a la infertilitat, pot tenir dubtes sobre la capacitat per reproduir-se. Es pot preguntar si podrà tenir fills, fins i tot si el que ha de fer és adoptar, perquè "això és el millor i el més adequat", tal com van fer els pares.

Per a l'adolescent pot ser difícil acceptar el propi funcionament d'una funció orgànica com la reproducció, quan sap que els seus pares van tenir problemes. Pot sentir que té alguna cosa que els seus pares van tenir i, en funció de la relació que tingui amb ells, ho pot viure com un triomf, com una competició o com una cosa que ha d'amagar perquè posa en evidència la manca biològica dels pares.

Es veu ara la gran importància que té en aquesta etapa la comunicació sobre els orígens que pares i fill hagin mantingut en la infància. Estan en joc aspectes essencials de la seva identitat i del desenvolupament de les seves possibilitats com a persona.

Quan l'adolescent, malgrat el conflicte, fa servir defenses més o menys adequades, pot rescatar les identifications internes positives i aconseguir superar el conflicte. Davant dels dubtes pot apel·lar als seus aspectes més constructius i, després de passar per moments de crisi, pot elaborar i diferenciar-se, però sempre en funció de la solidesa dels vincles que tingui amb els pares adoptius.

ADOLESCÈNCIES CRÍTIQUES I DE RISC

Molts menors adoptats viuen l'adolescència afrontant els conflictes que provoquen els aspectes específics descrits. Passen temporades complexes, en què les confusions i el patiment es fan evidents, però disposen de recursos interns sans. Poden recuperar suficientment els models de relació antics i precaris i poden interioritzar-ne d'altres de més sòlids amb els pares adoptius, que ara són el seu suport. Poden anar definint, així, la seva identitat, anar construint una idea de futur i sentir-se capaços de tenir un "camí de vida".

Però hi ha nois i noies que queden encallats, que no poden resoldre les inquietuds i les ansietats internes —que són una font de gran patiment emocional, a vegades no del tot conscient— i hi queden immersos. El seu passat infantil sobrecarregat de males experiències no els ajuda a tenir una esperança de futur.

En aquests menors les experiències i vivències relacionades amb els factors descrits abans, juntament amb les relacionades amb els interrogants sobre els orígens i la cerca d'aquests, han creat un buit mental, un dèficit en la capacitat de pensar-les i, per tant, d'integrar-les, amb conseqüències que s'intensifiquen en l'adolescència. En general, tenen una estructura de personalitat fràgil, amb uns sistemes defensius rígids i precaris alhora. Són adolescents que van patir privacions i negligències greus, com violència directa, abans de l'adopció. Segons J. Silberg, les persones traumatitzades poden tendir a "respostes més immediates i desinhibides. [...] Hi ha joves que manifesten reactivitat irreflexiva, baralles, ràbia, bloquejos, hipersexualitat... davant els estímuls de l'entorn" (2019, p. 41).

En ells s'hi sumen també dols no resolts, por al rebuig, integració deficitària del seu cos i diferències ètniques, crisi de pertinença i altres factors ja anomenats. La relació protectora i afectuosa dels pares adoptius pot no haver estat suficient perquè construeixi una estructura psíquica sòlida. De totes maneres, l'adolescència, malgrat que passin per conflictes greus, pot ser una nova oportunitat per integrar justament la seva identitat i fer-la consistent.

Per això és molt important entendre aquestes dinàmiques emocionals, per veure-hi més enllà de la conducta, connectar amb la vulnerabilitat i el patiment de l'adolescent i ajustar la resposta més contenidora i empàtica possible. Altrament, serà molt difícil que se senti ajudat per la família i els diferents professionals.

El problema, com apunta Pitillas (2021, p. 137), és que "es dona la paradoxa que els senyals de malestar amb què l'adolescent expressa el seu dolor i busca tenir ajuda sovint estimulen respostes en pares i educadors que accentuen el conflicte i que deriven de la

desorientació i, també, dels temors dels mateixos adults". Segons José Luis Gonzalo (2020), els adults que envolten el menor són els que li han de donar acceptació incondicional, paciència i perseverança. Els resultats no es veuen immediatament; cal esperar amb la seguretat que la llavor germinarà més endavant.

Les defenses més freqüents amb què fa front a l'intens malestar intern són la dissociació de l'ansietat, l'actuació, l'externalització de l'ansietat i la projecció del dolor i la ràbia, la culpa i l'autoexigència paralitzant, l'autosuficiència i la prepotència o el funcionament confusional. Totes poden derivar en conductes crítiques simultànies a:

- Relacions familiars tumultuoses, agressives o violentes, que posen en risc el vincle.
- Problemes escolars: dificultats en l'aprenentatge (pobresa en les eines cognitives), dificultats emocionals i de regulació dels impulsos (capacitat per a l'esforç, reaccions impulsives, etc.), abandonó dels estudis i els projectes de futur.
- Col·lapse relacional, aïllament (adolescents que no surten de casa), addicció a les pantalles i a les xarxes. Vida en paral·lel.
- Relacions amb els iguals excloents, grups "clan".
- Relació de conflicte amb el propi cos i els seus límits: anorèxia i bulímia, addiccions, alcoholisme, autolesions.
- Sexualitat en risc: relacions adhesives, promiscuïtat, embarassos.
- Actuació de les fantasies de rebuig i abandonó: aproximació a grups marginals.

- **Caos i agressivitat. Desregulació emocional**

Un dels factors més importants que cal tenir en compte en els adolescents que tenen conductes d'agressivitat, són violents, s'aïllen socialment o tenen alguna addicció és el dèficit de la capacitat simbòlica i de pensar, que ha derivat en una identitat infantil fràgil que sovint passa desapercebuda. En l'adolescència, aquesta dificultat per pensar provoca que s'elimini el malestar emocional a través de l'actuació impulsiva. Les reaccions violentes són una descàrrega de la tensió emocional, de sentiments de confusió, de buit i soledat, que no poden contenir i que se'ls fa insuportable (Lasa, 2016).

En el cas dels adolescents violents sovint no van ser desitjats ni acceptats després totalment pels seus pares (Feduchi, 1995). Aquest autor comenta també que, quan un adolescent té aquests dèficits, és un senyal inequívoc de l'existència d'alteracions en el desenvolupament, degut al fet que en la infància el seu entorn va tenir disfuncions greus per cuidar-lo i atendre les seves necessitats bàsiques. En conseqüència, l'adolescent pot haver tingut també grans dificultats per integrar adequadament funcions cuidadores en la seva infància.

Uns altres factors que cal tenir en compte són la ràbia, cap a si mateixos o cap al món, i la culpa. Sovint, l'adopció és l'oportunitat per progressar i evolucionar, en tots els aspectes físics i psíquics, però pot quedar un nucli intern de ràbia acumulada relacionada amb les experiències viscudes. Quan les necessitats bàsiques del nen no són ateses de manera continuada (trauma primerenc), es generen sentiments intensos de ràbia cap al món, dels quals poden tenir o no memòria conscient. En ser adoptats, busquen adaptar-se a la realitat càlida que els ofereix el nou medi i sovint no poden expressar la ràbia en tota la seva potència. A causa del grau de dissociació que van haver

de posar en marxa per sobreviure o per la inquietud de perdre tot el que ara reben, sovint mantenen aquesta ruptura.

En arribar a l'adolescència, amb la sacsejada dels canvis i les noves realitats i prioritats que comporta, que ja s'han descrit, els sistemes rígids defensius no es poden sostenir i es trenquen, l'equilibri anterior trontolla, creixen els sentiments d'inseguretat i apareixen la confusió i la desorientació, que són el reflex de la profunditat de les ansietats. Fàcilment poden tenir la certesa que no podran afrontar la vida adulta i s'instal·la en ells la desesperació (Juri, 2011). S'agreuja, doncs, el malestar, en ells i en les seves famílies, i s'acaben organitzant cercles viciosos en les relacions mútues dels quals els és difícil sortir.

L'adolescent en risc fàcilment viu una gran impotència i molt pànic en sentir que no pot contenir la intensitat dels seus sentiments. Com dèiem, és incapaç de pensar, sostenir i contenir. Les experiències traumàtiques han afectat la seva capacitat per mentalitzar les emocions i, en consonància amb el que diu Fonagy, "la reduïda capacitat per representar-se els estats mentals propis i els de l'altre disminueix la possibilitat d'inhibir l'agressivitat." "La regulació de les emocions depèn del fet de poder captar l'experiència interna que sorgeix en el context de la primerenca relació diàdica amb el cuidador" (2004, p. 49).

També Bessel van der Kolk (2015) i Cancrini (2022) expliquen com les petjades traumàtiques, no integrades, s'organitzen en la ment no en forma de pensament, sinó de petjades sensorials i emocionals fragmentades, imatges, sons, sensacions físiques, que es poden activar en el present davant d'un estímul similar, i l'adolescent sent novament una intensa frustració o una vivència de rebuig i ràbia.

Aquest quadre pot fer que apareguin, fàcilment, formes de reacció intenses, o d'aïllament i passivitat o molt impulsives i violentes, en un intent desesperat d'obtenir seguretat i regulació interna, en pretendre eliminar les vivències de vulnerabilitat i caos (Feduchi, 2007). L'adolescent busca la seguretat i la protecció eliminant la necessitat de l'altre i del món, amb la qual cosa accentua un sentiment d'omnipotència que el fa sentir invulnerable i potent. Les conductes addictives tenen aquesta base emocional ("res em pot fer mal, jo controlo i puc amb tot..."). Amb la droga es calma per si mateix, no necessita cap relació afectiva que frustra i genera patiment. Usa la droga per tenir un control omnipotent de la necessitat, del malestar i de l'ansietat.

Un altre factor que influeix en aquest funcionament és la consciència més profunda del significat de ser adoptat i tot el que comporta (la pèrdua dels pares de la infància, dels germans, de paisatges, del nen que va ser). Pot sentir i expressar l'odi, la ràbia de sentir-se rebutjat. Per què li ha passat a ell? (Barudy, 1998). Com ja hem dit, molts menors no han estat realment abandonats per les famílies biològiques; sovint, les circumstàncies socials del país d'origen fan que no tinguin les condicions per cuidar els seus fills i poden pensar que l'adopció els donarà unes oportunitats que ells no poden oferir-los. Però això no evita que molts menors adoptats sentin la pèrdua de la família biològica com un abandó, com un rebuig perquè potser alguna cosa no els feia estimables, amb el consegüent sentiment de culpa. El fet que aquests sentiments vagin calant dependrà de diversos factors (l'existència de records, l'edat d'adopció, la personalitat...), però sobretot de com els pares adoptius han tractat l'adopció, del grau de comunicació, de

la sensibilitat que han mostrat davant de la manera com el fill ha viscut l'adopció i del coneixement de tot el que forma part del seu origen i del respecte per tot això.

A vegades, tot i que a la família adoptiva hi ha hagut una bona comunicació, les relacions socials i d'amistat de l'adolescent poden intensificar sentiments i conflictes, relacionats amb la seva vàlua per ser apreciat i estimat i amb la seva culpa. Les frustracions poden ser molt intenses, incontenibles, i poden provocar les reaccions violentes abans descrites. No pot pensar, i la barreja de dolor i de tristesa profundes, o d'odi, pot portar a la reedició de l'abandonament en el present, amb conductes disruptives i violentes a causa de les quals és expulsat dels nuclis socials (grups d'amics, escola, esports...).

També l'escola, en el recorregut des de la infància fins a l'adolescència i la primera joventut, té un paper decisiu. Com ja hem dit abans, diferents estudis mostren el risc que molts nens adoptats pateixin problemes de rendiment escolar, retards en algunes capacitats i dèficits madurats, amb els consegüents problemes d'aprenentatge i de comportament (Palacios, Sánchez-Sandoval i León, 2005; Berástegui, 2007; Gindis, 2005; Brodzinsky, Schechter i Hening, 1992).

A la vegada, en el marc escolar, el nen afronta no sols aprenentatges acadèmics, sinó també múltiples relacions a diferents nivells, que ha de gestionar i que a més a més es donen davant dels altres. A la classe, les equivocacions i els encerts es donen davant de tot el grup, i això repercuteix en l'autoestima i en la valoració personal. Si els adults no estan orientats pel que fa a la realitat del nen adoptat, els serà difícil entendre les seves reaccions i ajudar-lo a contenir-se, amb la qual cosa novament comença el cercle viciós: com més reactivitat, més sanció, empitjorament i cronificació de la situació. En l'adolescència aquestes problemàtiques adquireixen una importància crítica, per les característiques de l'educació secundària obligatòria (molts professors, presència escassa del tutor, exigència i sistema de sancions i expulsions) i per la reactivació de les inquietuds pròpies de l'edat, que en els adoptats tenen més densitat i dificulten el trànsit per aquesta etapa.

Quan les dificultats no es detecten o no s'identifiquen bé, poden provocar fàcilment una espiral de fracàs que comença en la infància, a vegades de manera oculta, i s'intensifica en l'adolescència: el nen s'esforça, però, a causa de les seves dificultats, no obté els resultats que voldria segons les seves expectatives o les dels adults, i llavors es genera en ell una autoestima més baixa i una desconfiança en si mateix i la seva capacitat per aprendre, amb la consegüent falta d'interès per l'escola. La desmotivació creix i, al seu torn, impedeix que el nen aprofiti les capacitats que té i lluiti pel seu progrés (Salzberger-Wittenberg, 1989).

Pares i mestres senten desconcert quan les dificultats persisteixen al llarg dels anys, i des de l'escola es pot tendir a atribuir-les a una falta de voluntat i de responsabilitat del nen, amb la qual cosa el problema d'aprenentatge s'agreuja i s'enquista. És molt important, doncs, que tinguin expectatives realistes, a partir d'una bona detecció i una anàlisi de les dificultats de l'adolescent. Altrament, el risc és condemnar-lo al fracàs amb les nefastes conseqüències que això comporta. L'adolescent perd la confiança i té dificultats per construir un camí de vida i un lloc a la societat, just en aquesta etapa en què es va imaginant un futur i es projecta cap a l'adult en el qual s'està convertint. El

fracàs a l'escola atura l'esperança de seguir creixent i l'instal·la en una aparent indiferència que amaga impotència i desesperació.

Les addiccions apareixen com una necessitat de calmar-se i desconnectar d'una intensitat emocional desesperant mitjançant les pantalles, les xarxes socials o substàncies tòxiques diverses, que van des de l'alcohol fins al cànnabis i d'altres.

Consulta de l'M. als 16 anys

L'M. va ser adoptat als 6 anys (adopció internacional). En aquell moment tenia un aspecte apagat i estava desnodrit. Se sap que va estar cuidat per la família biològica fins als 4 anys i mig, en un entorn de molta pobresa, precarietat i alguns episodis de violència. Se l'enduïen pels carrers per demanar diners i sovint cometia furt. No tenia hàbits de neteja ben adquirits.

Va passar un any i mig en un orfenat abans de l'adopció. En arribar va ser un nen molt fàcil, no va causar cap problema i es va adaptar molt bé. S'inquietava una mica a l'hora d'anar a dormir, necessitava companyia i va tenir el son fràgil durant molts anys. El veïen intel·ligent i capaç, càlid i afectuós, i va establir un bon vincle amb els pares.

Ara en l'adolescència han aparegut molts problemes. Fins a segon d'ESO havia estat molt bon estudiant, s'esforçava molt i dedicava moltes hores a l'estudi. A partir dels 15 anys cada cop li costen més les tasques escolars i en el moment de la consulta té un absentisme preocupant. Està desmotivats i sembla que tot li sigui indiferent.

Els pares expliquen que a casa també ha canviat. És més intolerant, contesta malament quan li fan una observació i mostra actituds prepotents. Si en algun moment s'encaren amb ell, es mostra violent i descarrega tensió contra els objectes (fins i tot ha trencat alguna porta).

Sembla que s'ha començat a relacionar amb nois que sovintegen les places, on passa moltes hores. Vesteix com ells, la seva aparença és dura i algun dia beu. Ha començat a practicar boxa i pretén ser molt fort per defensar-se bé. Diu frases com aquestes: "No us penseu pas que seré un nyicris, s'ha acabat anar de bo", "Jo puc amb tot", "Em guanyo la gent com vull".

Els pares, malgrat el patiment i la preocupació creixent, veuen que darrere d'aquestes actituds hi ha molta fragilitat i poden connectar amb el nen necessitat que va ser i que encara és. Tot i això, se senten perduts i desorientats.

Se'ls va proposar visitar-los i fer teràpia al noi. Se'ls va donar atenció al llarg de cinc anys i, a poc a poc, la situació va anar canviant. Els pares tenien una gran capacitat de rescatar els aspectes sans i valuosos del fill; entenien les seves actituds com una defensa davant del dolor que se li va reactivar en l'adolescència: "Se sent molt insegur, necessita agradar i sentir-se valorat, però aquest no és el camí". L'han pogut acompanyar en el seu procés sense perdre de vista que sota les conductes hi havia patiment.

El noi actuava segons models de relació primerencs, que havien quedat fixats en el seu món intern i que es mantenien en paral·lel als que havia anat construint a través de la relació amb els pares adoptius, a qui estimava. Se li van reactivar la desconfiança i el sentiment de soledat viscuts en la infància i la percepció d'un món perillós i inesperat que li demanava estar sempre en guàrdia i ser fort, relacionats amb les situacions de

gran risc i vulnerabilitat que havia viscut. Amb l'arribada de l'adolescència es va sentir fràgil un altre cop, amb incerteses i pors, sobretot por de no poder ser un adult amb un lloc en la societat, por de no poder definir-se, de no servir per a res. Les fantasies i els records de la família biològica li generaven molts dubtes sobre les seves veritables capacitats, sobre si tindria el mateix destí.

Aquestes pors complexes van activar els models de relació antics (models operatius) i els dols no resolts, amb les ansietats i els sentiments de desesperació que hi estan vinculats i, per tant, també es van activar les defenses intenses, que dominaven les seves conductes i actituds.

Però, alhora, van aparèixer els models construïts amb els pares adoptius, relacionats amb l'estimació, la confiança i el fet de poder pensar, per la qual cosa se li despertaven molta por, confusió i inquietud sobre si mateix. Podia dir frases com aquestes: "soc un marginat", "no em mereixo el que tinc".

Va fer una evolució positiva. Al cap d'un temps es va reincorporar als estudis i, a poc a poc, va aconseguir estabilitat i un funcionament més tranquil i confiat, allunyat de conductes de risc. En una visita conjunta, amb ell i els pares, el noi va dir-los: "Estic content ara... No em vaig suïcidar per vosaltres... Els anys viscuts després de l'adopció eren com un somni, però tenia por que no fossin reals". Ara podia parlar de tota la profunditat del seu dolor.

Altres vegades, la violència es pot projectar vers la mateixa persona, i de vegades també es pot mantenir la dirigida als altres. Així, quan els conflictes intensos emergeixen sense contenció i patiment, provoquen molta desesperació i es poden produir fàcilment conductes autolesives o trastorns com l'anorèxia o la bulímia, en un intent d'autoregulació emocional.

Una noia explica: "Quan estic estressada, no ho sé... busco coses que em fan mal, però en aquell moment em fan bé... No ho sé, és un embolic. No sé com superar-ho... M'ofusco... Amb el primer que trobo, em tallo i em relaxo. Necessito que sigui ràpid, ràpid, no puc esperar, després em sento millor... Però en altres moments em deprimeixo sola, ploro sola".

Shelley Doctors (2007) explica que l'autolesió es dona quan han existit experiències de violència emocional en les quals l'individu "va aprendre" a disposar de tècniques d'autogestió, ja que no podia esperar que els altres l'ajudessin a gestionar els seus sentiments i alhora patia un estat mental que no podia aguantar. En aquestes circumstàncies s'organitza una personalitat bastant fràgil. El símptoma reflecteix una estratègia primitiva per afrontar una experiència intensa, aclaparadora. Acostuma a donar-se en persones que han patit violència emocional i vivències de gran vulnerabilitat.

Es pot creure que l'autolesió és un crit d'ajuda o una manipulació, però en realitat es dona precisament perquè calma, i aquest benestar momentani és el que la fa persistent. Bessel van der Kolk (2015) diu que l'estimulació de la pell amb talls produeix uns efectes immediats perquè s'hi descarreguen opioides endògens que provoquen en la ment un sentiment de benestar i lucidesa, cosa que precisament la converteix en una conducta addictiva.

L'anorèxia i la bulímia apareixen davant de la necessitat de controlar el cos, cosa que representa rebutjar les necessitats orgàniques bàsiques. Sovint al darrere hi ha la fantasia d'aturar el creixement i el desenvolupament corporal en totes les seves funcions, sobretot les sexuals, i mantenir-se així en un estat infantil. Hi ha, doncs, la por de no poder ser adult.

Generalment, aquests trastorns els pateixen adolescents —moltes noies— que tenen un grau elevat de perfeccionisme. Busquen calmar les emocions negatives sobre si mateixes, la decepció que senten per la persona que són al no arribar a les seves expectatives autoexigents. A curt termini, el control i les restriccions alimentàries estrictes resulten efectives, calmen, però, a poc a poc, es van convertint en autodestructives. Per a les persones bulímiques, el menjar té un gran valor, omple i calma momentàniament buits emocionals, i això pot estar relacionat, en el cas de l'adopció, amb possibles dèficits alimentaris patits abans de ser adoptades.

Els afartaments de menjar apareixen també com a resposta al perfeccionisme, a la percepció que tal com són no es corresponen amb el que voldrien ser i, també, al sentiment que no podran sostenir reptes de futur. En no poder contenir aquestes emocions i aquests pensaments negatius, cauen en un descontrol alimentari frenètic que no poden parar. Així, s'evidencia novament que pateixen un dèficit en la regulació emocional de les ansietats.

- **Sexualitat de risc. Fragilitat. Confusió. Indiferenciació**

"Tota adolescència és un procés d'integrar i reinvestir el nou cos, amb tots els aspectes que comporta i amb els dols associats" (Lasa, 2003, p. 63).

Els canvis corporals comporten l'eclosió d'una nova sensualitat i el cos esdevé focus d'interès i de preocupació, amb els seus problemes i nous ajustos. L'equilibri entre aquesta nova sensualitat, l'excitació que provoca, les vivències cap a l'altre i la capacitat de contenir-la és molt important per a la salut mental (Pérez Simó, 2007). Els desajustos d'aquest equilibri creen les dificultats de molts adolescents. Els sentiments de raresa, la inseguretat, la por dels propis impulsos, de no ser considerat agradable o atractiu, els dubtes de si s'és algú a qui es pot estimar, porten molts adolescents adoptats a reviure l'abandó, ara en la relació de parella. Poden sentir un dolor profund que els porta a calmar les ansietats i a comprovar la seva vàlua amb defenses massives. Així, poden sorgir la paràlisi i la inhibició, que el mantenen en un estadi infantil, o, al contrari, les actuacions irreflexives i impulsives, de risc, caracteritzades per la inestabilitat en les relacions, canvis, promiscuïtat o un enganxament indiferenciat.

Com diuen M. Laufer i E. Laufer (1998) i A. M. Nicolò (2013), la nostra identitat es construeix des de la pell, des del tacte i la mirada d'una mare, que incideix en la mirada sobre nosaltres mateixos. La capacitat per tenir cura d'un mateix sorgeix de la identificació i la interiorització dels aspectes protectors parentals i, en la mesura que l'infant se sent digne de ser cuidat, té capacitat per protegir-se i tenir cura de si mateix. Moltes actuacions de risc estan relacionades amb disfuncions serioses en la criança que en l'adolescència s'expressen amb les dificultats per cuidar el propi cos, després que aquest tingui una nova significació sexual, i pot aparèixer una avidesa de sensacions o un pànic cap a aquestes.

Justament, en molts adolescents adoptats que van patir carències emocionals i manca de cures conviuen les seves experiències primerenques amb les que han pogut tenir amb els pares adoptius, i això es posa de manifest en aquesta etapa. Emergeixen els antics estats mentals de fragilitat, buidor, manca de diferenciació, confusió i necessitat de comprovar la vàlua, que poden derivar en conductes sexuals de risc, caracteritzades per relacions adhesives, promiscuïtat o submissió.

En l'actualitat també cal tenir en compte un altre factor de confusió de la nostra societat: els canvis tecnològics, el bombardeig d'informació i la publicitat. La presència del cos i la sexualització ocupen els mitjans, els anuncis, internet, les xarxes socials, i s'impulsa els púbers a comportar-se i a veure's com si fossin adults (Gualero i Soriano, 2013). Per als adolescents fràgils pot ser difícil diferenciar-se, i poden acabar tenint conductes imitatives que els proporcionen una seguretat aparent. Corren un gran risc d'estar exposats a les xarxes. Veiem nois i noies adoptats buscant l'estima i la valoració, acceptant propostes de relació amb desconeguts que els demanen fotografies o vídeos molt compromesos i amb els quals s'exposen a extorsions, amb conseqüències greus per a l'adolescent.

A tall d'exemple: la Núria va ser adoptada als 2 anys i mig, després de patir carències físiques i emocionals importants tant en la família biològica com després a l'orfenat. En ser adoptada, li va costar vincular-se i presentava un desenvolupament molt per sota de la seva edat.

Ara té 15 anys i, després d'una infància aparentment tranquil·la, amb algun problema d'aprenentatge, els pares estan preocupats pel seu ús d'internet i les xarxes, que de vegades s'escapa del seu control. Comenten que no distingeix amb qui va i que li han trobat converses amb homes —no en saben l'edat— que no coneix i que li demanen fotos i vídeos: "Vinga, no et facis pregar, em poses a cent, que si no et deixaré d'estimar...". La noia penja fotos en tanga i l'amenacen de fer-les públiques als seus contactes si no paga: "Vinga, paga, que ets una puteta". Quan els pares ho descobreixen i parlen amb ella, finalment explota i diu desconsolada: "Soc horrorosa, em faig fàstic".

Conductes promíscues. Quan l'evolució anterior està presidida per la mancança i la falta d'integració d'un cos cuidat per uns pares (que integren sensacions, amor i valor cap al propi cos), pot donar-se un funcionament patològic: avidesa de sensacions, experiències relacionals fragmentades, que pretenen obtenir una imatge de si mateix (i també, doncs, corporal) més sòlida, però que difícilment pot aconseguir amb aquest funcionament, cosa que acaba generant un cercle viciós d'insatisfacció.

L'adolescent fràgil, en un intent d'assolir l'equilibri, pot buscar l'estabilitat mitjançant l'aparença i l'ús del cos, per calmar ansietats internes no reconegudes. Pateix una desvaloració personal, sentiments depressius, de culpa i de falta de confiança. No pot contenir l'ansietat i l'expulsa en un funcionament impulsiu, sense meditar.

Té, doncs, dificultats per diferenciar i diferenciar-se i dificultats per reconèixer les pròpies necessitats afectives, les quals substitueix per sensacions corporals. Evita les relacions, que li desperten emocions intolerables i doloroses, vinculades a decepcions i frustracions relacionals, i fa una escissió de l'afecte, de la sexualitat i de la sensorialitat. Busca sense rumiar, de manera impulsiva, activitats sexuals passatgeres, fugaces, efímeres, per provar noves sensacions, però eludeix relacions sentimentals significatives. Hi ha absència d'intimitat i de coneixement de l'altre.

De vegades, poden tenir fantasies sobre els pares biològics, se'ls imaginem com una dona sense mitjans que feia de tot per sobreviure o un home impulsiu, sense escrúpols, al qual no li importava res. En la mesura que aquestes imaginacions estan dissociades i ocultes i han creat un buit simbòlic, poden sentir que el seu destí pot ser el mateix i actuar impulsivament, com un motor, en la manera de relacionar-se.

Aquest funcionament evidencia una gran soledat interna, desorientació i un món intern poc estructurat, amb poca capacitat per simbolitzar i un ús de defenses externalitzants, maníacques i projectives que poden conduir, si perduren, a una personalitat límit.

Relacions adhesives. Hi ha nois i noies que mantenen amb la seva parella una relació de submissió o molt obsessiva (estan tot el dia enganxats). Són relacions que s'estableixen de manera molt ràpida i impulsiva, cosa que dificulta tenir un bon judici de realitat. Els costa distingir qui és i com és l'altre i s'hi adhereixen sense un veritable coneixement mutu, necessiten amb urgència la seva resposta, mostren molt poca capacitat per a l'espera, per calmar ràpid un buit intern. Aquest funcionament fa que interpretin les reaccions de l'altre en clau personal, sense tenir en compte les característiques personals de l'altre, i, per tant, generen molta inquietud i culpa.

El noi o la noia viu sentiments intensos amb ell mateix de baixa autoestima, té dubtes sobre les capacitats i la vàlua personals, per la qual cosa de vegades poden adoptar actituds defensives com la prepotència i l'aparença d'autosuficiència o es poden sentir immersos en la desesperació i el desconsol. La relació amb l'altre ha de confirmar la capacitat de ser volgut. Confon la individuació, la diferenciació o la llibertat de l'altre amb desinterès, separació i abandonament.

Busca una relació simbiòtica, que sosté i que és un antídote a la soledat interna i als temors i les fantasies que li desperta una pregunta de tipus: "Soc algú a qui es pot abandonar?".

La Juana té 15 anys, és afectuosa i té bona relació amb els pares. Va ser adoptada als 2 anys. Es va vincular i adaptar bé. S'ha enamorat d'un company de l'escola. Sent una explosió emocional, no pot dominar els seus sentiments, que són molt explícits. Se sent perduda: "No sé què em passa". Plora desconsoladament molt sovint, es despista, reacciona impulsivament, s'oblida de menjar (a la seva habitació han trobat restes de menjar). Agafa diners per comprar detalls al noi. Es mostra invasiva amb ell: el mira, el busca, a classe no para, li truca. Tothom se n'adona, els companys se'n burlen, el noi se sent assetjat i n'està fart. A la consulta comenta desolada que no sap com aturar-se.

En Ferran té 17 anys, té pocs amics, només els d'un grup de l'esplai amb els quals manté la relació des de fa anys. En té alguns a l'institut. Fa mesos que busca contactes dubtosos a internet i en pàgines pornogràfiques. Al cap d'uns mesos comença a sortir amb una noia fràgil que el necessita. Guarda objectes d'ella com a fetitxes i es bolca en la relació. Gairebé no queda amb amics i mantenen una relació molt absorbent i exclusiva. El noi n'és conscient i diu: "Alguna cosa em domina... No soc jo... No hi puc fer res".

Amb els mesos va expressant un enamorament molt dubtós; es deixa estimar, però no pot acabar la relació. Això explica que és una noia molt dependent. En Ferran assumeix els seus problemes i sent la responsabilitat de resoldre'ls, per sobre de les seves capacitats reals. L'absorbència mútua els porta a viure l'un a casa de l'altre

intermitentment, com si fossin una parella de molta més edat, mentre els pares no saben què fer. Aquest funcionament, finalment, provoca ruptures tumultuoses i obsessives, sentiments depressius, trucades telefòniques intempestives i constants, absències escolars. A casa, el noi té reaccions de violència relacionades amb la desesperació. Les famílies no saben com actuar.

Embarassos. Derivats de les situacions que s'han descrit, sovint es donen embarassos en adolescents adoptades, que constitueixen una situació de risc tant per a elles com per als possibles nadons, ja que no estan preparades ni per afrontar el que la maternitat implica ni la ruptura dels seus projectes de futur, en tots els aspectes.

Aquest és un tema molt complex que requeriria molta dedicació, però es poden fer algunes reflexions. En general, en els embarassos es reviu la relació i el vincle amb la pròpia mare i es posen en marxa els diferents processos d'identificació amb ella que s'han donat al llarg de la infància i en la joventut.

La majoria d'embarassos prematurs són conseqüència de la manca de reflexió i previsió per protegir-se adequadament, però també d'una necessitat d'actuar, de manera impulsiva i sense consciència del que representa veritablement. Al darrere hi ha necessitats i fantasies diverses, inconscients, que la noia no pot meditar però que l'empenyen a actuar. Pot tenir una necessitat imperiosa d'identificar-se amb la mare biològica, de sentir-se molt a prop d'ella, en una fantasia idealitzada. Pot buscar calmar mancances i buits afectius, sentir-se plena i reparar així carències de la mare biològica. En aquestes situacions, el fetus representa alguna cosa pròpia, perduda, de la seva infància, no un ésser separat amb la seva individualitat. Paral·lelament, la noia busca créixer de cop, afirmar-se com a adulta en totes les seves funcions.

Però aquestes vivències comporten, alhora, veritables conflictes psíquics. La mare biològica que internament busca mitjançant l'embaràs i amb la qual s'identifica va ser justament la que la va deixar, per la qual cosa pot reviure amb intensitat els sentiments d'abandó, enuig i ressentiment. Acaba identificant-se més amb el fetus que amb la mare, i, en reviure's a si mateixa de bebè, pot sentir-se vulnerable i fràgil i viure com a hostil la percepció de la dependència i la necessitat que tindrà el nadó. No té, per tant, capacitat per cuidar-lo.

Una altra fantasia que pot tenir és que, en sentir-se en deute amb la mare adoptiva, vulgui donar-li un nadó, el que ella no va poder ser i el que, per la seva infertilitat, la seva mare no va poder tenir, amb la qual cosa intenta reparar el sentiment de culpa per no ser la filla que esperaven.

Un cop confirmat l'embaràs, la decisió d'avortar pot despertar diferents sentiments. D'una banda, pot sentir-se malmesa i buida per dins, cosa que de retruc pot alimentar en el futur el desig d'un nou embaràs. De l'altra, pot viure una gran culpa i tristesa en sentir que destrueix l'embrió: "Soc pitjor que la meua mare biològica; ella no em va matar", i això, com a forma de reparació, també pot portar un nou embaràs.

Es pot donar, doncs, un risc d'embaràs compulsiu si no s'ajuda la noia a aclarir i entendre el que sent i a afrontar els conflictes interns que la situació li desperta.

REFLEXIONS FINALS

Cal tornar a subratllar que, malgrat les dificultats i els conflictes profunds descrits, molts adolescents adoptats evolucionen cap a una identitat integrada. Però, perquè aquest procés es doni, els adults que els envolten han de ser conscients i entendre el seu dolor, els sentiments i les seves vivències perquè el puguin captar, escoltar, acompanyar, li puguin donar respostes temperades, reflexives, contingudes i afectuoses i puguin posar paraules a les experiències traumàtiques del passat que reviu en aquesta etapa. Aquesta actitud interpel·la els pares, però també, i nogensmenys, ensenyants, educadors i professionals de la salut mental.

L'actitud dels adults, sobretot dels pares, pot facilitar o no que el noi o la noia explori les seves emocions, els seus continguts mentals i transiti cap a una reorganització interna més gran (Juri, 2011) o, al contrari, pot accentuar la dissociació i la projecció. La intensitat dels conflictes i el grau de projecció cap al món poden fer que els pares se sentin col·lapsats, tinguin poca confiança i poca capacitat per pensar què li està passant al seu fill i reconduir les dinàmiques de la relació mútua. Poden veure minvada la capacitat reflexiva i de donar significat a les conductes i les manifestacions del seu fill o la seva filla.

Davant de l'allunyament, els silencis i les reaccions agressives, els pares poden tenir dubtes de la seva capacitat, fantasies sobre si el fill veritablement se sent de casa i temors que els abandoni. Uns sentiments i fantasies que sovint conviuen al costat de la presència del vincle construït, però que es barregen i es confonen i creen molta inseguretat.

Sense oblidar la funció de l'escola, que ja hem comentat, els professionals també estem profundament implicats en l'atenció als pares que viuen aquestes situacions. És molt important generar esperança i tenir una comprensió empàtica, que els permeti sentir-se entesos sense ser culpats, per impulsar la mentalització, el pensament, imprescindible perquè puguin sentir-se capaços de sostenir i suportar les dificultats (Marrone, 2001). Així disminuiran el sentiment d'impotència i l'ansietat que es generen i podran contenir-se i contenir millor l'explosió emocional del fill.

Finalment, cal destacar la gran importància d'ajudar-los a prendre consciència del vincle afectiu, a mantenir-lo i preservar-lo i de transmetre'ls el valor dels anys en què van poder tenir una bona relació, en la qual van predominar la proximitat emocional i la cura atenta, i la necessitat de mantenir la confiança en el que han anat teixint, en l'estimació que han estat capaços de generar i que es manté malgrat les dificultats.

BIBLIOGRAFIA

- Ackerman, N. (1994). *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*. Buenos Aires: Lumen.
- Bauman, C. (1999). Adoptive Mothers and Birthfathers: A study of attitudes. *Child and Adolescent. Social Work Journal*, 16(5), 373-391.
- Barudy, J. (1998). *El dolor invisible de la infancia*. Barcelona: Paidós.
- Barudy, J., Dantagnan, M. (2006). *Los buenos tratos a la infancia*. Barcelona: Gedisa.

- Berástegui, A. (2003). *Las adopciones internacionales truncadas y en riesgo en la Comunidad de Madrid*. Consejo Económico y Social. Comunitat de Madrid.
- Berástegui, A. (2007). La adaptación familiar en adopción internacional: un proceso de estrés y afrontamiento. *Anuario de Psicología*, 38(2), 209-224.
- Bowlby, J. (1983). *La pérdida afectiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Brodzinsky, D. (2006). Family Structural Openness and Communication Openness as Predictors in the Adjustment of Adopted Children. *Adoption Quarterly* 9(4), 1-10.
- Brodzinsky, D. M., Schechter, M. D., i Hening, R. M. (1992). *Being adopted: The lifelong search for self*. Nova York: Doubleday.
- Cancrini, L. (2022). *El desafío de la adopción*. Madrid: Morata.
- Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos*. Barcelona: Gedisa.
- Doctors, S. (2007). Avances en la comprensión y tratamiento de la autolesión en la adolescencia. *Aperturas psicoanalíticas*, 027.
- Domingo, E. (2022). *Fusta d'eucaliptus cremada*. Barcelona: Navona.
- Feduchi, L. (1995). El adolescente y la violencia. Reflexiones clínicas. Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente. *SEYPNA*, 19-20, 47-58.
- Feduchi, L., Mauri, L., Raventós, P., Sastre, V., i Tió, J. (2007). Reflexiones sobre la violencia en la adolescencia. *Revista de Psicopatología y Salud Mental del Niño y del Adolescente*, 8, 19-26.
- Fonagy, P. (2000). Apegos patológicos y acción terapéutica. *Aperturas psicoanalíticas*, 004, 185.
- Fonagy, P. (2004). *Teoría del apego y psicoanálisis*. Barcelona: Editorial Espaxs.
- Fonagy, P., Target, M., Gergely, G., i Jurist, E. (2002). *Affect Regulation, Mentalization and the Development of the Self*. Nova York: Other Press.
- Galli, J., Viero, F. (2001). *Fallimenti adottivi. Prevenzione et riparazione*. Roma: Armando Editore.
- Giberti, E. (1992). *Adopción y Silencios*. Buenos Aires: Paidós.
- Giberti, E. (1992). *Adoptar Hoy*. Buenos Aires: Paidós.
- Giménez, J. A. (2010). *Indómito y entrañable*. Barcelona: Gedisa.
- Gindis, B. (2000). Detecting and remediating the cumulative cognitive deficit in school age internationally adopted post-institutionalized children. The Parent Network for the Post-Institutionalized Child. *Journal of Cognitive Education and Psychology*, 27(1), 1-6.
- Gindis, B. (2005). Cognitive, Language, and Educational Issues on Children Adopted from Overseas Orphanages. *Journal of Cognitive Education and Psychology*, 4(3), 290-315.
- Golano, M., Pérez, C. (2013). Mentalització i vincle parental. *Revista Catalana de Psicoanàlisi*, V, XXX/II.
- Gonzalo, J. L. (2020). *¿Qué desafíos nos plantea hoy la adopción?* Madrid: El Hilo Ediciones, Col·lecció "Puntadas".

- Grinberg, R., Valcarce, M. (2006). El duelo y las fantasías de filicidio en la adopción. *Revista de Psicopatología y Salud Mental del Niño y del Adolescente*, noviembre, 45-54.
- Gualero, R., Soriano, A. (2013). *El adolescente cautivo*. Barcelona: Gedisa.
- Hill, D. (2018). *Teoría de la regulación del afecto*. Barcelona: Eleftheria.
- Jiménez, A. (2003). Reflexiones sobre algunos trastornos de conducta y de hiperactividad en la infancia. *Revista de Psicopatología y Salud Mental del Niño y del Adolescente*, noviembre, 2.
- Juffer, F. (2005). Behavior Problems and Mental Health Referrals of International Adoptees. A Meta-analysis. *JAMA*, 293, 20, 2501-2515.
- Juri, L. (2010). El duelo segregado de Charles Darwin. *Revista Aperturas Psicoanalíticas*, 023.
- Juri, L. (2011). *Teoría del apego para psicoterapeutas*. Madrid: Psimática.
- Kolk, B. van der. (2015). *El cuerpo lleva su cuenta*. Barcelona: Eleftheria.
- Kohler, Grotevant i McRoy. (2002). Adopted adolescents, preoccupation with adoption: Impact of adoptive family dynamics. *Journal of Marriage and the Family*, 64, 93-104.
- Lasa, A. (2003). Experiencias del cuerpo y construcción de la imagen corporal. *Revista de Psicopatología y Salud Mental*, 2.
- Lasa, A. (2016). *Adolescencia y salud mental*. Madrid: Ed. Grupo 5.
- Laufer, M., Laufer, E. (1988). *Adolescencia y crisis del desarrollo*. Barcelona: Expans.
- Liotti, G. (2004). Trauma, dissociation, and disorganized attachment. *Psychotherapy*, 41, 472-486.
- Loizaga, F. (2005). Familias adoptivas: Estado de la investigación científico-psicológica en países de habla hispana. *Cuadernos de Terapia Familiar*, 60, 117-134.
- Marrone, M. (2001). *La teoría del apego. Un enfoque actual*. Madrid: Psimática.
- Martín, M. (2006). Crisis adolescente y adopción. Dins M. Cid i S. Pérez, *La adopción. Un tema de nuestro tiempo*, 135. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Mirabent, V., Ricart, E. (2010a). El espacio imaginario y simbólico de la familia biológica en el seno de la familia adoptiva. Dins F. Loizaga, *Adopción hoy*. Bilbao: Mensajero.
- Mirabent, V., Ricart, E. (2010b). *Adopción y vínculo familiar*. Barcelona: Herder.
- Mirabent, V., San Martino, M. (2008). Relació parental i aprenentatge en nens adoptats internacionalment. *Revista Catalana de Psicoanàlisi*, 25(1), 95-10.
- Newton Terrier, N. (2010). *El niño adoptado. Comprender la herida primaria*. Barcelona: Albesa.
- Nicolò, A. M. (2013). El adolescente y su cuerpo, nuevas y viejas patologías. *Psicopatología y Salud Mental*, 21.
- Palacios, J., Sánchez-Sandoval, Y., i León, E. (2004). *Adelante con la adopción*. Consejería para la Igualdad y el Bienestar Social. Junta de Andalucía.

- Palacios, J., Sánchez-Sandoval, Y., i León, E. (2005). *Adopción Internacional en España: un nuevo país, una nueva vida*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- Pérez Simó, R. (2007). *Lo mejor y lo peor de la adolescencia*. Barcelona: Cahoba Ensayo.
- Pérez Testor, C., Davins, M., i Castillo, J. A. (2002). Adozione internazionale e adattamento familiare. *Interazioni*, 2, 115-125.
- Pitillas, C. (2021). *El daño que se hereda*. Basauri: Desclée.
- Rius, M., Beà, N., Ontiveros, C., Ruiz, M. J., i Torras, E. (2011). *Adopción e identidades*. Barcelona: Octaedro.
- Rygaard, N. P. (2008). *El niño abandonado. Guía para el tratamiento de los trastornos de apego*. Barcelona: Gedisa.
- Salvador, G. (2009). *Familia, experiencia grupal básica*. Barcelona: Herder / Fundació Vidal i Barraquer.
- Salzberger-Wittenberg, I., Henry, G., i Osborne, E. (1989). *La experiencia emocional de enseñar y aprender*. Barcelona: Edicions 62.
- Schmahl, C., Lanius, R., Pain, C., i Vermetten, E. (2010). Biological framework for traumatic dissociation related to early life trauma. *The impact of early trauma on health and disease*. Cambridge University.
- Schore, A. N. (2010). Relational trauma and the developing right brain. The neurobiology of broken attachment bonds. Dins Tessa Baradon, *Relational trauma in infancy: Psychoanalytic, attachment and neuropsychological contributions to parent-infant psychotherapy*.
- Silberg, J. (2019). *El niño superviviente*. Basauri: Desclée.
- Smith, S. L., Howard, J. A., i Monroe, A. D. (2000). Issues underlying behavior problems in at-risk adopted children. *Children and Youth Services Review*, 22(7), 539-562.
- Smith, D., Brodzinsky, D. (2002). Coping with birthparent loss in adopted children. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(2), 167-274.
- Target, M. (2007). The Interface Between Attachment and Intersubjectivity: Another Contribution from Karlen Lyons-Ruth. *Psychoanalytic Inquiry*, 26, 617-621.
- Tió, J., Mauri, L., i Raventós, P. (2014). *Adolescencia y transgresión*. Barcelona: Octaedro.
- Winnicott, D. W. (1975). *El proceso de maduración del niño*. Barcelona: Laia.

La importància del grup i la socialització en l'adopció

EVA GISPert CUBARSÍ

Les mares, gràcies a la seva intuïció encertada i una intel·ligència emocional prou bona, saben distingir els diferents tipus de plor del bebè i donen una resposta a les seves necessitats. Així és com l'infant recupera el seu estat de benestar, la seva satisfacció i la calma interna. Quan aquest procés es fa de manera adequada i efectiva, de forma sistemàtica, estable i previsible, el nen o la nena va aprenent en el seu ésser profund i corporal que "pot confiar en l'altre", que les seves necessitats són "importantes", que "està bé demanar" i que, com a ésser humà, és digne i valuós. Així es va formant la seva identitat nuclear positiva: l'infant se sent important, estimat i cuidat i, per tant, assumeix que la vida és valuosa. Aprèn, així, a consolidar un sentit d'optimisme, d'il·lusió, d'esperança i de confiança en els altres, en ell mateix i en la vida.

D'alguna manera la mare posa a la seva disposició el seu coneixement, les seves habilitats i el seu instint maternal de cuidar (habilitats complexes que rau en el seu neocòrtex i en el seu coneixement implícit i subcortical de com ser mare). Els posa a disposició del seu fill o filla, que encara no té coneixement ni consciència (el bebè està regit encara per les capes més primitives del cervell: el cervell profund o subcortical, instintiu i programat biològicament per sobreviure). L'estat intern i la bioquímica del bebè estan regulats, en aquests períodes, per la mare. En aquesta etapa dels primers mesos, el bebè s'experimenta com una prolongació de la mare; no té consciència de ser un jo separat i diferenciat, depèn completament de la mare i viu feliç o infeliç depenent de l'eficàcia amb què la mare l'atén.

Tot això passa des de la concepció i es consolida en els dos primers anys de vida. Amb el temps, el nen o la nena va adquirint la maduresa neurobiològica necessària per aprendre a tolerar nivells més grans de malestar, i si el maternatge ha sigut consistent, continuat i previsible, aprèn que a vegades s'ha d'esperar perquè la seva mare està ocupada, però sap que en algun moment hi anirà i l'atendrà. I així va aprenent a regular-se emocionalment i a tolerar a poc a poc diferents petites frustracions que amplien el que anomenem finestra de tolerància.

Quan l'aprenentatge de la regulació emocional s'ha fet bé, l'ésser humà es fa resiliència, és capaç de tolerar i enfrontar-se a les adversitats de la vida i a les seves necessitats. No ens fem immunes al dolor, però el nostre sentit profund d'una identitat valuosa no es veu alterat. Però quan hi ha una resposta frustrant o amenaçadora de l'exterior, el nen o nena ha de trobar una forma de desenvolupar-se davant d'aquesta realitat que li serveixi per saber què ha de fer i per adaptar-se a l'entorn i complir dos requisits bàsics: mantenir-se en el vincle amb l'altre perquè el necessita per viure i, a la vegada, protegir-se. Si aquesta interacció no es dona de manera suficient, el nen o la nena comença a fer-se aquestes reflexions: "No soc suficient", "Soc inadequat" o, en casos més greus, "Per què he de fer res si mai ho aconseguiré? Soc un fracassat i no cal que confiï en cap

adult perquè em fan mal si expresso les meves necessitats". El nen o la nena no arriba a comprendre que els pares o les mares poden ser poc competents en la seva tasca com a pares o mares o que ells, també, són fruit dels aprenentatges que van tenir els seus pares o mares. Per al cervell, que sent la necessitat de sobreviure, és més fàcil concloure que és un mateix/a qui està malament.

En la majoria de casos, l'experiència viscuda d'una persona adoptada ha sobrepassat les pròpies capacitats per afrontar unes vivències que pivoten directament sobre la supervivència del nen o nena (separació de la mare biològica, possibles maltractaments, abusos, institucionalització, etc.) i que superen amb escreix la finestra de tolerància del nen o la nena.

Bessel van der Kolk, prestigiós psiquiatre, autor del llibre *El cuerpo lleva la cuenta* i fundador del Trauma Center de Brookline (Massachusetts), ha dedicat bona part de la seva carrera a investigar com nens i adults s'adapten a situacions traumàtiques i a avaluar quins tractaments i tècniques poden ser els més efectius per revertir els efectes de l'estrès posttraumàtic. Per a ell, el trauma és una experiència que sobrepassa els mecanismes de supervivència de la persona, així com les seves facultats per reaccionar davant del que li passa. Per a una persona que hagi patit un trauma, la vida mai no serà la mateixa després d'aquesta experiència. I davant del trauma, el cervell canvia a diferents nivells per reajustar-se, de manera que el sistema nerviós es posa en estat d'alerta per fer front al perill i adaptar-se a bregar amb la impredictibilitat. Una part de l'experiència no queda integrada en la ment de la persona, sinó que va rebotant en el seu sistema sense poder sortir, com una ferida oberta que sagna cada vegada que hi ha un estímul intern o extern que actua com a recordatori d'aquesta memòria sensorial no processada. Aquestes experiències es donen en les persones adoptades precisament en un moment en què el cervell està molt immadur. El record queda emmagatzemat en aquest cervell més primari reptilià, en la memòria implícita o límbica. No hi ha un record conscient. Tot és purament corporal, sensorial.

Efectes i respostes emocionals i psicològiques davant del trauma:

1. Reexperimentació: *flashbacks*, pensament, imatges, sensacions corporals, malsons.
2. Sensació d'hiperalerta (activació simpàtica i reactiva).
3. Evitació dels estímuls potencialment disparadors.
4. Psicològics/emocionals: negació, ira, por, tristesa, vergonya, confusió, ansietat, depressió, torpor, sensació que hi ha alguna cosa que fa impresentable cap als altres i cap a un mateix (culpar-se), autocrítica (culpar-se a si mateix).
5. Corporals: digestius, fatiga, taquicàrdia, hiperalerta, alteració del son.

Les experiències deixen una petjada més o menys determinant en funció de la intensitat i del període de maduració del nostre cervell. Contínuament avaluem i interpretem tot el que passa al nostre voltant i, per tant, amb les nostres relacions. Aquest diàleg intern que fem amb nosaltres mateixos, doncs, està condicionat per les nostres vivències. La funció d'aquest diàleg intern és interpretar tot el que ens passa, donar continuïtat i sentit a les nostres experiències, per oferir-nos una sensació d'estabilitat en el temps i d'identitat. És el que construeix la nostra narrativa i el sentit, o no, de la nostra existència. Davant d'una mateixa situació, una persona la pot interpretar d'una determinada manera i una altra, de manera molt diferent. Tota aquesta narrativa dona

origen al jo biogràfic. Amb aquest jo, sota els seus filtres i deformacions, és com ens relacionem amb el món i com l'interpretem.

El primer requisit per fer un diàleg intern constructiu és sentir-se segur. La persona que ha patit una experiència traumàtica que encara no ha pogut digerir i processar probablement es trobarà davant certs estímuls externs que activaran el seu sistema d'alarma (cervell reptilià més primari), i la interpretació que farà d'aquests fets estarà condicionada. Per exemple, pot copsar alguns gestos com a rebuig, pot entendre que ha fet alguna cosa mal feta i que, per tant, és dolent i que el rebutjaran. El cervell més primari es posa en marxa davant d'un estímul extern que s'interpreta com a perillós, segons la pròpia biologia i història, i automàticament s'activen emocions que avisen i ajuden a sobreviure (por, ràbia, fàstic, tristesa). Això és automàtic, no es tria. És molt important tenir-ho present, perquè si sabem com funcionem podem detectar amb entrenament que aquest perill ja no és real, encara que ens ho sembli, i a poc a poc podem anar entrenant la ment de manera diferent.

Sabem com ens posa a prova un fill amb les seves conductes, que, com hem vist, són producte d'aquests patrons tan interioritzats que li provoquen una allau d'emocions, pensaments o sentiments amb els quals, sovint, no sap què fer i ens els aboca a nosaltres, pares i mares, com pot. Per tant, tenir consciència de com es formen els nostres diàlegs interns i els seus és importantíssim per entendre que un determinat gest o resposta no va dirigit a nosaltres com alguna cosa que hem fet malament. No cal que el nostre sistema d'alarma s'activi i dificulti la possibilitat de donar una resposta prou constructiva i reguladora. **La formació sobre els aspectes comentats és bàsica per començar a edificar una interpretació diferent de les conductes que nosaltres mateixos tenim i que tenen les persones amb qui ens relacionem.** El fet és el mateix, el que varia és el que pensem sobre aquest fet. Confonem el que pensem amb la realitat. Ja hem vist que el pensament no és un fet voluntari, sinó que és automàtic i depèn d'aquest patró après. **Només el podem anar modificant amb el que aprenem de nou, agafant consciència del que pensem i sentim i afegint-hi coneixement i entrenament que ens permeti una nova interpretació de les conductes pròpies i dels altres.**

És bàsic connectar amb espais de seguretat que ens permetin prendre consciència i aprendre, amb grups que tinguin les mateixes inquietuds, amb facilitadors preparats per oferir tota aquesta psicoeducació del funcionament del cervell que hem comentat anteriorment i un entrenament d'aquest diàleg intern. Si no, podem creure que el que ens passa és perquè "som beneïts", perquè hi ha alguna cosa defectuosa en nosaltres o perquè fem alguna cosa malament, i llavors ens apareixen sentiments de culpa que sovint ens bloquegen i no ens ajuden en absolut.

Per tant, el grup, si està ben portat, funciona com un espai psicoeducatiu on podem explicar el funcionament del cervell, com es construeixen l'autoregulació emocional i la identitat i com es formen aquests diàlegs interns que ens ajuden o ens fan mal.

A més, ja hem vist que som éssers totalment relacionals, i la cura de l'altre en la nostra construcció de la identitat i la interpretació que fem del que ens va passant a la vida són molt importants. Les expressions facials que fem i el to que utilitzem tenen un gran impacte en el vincle. Per això el grup pot ser tan constructiu i sanador. Encara que no s'hagi establert com un espai pròpiament terapèutic, sí que ho és, si els facilitadors o

terapeutes poden anar conduint el grup cap a una empatia, cap a una compassió i, per tant, cap a un lloc segur i afectuós, conscient de l'impacte que provoca en un mateix o en l'altre. Les mateixes preguntes que es van fent els participants i les respostes corresponents actuen com a factors de mentalització. Aquestes experiències, fruit de vincles també segurs i de coneixements no només teòrics, sinó vivencials o sensorials, esdevenen un aprenentatge molt valuós per modificar els nostres diàlegs interns i, consegüentment, els dels nostres fills o filles, que van aprenent, també, de nosaltres. Per tant, milloren les nostres relacions o vincles.

Els éssers humans sobreviuen perquè ens cuidem els uns als altres, a diferència de la resta dels mamífers.

Està comprovat que els factors protectors davant el trauma són aquests:

1. Personals i biològics
2. Suport i protecció familiar
3. Suport social proper
4. Suport social general (opinió pública)
5. Suport social institucional (l'Estat)

Boris Cyrulnik té frases molt rellevants:

- “El que fa treure la toxicitat d'un fet és processar-lo amb companyia prou bona.”
- “El que determina la qualitat de la seva resiliència és la qualitat del vincle que han pogut teixir abans del trauma i immediatament després.”
- “Una relació autèntica provoca una influència recíproca. Són dos mons íntims que interactuen, un dels quals modifica l'altre.”
- “Mai no s'aconsegueix liquidar els problemes, sempre queda una empremta, però podem donar-los una altra vida, una vida més suportable i de vegades fins i tot bella i amb sentit.”

Per a tothom és molt important sentir-se escoltat, entès i estimat. Ens experimentem a nosaltres d'acord amb la manera com ens sentim vinculats als altres. Desenvolupem estratègies per aconseguir afecte i aprovació com una resposta inconscient. Ser escoltats és ser reconeguts per l'altre com quelcom de valor, és reconèixer que no estic sol, que construïm quelcom més valuós junts, que creem conjuntament, que aprenem. Tots tenim experiències d'haver sigut escoltats sense judici, sense interpretacions. Oferir un espai a l'altre perquè es pugui mostrar sense màscares, amb vulnerabilitat, fa que ens sentim estimats, complets, fa que sentim que ens estem entenent, que tot va agafant coherència, que podem confiar en nosaltres, en els altres i, per tant, en la vida. Quan es frena l'autocrítica, podem connectar amb el cor, amb l'amor, amb l'alegria i, per tant, amb la seguretat. Llavors ja podem pensar amb claredat, els nostres pensaments esdevenen constructius. I tenim possibilitat de connectar amb l'altre (amb la parella, amb els fills o filles, amb els amics, amb la família) des d'un lloc més segur i coherent.

La intenció o objectiu del grup és aprendre, nodrir-nos, autocuidar-nos, per després poder acompanyar-nos i acompanyar. Si busquem respostes a fora és perquè ens costa confiar en els nostres propis recursos. La por ens juga males passades, ens bloqueja i ens confon. Ja hem vist com es formen els nostres patrons i diàlegs interns. És molt difícil desempallegar-nos-en. Vol molta pràctica i aturar-se a respirar i fer silenci per fer

callar aquest jutge intern. El grup, també, amb les seves respostes empàtiques, dona aquest sentit de coherència interna i apaivaga aquest buit que, sovint, s'omple d'autocrítica.

A continuació comparteixo algunes de les respostes dels participants en els grups de formació que hem ofert amb l'Associació de Famílies de Nens i Nenes d'Etiòpia (AFNE) quan se'ls va plantejar aquesta pregunta: **"Per a què t'ha servit aquesta formació?"**

- "Per prendre consciència, comprendre moltes coses i modificar-ne d'altres que no estava fent bé del tot."
- "Per acompanyar millor els meus fills."
- "Per compartir dificultats i trobar respostes terapèutiques."
- "Per reflexionar sobre la meua experiència a partir de l'experiència compartida, també, d'altres famílies i altres professionals."
- "Per continuar el camí; m'ha donat idees per ajudar la meua filla i a mi mateixa."
- "Els vídeos que heu compartit amb experiència en primera persona m'han semblat molt enriquidors i aclaridors."
- "Per ser més conscient de les carències reals en el món escolar, de les inseguretats i la falta d'autoestima que comporta l'experiència de l'adopció i de la importància de la perseverança en les dificultats."
- "Per observar com els fills adoptius presenten diferents dificultats i no sempre hi ha un patró comú i, també, per comprovar, gràcies als diferents vídeos sobre experiències en primera persona d'adoptats ja adults que han trobat una certa resposta a les seves dificultats i que n'han esdevingut més conscients, com això els ha ajudat en aquest diàleg intern."
- "Per reafirmar-me en diferents intuïcions que ja tenia i per plantejar-me coses noves, que, encara que siguin difícils d'implementar, s'han de fer."
- "Per entendre actituds i per parlar amb la meua parella de com podem canviar la manera d'abordar-les i la comunicació en general amb els nostres fills."
- "Per reafirmar conceptes i estratègies, per viure conceptes a través d'experiències dels altres i per sentir-me acompanyada gràcies a ells, per comprendre millor la meua filla i també a mi mateixa."
- "Per comprendre millor el meu fill i acompanyar-lo també des de la meua vulnerabilitat."
- "Per entendre que puc fer les coses de manera diferent."
- "Per entendre el seu desenvolupament neurològic, emocional i de vincle a causa del trauma viscut i agafar consciència de les meves pròpies limitacions, frustracions i pors per poder-les gestionar i perquè no interfereixin de manera no constructiva i per poder acompanyar des d'una mirada més comprensiva, empàtica i pacient."
- "Per comprovar l'aplicació pràctica dels coneixements apresos."
- "Per ser conscient que abraça totes les etapes, des de la infantesa fins a l'edat adulta, i que hi ha una base teòrica que ajuda a la comprensió."

COM ES FORMEN ELS GRUPS I METODOLOGIA

A l'hora de fer els grups de pares i mares adoptius, es té en compte que els fills tinguin edats diferents i que hagin nascut en països diferents. També en poden formar part

adults adoptats, perquè l'experiència pugui ser més rica. Sovint als que tenen fills més petits els serveixen les experiències dels que tenen fills més grans, i a la inversa, perquè coses que ens calen quan som petits també ens calen de grans. És important poder reviure i explicar les experiències viscudes.

Les persones adoptades ja adultes que han passat per un procés terapèutic poden explicar com se sentien i per què creuen que es van comportar d'aquella manera, la qual cosa facilita que els pares i mares del grup puguin entendre com aquella persona va viure aquell procés i per què va actuar d'aquella manera i puguin comprendre-les i no pas jutjar-les.

D'altra banda, a les persones adoptades els serveix molt poder explicar el que els va passar, ja que les paraules, la comprensió, l'empatia... els ajuden a processar les vivències que poden arribar a expressar, com ara la por, la ràbia o la tristesa que sentien. Alhora, el fet de poder ajudar altres persones adoptades o pares i mares amb fills que es troben en aquelles mateixes situacions esdevé molt sanador.

D'aquesta manera es crea un clima de confiança, empatia, compassió i autocompassió que fa que les persones actuïn des del cor, des de l'amor, i no tant des de la por i la impotència que a vegades sorgeix davant d'algunes conductes o actuacions tant dels pares i mares com dels fills i filles.

Com a facilitadora, intento reflectir les emocions que hi ha al darrere de les paraules de la persona que les diu i fer de mirall del sentit i la coherència que té allò que diu. Això és el que anomenem mentalització. La mentalització és la capacitat per representar mentalment els estats mentals i emocionals d'un mateix i els dels altres, per donar sentit a la pròpia conducta, a la dels altres i a la relació mútua.

Tal com succeeix amb la relació que establim amb els nostres cuidadors principals, es tracta de donar una resposta o interacció segons el que aquella persona necessita i que li permeti entrar en calma, entendre's, integrar i organitzar la ment per anar expressant amb paraules el que viu o ha viscut; així podrà anar organitzant un model operatiu intern, igual que passa amb la nostra manera d'organitzar-nos psíquicament.

Es tracta de captar els senyals que aquella persona dona, interpretar-los adequadament fent preguntes que ajudin, tant la persona que s'expressa com la resta de les persones del grup, a pensar i atribuir significats als estats mentals i emocionals que viuen. Cal, també, mirar de donar respostes que ajudin a la contenció i a la verbalització, cal fer possible que tot el grup, amb la nostra facilitació, sigui capaç de sostenir i regular les emocions que vagin sorgint i cal reconèixer el món intern i el de l'altre, des d'una curiositat sense judici que ens permeti aprendre i saber què li passa a l'altre i ens ajudi, alhora, a acceptar la incertesa.

Cal que el grup aprengui i tingui en compte tota l'estona que la personalitat és un patró complex de característiques psicològiques profundament arrelades, majoritàriament inconscients i difícils de canviar, que s'expressen de manera automàtica en quasi totes les àrees de funcionament de l'individu. I, també, que som el resultat d'una història única de transaccions entre factors biològics (temperament, constitució genètica) i contextuals (vida intrauterina, ambient familiar, papers socials, cultura, situació socioeconòmica), una història que mai abans havia existit i que no es repetirà. Cal entendre i aprendre, també, que aquest procés és bidireccional: el comportament

“innat” del lactant pot provocar una sèrie de conductes en els pares i mares i en altres persones que cuiden l’infant, conductes que, a la vegada, reforcen el comportament del nen o nena. Aquests trets comprenen el patró de percebre, sentir, pensar, afrontar i comportar-se com a individu i, alhora, tal com hem comentat, construeix els nostres models operatius interns. Per tant, el grup també pot actuar com a promotor i encoratjador de construcció de nous models operatius interns que milloren les nostres relacions i els nostres vincles.

BIBLIOGRAFIA

- Barudy, J., Dantagnan, M. (2010). *Los desafíos invisibles de ser madre o padre*. Ed. Gedisa.
- Cyrulnik, B. (2013). *Los patitos feos*. Ed. Debolsillo.
- Hughes, D. A. (2019). *Construir vínculos desde el apego*. Ed. Eleftheria.
- Kline, M., Levine, P. A. (2017). *Tus hijos a prueba de traumas*. Ed. Eleftheria.
- Kolk, B. (2014). *El cuerpo lleva la cuenta*. Ed. Eleftheria.
- Mirabent, V., Ricart, E. (2005). *Adopción y vínculo familiar*. Ed. Paidós i Fundació Vidal i Barraquer.
- Salvador, G. (2009). *Familia*. Ed. Paidós i Fundació Vidal i Barraquer.
- Salvador, M. C. (2016). *Más allá del yo*. Ed. Eleftheria.
- Siegel, D. (2014). *Tormenta cerebral*. Ed. Alba.

Adopció i escola: experiències d'una mestra

ALBA BALCELLS

PRESENTACIÓ

Col·laboro amb doble plaer en aquest text sobre adopció i escola, per la meua, també, doble condició de mare adoptiva i mestra, ja que tinc una filla de 18 anys adoptada a la Xina. Amb ella he viscut els problemes escolars com a mare, i a l'escola, com a docent, he pogut acompanyar l'experiència d'alumnes adoptats en aules de reforç —vaig ser directora de les etapes de primària i secundària i, des de fa quatre cursos, soc professora d'un programa de formació i inserció d'hoteleria i serveis, en què assisteixen alumnes que han suspès la secundària i que intenten reintegrar-se al sistema educatiu i entrar a la formació professional. En aquests cursos, que combinen un treball de les competències bàsiques comunicatives, matemàtiques, relacionals, etc. amb classes professionalitzadores de cuina i sala, hi ha alumnes que no han acabat o que no han aprovat l'ESO per diferents motius: dificultats d'aprenentatge, problemes psíquics, conductuals, mancances en el domini de l'idioma... En aquests grups, sempre hi ha un tant per cent significatiu de nois i noies adoptats. Gràcies a la meua trajectòria, puc aportar una visió àmplia del que passa a les escoles amb els alumnes adoptats.

Sempre m'ha apassionat entendre i ajudar els estudiants amb dificultats d'aprenentatge. La meua especialitat són les llengües, i tot i que no he estudiat educació especial, he fet unes quantes formacions sobre els trastorns relacionats amb el llenguatge.

LA MEVA FILLA ADOPTADA

Explico breument la meua experiència com a mare, en relació amb l'aprenentatge i l'escola, perquè ha canviat la manera de ser mestra i la meua mirada cap als alumnes i les seves dificultats.

La meua filla va arribar a casa quan tenia tretze mesos i vaig estar totalment dedicada a la seva criança durant un any i mig. A P3 va anar a l'escola, però només als matins. Com a pares adoptius, érem molt conscients de la importància d'estar amb ella i d'establir uns vincles molt sòlids.

Fins als sis anys no vam detectar cap problema d'aprenentatge. Als primers cursos de primària van aparèixer les dificultats. Tenia problemes amb els coneixements que no podia sustentar en una base pràctica: llegia mecànicament, però no comprenia el que llegia; no assimilava les regles ortogràfiques; no memoritzava les llistes, com la dels mesos de l'any; per exemple, els nombres del 10 al 20 li costaven molt; les matemàtiques, si no eren manipulatives, se li feien molt difícils, especialment les sèries i els exercicis de càlcul mental, i era molt lenta i insegura en tot el treball escolar. Malgrat les dificultats, afortunadament, sempre ha tingut un bon nivell de llenguatge

oral i escrit i ha demostrat comprensió i intel·ligència en els temes i els problemes de la vida diària.

El grau d'abstracció de la primària va ser superable gràcies a l'ajut, durant tres cursos, d'una magnífica psicopedagoga, però la nena arrossegava un cansament enorme per l'esforç que comportava seguir les classes, fer els deures, etc. Sempre era com si assolís una competència o un concepte un parell d'anys més tard del que establia el currículum i mai no arribava al nivell.

Va continuar superant, amb molt d'esforç, els cursos de primer, segon i tercer de secundària, i cada vegada patia més per aconseguir-ho (la sintaxi, la gramàtica, la història, la física, la química, les matemàtiques..., cada any eren més abstractes i inassolibles). Cada curs entenia una mica menys els conceptes teòrics i cada curs ens sentíem una mica menys entesos pel professorat, tant ella com nosaltres, els pares.

Va aguantar fins a 4t i va dir prou. Es va enfonsar. El seu esforç ja no era suficient per aprovar i es va sentir molt frustrada i fracassada. Va acabar assolint la secundària pel seu historial passat de bona alumna responsable, però dos anys després encara no se sent capaç de tornar a una aula. No vol sentir-se novament "inferior" als seus companys de curs per por d'uns mals resultats acadèmics.

Ha viscut aquesta experiència, comuna a molts infants i joves amb dificultats, de l'espiral de fracàs: l'esforç acumulat —es produeix una millora, però és lenta i no dona prou resultat per assolir els objectius preestablerts— i una autoestima fràgil han portat la nostra filla, com molts altres nois i noies adoptats, a l'abandonament escolar i a la frustració que comporta.

Com a pares teníem algun coneixement del que suposava una adopció en l'àmbit emocional. Vam assistir a un curs d'idoneïtat, com a futura família adoptiva, que estava ben plantejat i vam aprendre de xerrades i lectures interessants, però cap no tractava les dificultats escolars. Fa divuit anys, els infants provinents de l'adopció internacional eren petits, i encara no es coneixien els seus futurs problemes d'aprenentatge. Nosaltres en vam anar aprenent de la mà de la nostra filla.

ELS MEUS ALUMNES AMB DIFICULTATS

Quan vaig començar a treballar en el món escolar als anys vuitanta, l'escola era completament unidireccional i selectiva. Teníem quaranta alumnes a l'aula i hi havia uns continguts que havien d'aprendre tots al mateix temps. Els que tenien dificultats en acabar l'EGB ja no continuaven estudiant i als quinze anys començaven a treballar. Les emocions de cadascun i l'atenció a la diversitat no formaven part de la vida escolar més enllà de les bones intencions d'alguns mestres. L'escola era el lloc per llegir, escriure, calcular i memoritzar "cultura", normes i valors. Se'ls oferien uns coneixements bàsics, unes normes de conducta adequades i es considerava que tots estaven a punt per incorporar-se a la societat. Recordo, com si fos ara, el primer cop que vaig veure la pel·lícula de Pink Floyd *The Wall* i com em va fer pensar en el tipus de sistema educatiu per al qual treballava. També recordo l'impacte que em causà, als anys noranta, un llibre que en el nostre claustre va ser objecte de lectura i debat: *L'experiència emocional d'ensenyar i aprendre*, d'Isca Salzberger, Gianna Henry i Elise Osborne. Per a mi va ser una meravella poder reconèixer i compartir amb altres col·legues que l'amor i la

confiança mutua entre mestre i alumne són imprescindibles perquè es produeixi un aprenentatge significatiu i perdurable.

Els professionals de l'educació, lentament, vam anar avançant cap a una mirada global sobre els nostres alumnes i també sobre les nostres pròpies emocions com a docents. Vam aprendre a considerar el nen des del seu naixement, fins i tot des de la gestació, la seva història i la motxilla amb què arribaria a l'escola, els seus sentiments, les seves aptituds i dificultats... Vam entendre que els alumnes podien aprendre de maneres diverses quan se'ns va parlar d'intel·ligències múltiples i que, per tant, havíem d'ensenyar de maneres múltiples i amb diferents objectius per a alumnes diversos. Vam integrar el fet que es recorda el que emociona i que, per tant, cada aprenent ha de ser part activa del seu procés d'aprenentatge. L'escola va anar canviant, vacil·lant i millorant lentament.

Tot i així, malgrat el procés de millora dels darrers trenta anys i de l'existència de centres "insígnia" que han experimentat noves fórmules pedagògiques molt interessants, el gran grup de les escoles del nostre país continua patint alguns mals endèmics que no afavoreixen gaire els alumnes poc normatius o amb dificultats, entre ells els adoptats.

Al meu entendre, el sistema educatiu encara és excessivament rígid i uniforme. A primària les millores educatives han sigut més rellevants, però encara treballem en grups grans de vint o vint-i-cinc alumnes des dels tres anys, agrupats escrupolosament per l'edat biològica, sense tenir en compte l'edat madurativa. Els cursos són anuals, amb temaris preestablerts que cal seguir i nivells que cal assolir. Hi ha proves de final d'etapa que, malgrat que van esdevenint cada cop més competencials, encara constitueixen un sistema de pressió i control per a tot l'alumnat i professorat. Els aprenentatges es tornen massa teòrics a partir dels nou o deu anys, tan bon punt apareix la capacitat d'abstracció. Es qualifiquen els resultats amb notes, actualment qualitatives a primària, però notes al cap i a la fi. Es mantenen els deures i les lectures obligatòries, etc. En resum, en el sistema vivim un excés de pressa i de pressió, i ambdues són enemigues d'un bon procés educatiu.

A la secundària, en la qual els canvis pedagògics només han començat, els problemes es multipliquen. La secundària prepara tots els alumnes per al batxillerat, és a dir, ensenya coneixements teòrics i abstractes i no preveu la preparació per a la vida, ni tan sols per a la vida professional. Grups de trenta alumnes, junts dels 12 als 16 anys, estudiant tots el mateix, sense itineraris diversificats per a joves que, al mateix temps que van madurant, es van diferenciant cada cop més pel que fa a les aptituds i els interessos. A la secundària tot és unidireccional: una etapa, un temari, una manera d'ensenyar, una manera d'aprendre... Falta temps per treballar a fons les emocions. Cal estar assegut i quiet moltes hores al dia. No hi ha prou moviment, tot és molt passiu. L'activitat principal és escoltar i anotar, i apareixen els problemes de conducta propis de l'edat adolescent més els que comporten l'avorriment i el fet de sentir-se inútil, encara que s'intenti dissimular. Llavors, quan tot es torça, escola i família acabem "culpan" l'adolescent de la seva actitud i l'acusem de manca d'esforç. Aquí s'inicia l'espiral del fracàs.

És cert que s'intueixen propostes de canvi de funcionament i de filosofia per a la secundària, però el canvi cultural als claustres serà lent i difícil. Mentrestant, hi ha grups de professors emprenedors i motivats que promouen canvis positius: els projectes

multidisciplinaris, el treball cooperatiu, l'aprenentatge a través de l'art, l'educació emocional, la participació de l'alumnat en la seva avaluació, etc., però de moment són excepcionals.

Els nens i les nenes que van arrossegant dificultats normalment es perden del tot en els darrers cursos de la primària (cinquè o sisè). Quan un alumne no pot seguir per si sol a l'aula ordinària, se li proporciona un professor o un grup de reforç i, si cal, es fa una adaptació curricular.

Però un nen o una nena amb dificultats de base hauria de ser rescatat allà on es va perdre, i encara que tingui un mestre que ho intenti, la intervenció no serà fàcil. No tindrà gaires hores d'atenció individualitzada i, a més, mestre i alumne se sentiran pressionats pel nivell estandarditzat que demanen el curs, la resta del professorat i la institució.

Les adaptacions del currículum que fem als centres, les que jo mateixa he dissenyat com a mestra de reforç, sovint serveixen per aprovar, perquè proposen objectius assolibles, que ja és un gran progrés, però no n'hi ha prou per avançar realment en l'aprenentatge ni per desbloquejar els problemes, que acostumen a ser complexos i no es relacionen únicament amb la capacitat intel·lectual.

- **Els meus alumnes adoptats amb dificultats**

Per les aules de reforç en què he treballat hi han passat molts alumnes adoptats amb dificultats escolars. En el nivell en què treballo actualment, el PFI d'Hoteleria destinat a ajudar a reintegrar als estudis o al món laboral joves que no han pogut aprovar la secundària, en cada curs hi ha un grup significatiu de joves adoptats. A partir de la meua experiència amb aquests alumnes, he arribat a la conclusió que ajudar-los té un plus de dificultat afegida al que comentava en l'apartat anterior.

Els problemes dels alumnes adoptats poden aparèixer en forma de retard escolar i, aleshores, se'ls posa alguna etiqueta clàssica, com, per exemple, dislèxia, hiperactivitat, Asperger, autisme, etc. De com tractar aquests problemes en sabem encara molt poc, però tenim nocions de com enfocar-los.

Quants als alumnes adoptats, no es tracta només de treballar des d'una intel·ligència límit o des d'alguna problemàtica concreta. No n'hi ha prou. Els problemes són més profunds, i és molt difícil arribar-hi i, encara més, intervenir-hi per ajudar-los a millorar.

Descobrirem, en molts casos, funcionaments estranys i molts contrastos: ens trobarem nens aptes en uns camps i amb dificultats sorprenents en d'altres, nens que assoliran uns coneixements avui i que oblidaran demà, i no entendrem per què no poden integrar-los. Veurem que tenen problemes instrumentals greus en llengua i matemàtiques, però que comprenen el món que els envolta i que raonen molt bé quan es tracta de problemes vitals i reals. Podrem intuir que aquell noi o noia requereix un ajut molt específic, però, quin? Quina serà l'estratègia que caldrà aplicar, que funcioni bé?

En la majoria dels casos de retard escolar, el mestre de reforç o el psicopedagog pot desfer el cabdell d'allò après fins a arribar al punt en què l'alumne va deixar de comprendre, d'assimilar un coneixement, i amb temps, paciència i unes quantes eines pedagògiques, es pot refer el camí i ajudar l'estudiant a avançar. Sovint, amb els

alumnes adoptats, l'avenç és lentíssim, si és que es produeix, i en molts casos caldrà l'ajut especialitzat d'experts externs al centre escolar.

Quan els cursos avancen, al problema d'adquirir les competències lingüístiques i matemàtiques s'hi afegeix el fet que el currículum de la secundària exigeix assimilar coneixements abstractes, i no són pocs ni senzills. Per més que l'alumne tingui ajut escolar, o fins i tot extern, no arribarà al nivell teòric requerit, perquè hi ha conceptes impossibles d'ensenyar a través de la manipulació, la pràctica, etc., i encara que alguns d'aquests conceptes es puguin aprendre, això exigeix molt temps i esforç. L'únic camí seria seleccionar molt curosament allò més bàsic per entendre el món i treballar-ho, però el context escolar estandarditzat ho considera insuficient.

A tota aquesta problemàtica cal sumar-hi una autoestima fràgil, marcada, ja des de l'inici, pel sentiment de l'abandó i sotmesa durant anys a un món escolar que exigeix al nen adoptat grans esforços que donen pocs resultats. L'infant cada cop se sentirà més diferent del seu grup d'iguals i més incapaç d'atrapar-lo. Si això coincideix amb la crisi emocional de l'adolescència, que és el més freqüent, i, a més, el noi o la noia és d'una altra ètnia i ha d'acceptar també que és diferent del seu entorn pel seu origen i pel seu aspecte físic, la llarga etapa escolar de l'adolescència no serà gens fàcil ni per a l'alumne, ni per als seus professors ni per a la seva família, i es pot generar una altra espiral de negativitat amb problemes de conducta reiterats i, per tant, sancions que cada cop seran més habituals.

Cal considerar, també, que els mestres que treballem amb els nens i els joves adoptats no hem rebut cap formació específica. Els equips d'atenció a la diversitat dels centres generalment estan formats per professors motivats, especialistes en educació especial i psicopedagogs. A Catalunya hi ha molt poques formacions específiques sobre adopció i aprenentatge i són de creació recent. Em consta que a través de l'ICAA, els centres escolars que ho requereixen poden rebre assessorament, però, generalment, les formacions als centres tracten problemàtiques d'un abast més ampli. Quan tenim al davant un alumne adoptat amb problemes d'aprenentatge, partim de l'experiència, compartim dubtes amb els col·legues i seguim el consell dels professionals especialitzats, si tenim la sort de treballar-hi conjuntament.

Aquest és un altre aspecte important per comentar. Davant de problemes complexos, com els que poden presentar els nois i les noies adoptats, és importantíssim treballar en equips multidisciplinaris que puguin establir estratègies compartides. Aquí sí que s'ha produït un gran avenç en els darrers anys, i aquesta praxi de treballar en equip amb tots els professionals que acompanyen un nen o un jove es va consolidant en el món de la psicologia, la salut mental i l'educació.

A partir de la meua experiència docent, crec que aquestes són algunes de les propostes de millora que puc fer:

- L'educació emocional hauria de formar part del currículum de la formació de mestres i alumnes.
- Els grups d'alumnes haurien de ser més reduïts, amb pocs docents i amb molta flexibilitat, per educar sense pressions i amb llibertat i atendre millor cada individualitat.

- A partir dels dotze anys, s'haurien de flexibilitzar els itineraris d'aprenentatge, perquè els adolescents puguin aprendre segons les seves actituds, les seves capacitats i els seus interessos.
- L'aprenentatge hauria de ser cada cop més competencial, basat en la realitat i, com aquesta, multidisciplinari.
- Els alumnes haurien de participar en el disseny del currículum. Caldria potenciar l'aprenentatge entre iguals, l'autoavaluació i la coavaluació. Ells haurien de ser els protagonistes del procés.
- Els professors i els psicopedagogs haurien de rebre formació específica sobre com es pot treballar amb alumnes adoptats.

- **Experts en resiliència**

L'escola obligatòria ocupa uns tretze anys de la vida d'una persona. Els alumnes que ho passen malament en aquesta etapa un cop acabada comencen una nova vida molt més estimulante. Poden seguir algun tipus d'ensenyament més pràctic o començar a treballar. Poden comprovar que són capaços d'aprendre millor quan l'ensenyament està relacionat amb la pràctica i no pas amb la teoria. Poden trencar l'espiral del fracàs i començar a tenir èxits. Aquestes noves emocions i la superació de la crisi d'identitat adolescent, perquè el temps passa i el creixement ajuda, els permetran sentir-se cada cop millor amb si mateixos i assolir la seva autonomia com a adults.

En la meua privilegiada feina amb alumnes d'entre setze i vint-i-un anys, he pogut viure molts petits canvis i, fins i tot, alguna metamorfosi. La mateixa complexitat que pot tenir un adoptat davant del seu aprenentatge acadèmic es gira a favor seu quan creix, quan s'accepta, quan enforteix la seva autoestima. Quan tota la part emocional millora, molts d'aquests nois i noies floreixen. A través d'un entorn més favorable, que els permeti mostrar les seves aptituds, se'ls obren nous camins i, fins i tot, reprenen els estudis més acadèmics, perquè han perdut la por i la inseguretat.

Això és realment esperançador, i ens obliga a la reflexió: si en el món postobligatori és possible aquest creixement, com aconseguim un trànsit per un món escolar obligatori més amable, més flexible i que causi les mínimes ferides possibles als nostres alumnes adoptats? No hauríem de permetre que els infants que han començat la vida amb una experiència tan dura com l'abandó s'hagin d'enfrontar a un món escolar que acabi esdevenint una nova experiència traumàtica. L'ensenyament obligatori ha de ser una vivència positiva d'aprenentatge i creixement personal per a tots els infants i joves d'una societat. I d'acord amb l'ètica i la recerca de justícia que haurien de regir totes les societats, hauríem de tenir una cura especial amb tots els que arriben a l'escola amb les motxilles massa plenes.

TRES CASOS

- **Vladímir: una experiència laboral (pràctiques) com a vivència d'èxit i d'autoestima**

En Vladímir és un noi adoptat a Rússia als quatre anys per una dona monoparental. Amb la síndrome antifosfolípídica (SAF) diagnosticada i una dislèxia important, ha tingut una escolarització absolutament tempestuosa. A partir dels dotze anys, ha anat canviant

d'escola, ha tingut problemes greus de conducta i no ha encaixat en cap centre. Als tretze anys comencen els problemes de consum de substàncies tòxiques i els petits actes delictius per obtenir drogues. Quan entra en un centre de menors, recau en el consum cada cop que té un permís i acaba deixant el centre sense resoldre cap dels problemes que l'havien dut a ingressar. Un dia arriba a un PFI d'hoteleria. Malgrat que és un curs molt flexible, és impossible tenir-lo a l'aula. Té un do especial per a la cuina, però es comporta molt malament amb els companys i els professors. Finalment, s'acorda amb la família que no assisteixi al curs però que intenti fer les pràctiques amb un xef molt qualificat, que ens ha ajudat altres cops amb alumnes molt difícils.

Sorprenentment, funciona. Es controla a la cuina i treballa bé. El xef està content i ell també. Ha descobert una vocació i la feina li obre les portes a construir la confiança en ell mateix. Dos anys després, no ha resolt tots els seus problemes però està millor, treballa com a cuiner i viu autònomament.

- **Yun: conseqüències de la falta d'autoestima en el rendiment escolar**

En Yun és un noi xinès adoptat als dos anys. És el fill únic d'una família normalitzada. Comença a l'escola als tres anys. És molt tímid i callat i demostra una certa immaduresa. Segueix amb normalitat els primers cursos. Als cinc anys es descobreix que és daltònic. Als sis anys comença a estudiar música. Al principi li costa, però aconsegueix aprendre a tocar el violí acceptablement i això l'ajuda a guanyar confiança. A finals de la primària ja comença a tenir problemes amb alguns companys de classe i a segon d'ESO comencen a burlar-se d'ell. Pateix i no sap posar límit al sofriment. La tutora l'ajuda a resoldre el problema. És massa tímid, massa humil, massa insegur... Se li proposa una consulta amb el psicòleg escolar, que intenta derivar-lo, però la família no veu necessària una teràpia. A tercer d'ESO, comença a tenir problemes amb les matèries. A quart segueix sent fràgil i en la seva conducta s'aprecia tristesa i solitud. Actualment necessita un pla individualitzat per a les ciències i assisteix a una optativa de suport.

- **Irina: capacitat de superar dificultats en l'entorn familiar**

La Irina és una noia russa, adoptada als tres anys. Posteriorment, els pares adopten també un altre nen rus, més jove. Al cap d'uns set anys, el matrimoni se separa. La mare té problemes de salut mental i necessita medicació. El pare se'n va a viure a Itàlia. Els nens es queden amb la mare, però ho passen malament. La mare és molt rígida i exigent amb ells. Perd el control i arriba a pegar-los. Als dotze anys la Irina s'escapa i va a viure amb el pare, però ell té nova esposa i un fill petit i allà les coses tampoc no funcionen. Al cap d'un any, aproximadament, torna a Barcelona. Decideix que ha de "trampejar" la situació amb la mare, com pugui, fins que es guanyi la vida per ella mateixa. Se centra a esforçar-se i estudiar. Comença a treure bones notes. Es comporta bé a casa per no tenir problemes excessius. Vol aconseguir una titulació mínima per poder treballar i emancipar-se. És molt valenta i resilient, però pateix i s'ha hagut d'endurir en excés. És molt exigent amb els companys de classe. No tolera els defectes o les errades dels altres.

BIBLIOGRAFIA

Departament de Treball, Afers Socials i Famílies, Generalitat de Catalunya (2018). *Adopció, acolliment familiar i escola*.

San Román, B. (2008). *Adopción y escuela*. Blur Ediciones, SL.

El dret de l'adoptat/ada a conèixer els seus orígens i la recerca dels orígens en l'adopció internacional

CARLES BENET I MAGDA HOSPITAL
INSTITUT CATALÀ DE L'ACOLLIMENT I DE L'ADOPCIÓ

*Després de la mort del meu pare adoptiu, em vaig sentir sola i abandonada.
Vaig comprendre que tenia un nus al voltant de la meva adopció, no sabia res
de la meva història anterior, del meu abandonament...*
A. M., 30 anys (persona adoptada)

La majoria de les aportacions i les reflexions sobre la recerca dels orígens de l'adoptat internacionalment, entesa aquesta recerca en el sentit més ampli del terme, parteixen de l'experiència professional de més de vint anys treballant en el món de l'adopció internacional i nacional i, més concretament, de l'experiència del treball directe amb famílies i persones adoptades des del Servei d'Atenció Postadoptiva del mateix Institut.

El Servei d'Atenció Postadoptiva va néixer amb l'objectiu prioritari d'oferir orientació i assessorament tècnic especialitzat en postadopció a les famílies adoptives en qualsevol moment del seu cicle vital. Òbviament, això inclou, també, l'assessorament en relació amb les demandes que puguin fer els adoptats sobre el "nus" adoptiu, que té a veure substancialment amb la construcció de la seva identitat.

La construcció de la identitat adoptiva és un procés dinàmic, psicològic, indispensable, complex i llarg, que durarà tota la vida i que en cada etapa evolutiva (infància, adolescència i edat adulta) pot prendre forma en un tipus de demanda i emoció diferent (negació, por, angoixa, curiositat, necessitat de saber més, recerca interior, recerca externa...), encara que molts cops apareixen totes juntes, barrejades i contraposades.

El coneixement de l'existència d'aquesta barreja d'emocions en l'adoptat és un aspecte clau per entendre el comportament i les respostes, molts cops sorprenents, que l'adoptat pot tenir durant tot el procés de recerca. Aquest aspecte reforça la necessitat d'un acompanyament tècnic especialitzat, que pugui ajudar a gestionar tota la complexitat emocional.

Els professionals que treballem en l'àmbit de la postadopció observem que en les primeres etapes evolutives de la persona adoptada hi ha una necessitat bàsica d'una cerca interna de caràcter psicològic, que pugui facilitar la construcció i la integració progressiva de la seva història, sobretot a través de les aportacions de la informació que vagi rebent dels orígens, bàsicament i principalment, dels seus pares adoptius i de l'entorn més pròxim.

En aquest sentit, la comunicació del "fet adoptiu" per part dels pares adoptius al seu fill és el primer esglaó fonamental on s'assentarà, possiblement, una recerca d'orígens

posterior i una bona relació de confiança. Una adequada comunicació del “fet adoptiu” és un aspecte fonamental i necessari per a un bon desenvolupament de la personalitat de l’adoptat. Per tot això, és de vital importància que entre l’adoptat i els pares adoptius pugui haver-hi una comunicació oberta i sincera sobre tot el procés adoptiu i les seves implicacions, basada en una relació de confiança i respecte.

La realitat de la postadopció al nostre país, en aquests moments, i en relació amb la recerca dels orígens en l’adopció internacional, encara se centra bàsicament en la manera com es gestiona i es comunica tota la informació que els pares adoptius tenen sobre l’adopció. Són molts els pares adoptius que demanen assessorament i orientació de com fer-ho.

Qui ha de comunicar la història prèvia a l’adopció al fill adoptat, què ha de comunicar i com i quan ha de fer-ho, tenint en compte tot el que això implica emocionalment en l’adoptat, però també, indubtablement, tot el que emocionalment implica en els pares adoptius (pèrdues, dols no resolts, pors, inseguretat, ràbia...), encara és una tasca molt complexa i emocionalment difícil per a moltes famílies adoptives.

La por per part d’alguns pares adoptius que la comunicació del “fet adoptiu” al seu fill pugui suposar un fet traumàtic per a ell porta a no parlar-ne i a ocultar informació fonamental, però, també, molts cops amaga la por dels mateixos pares adoptius a poder parlar de l’existència d’uns altres pares i que això pugui obrir una esquerda en la vinculació amb el seu fill.

L’ocultació o negació d’aquesta informació bàsica, motivada per la por i la inseguretat, només pot crear l’aparició de fantasmes imaginaris, que s’instauren dins la ment, que generalment comporten neguit i preocupació a tots els implicats (pares i fill) i que a la llarga poden repercutir i interferir en la seva relació de manera molt negativa.

El fet que per a moltes famílies adoptives sigui difícil afrontar aquesta qüestió reforça un altre cop la necessitat d’una preparació dels futurs pares adoptius prèvia a l’adopció i d’un acompanyament tècnic especialitzat en postadopció. De fet, no és gens fàcil gestionar tota la informació que molts cops disposen els pares adoptius sobre la història prèvia a l’adopció del seu fill, sobretot quan aquesta connecta amb sentiments molt dolorosos i situacions molt traumàtiques.

També és cert que el gran nombre d’adopcions internacionals fetes a Catalunya des de la creació de l’Institut Català de l’Acolliment i de l’Adopció, l’any 1997, fins a l’actualitat ha suposat un gran repte per a la nostra societat, per a les famílies i per a tots els professionals que hem treballat amb elles. Encara que la gran majoria dels infants adoptats internacionalment són menors d’edat, un gran nombre d’aquests estan arribant, a hores d’ara, a l’adolescència i a la joventut i estan fent, cada cop més, demandes relacionades amb els seus orígens i la seva adopció.

La nostra experiència en aquest camp concret, ens ha fet veure i comprendre la gran importància emocional que té aquest procés per a la persona adoptada. Per això creiem que no s’ha de banalitzar ni minimitzar la importància que té per a la persona adoptada ni establir procediments administratius massa rígids i normatius, ja que en definitiva estem parlant d’un procés eminentment psicològic, importantíssim per a la construcció d’una identitat sana, basada en la confiança bàsica i la seguretat en un mateix i en el seu

entorn més immediat, i que requereix un temps i un acompanyament professional específic en cada cas.

Aquest acompanyament professional és fonamental per ajudar la persona adoptada, en primer lloc, a valorar i gestionar les emocions i les expectatives en relació amb la seva recerca i, en segon lloc, a minimitzar riscos i dificultats que poden existir, sense cap mena de dubte, en un procés tan complex com aquest (frustració, angoixa, pors, desorientació, confusió, conflictes emocionals...).

Els conflictes de lleialtat que molts cops pateix l'adoptat davant d'una recerca d'orígens amb els seus pares adoptius, junt amb una manca de comunicació prou oberta i sincera entre ells, fan que, de vegades, la recerca es posposi o es faci "en secret", sense que els pares adoptius ho sàpiguen.

En totes les demandes de recerca d'orígens cal explorar conjuntament amb l'adoptat el significat i les expectatives d'aquesta recerca i intentar ajudar a comprendre quina és la necessitat i quines poden ser les conseqüències. Cal, si es pot, treballar en la recuperació de la comunicació i la confiança amb els pares adoptius, ja que mantenir-se en "el secret" és generalment una font de neguit i de conflicte. La nostra experiència ens ha demostrat que, quan es pot desfer "el secret" d'aquesta recerca, generalment els pares adoptius se situen al costat del fill adoptat, comprenen el seu procés de recerca i hi donen suport, com una cosa perfectament legítima i a voltes necessària.

Intentarem il·lustrar tot el que hem exposat abans amb un cas real de recerca d'origen d'una persona adoptada internacionalment. L'Àngel fou adoptat a Colòmbia quan tenia dos anys per una família que ja tenia un fill biològic. Durant la seva infantesa va viure en silenci i en solitari la por d'un nou abandonament i la seva inseguretat pel fet de ser diferent de la resta de la gent del seu entorn més immediat (origen indígena).

No s'atrevia a parlar-ne amb els seus pares per por de decebre'ls o preocupar-los. Se sentia tan poc important i tan poc valorat que pensava que valia més no dir res, no fos que els molestés.

Al mateix temps que s'odiava per ser diferent, també rebia comentaris racistes i negatius sobre el seu origen adoptat i estranger per part de companys de l'escola. Se sentia diferent i el feien sentir diferent. No volia sentir el que sentia en el seu món intern, no podia expressar-ho ni compartir-ho amb algú altre, i cada dia que passava i s'anava fent gran, més ràbia i frustració patia per aquesta situació no volguda ni acceptada.

Es preguntava interiorment per què la seva mare biològica no l'havia volgut quan era un bebè: "Què tenia ell, com a fill, de dolent?" "Què va passar perquè la seva mare l'abandonés?" A poc a poc va anar creant una identitat adoptiva negativa, que els pares adoptius no percebien externament.

Ell pensava que havia d'estar a l'altura del que esperaven els pares adoptius d'ell, s'havia d'esforçar al màxim per tenir el mateix èxit que el seu germà. No podia fracassar en els estudis, feia un gran esforç per aconseguir estar al mateix nivell que la majoria dels seus companys d'escola, malgrat que partia d'unes mancances que la resta no tenia.

Aparentment, dins la família adoptiva tot anava bé. No hi havia conflictes importants. Només alguna vegada l'Àngel havia patit algun atac de ràbia descontrolada i fora de lloc, però s'havia pogut contenir. Però en l'etapa de l'adolescència, cansat i superat pels sentiments constants de poca vàlua i de la ràbia que tot plegat li provocava, va entrar

en una relació d'enfrontament i de rebuig cap als pares adoptius. Qüestionava constantment per què l'havien adoptat.

Estava convençut que no formava part de la família, que els seus pares no l'havien acceptat mai tal com era, que les diferències que ell tenia en relació amb els seus pares impediien que fos acceptat com un fill més. Se sentia sol i diferent de tots. Dins el seu món interior va anar creant una història de no acceptació de la realitat adoptiva i d'idealització dels seus orígens colombians.

Als 18 anys va decidir marxar de casa dels pares adoptius, volia tornar al seu país d'origen, sentia que aquí no el lligava res, cada cop més se sentia allunyat de la família adoptiva, incomprès i no acceptat pel fet de ser diferent. Menyspreava tot el que tingués a veure amb la família adoptiva, a la qual només abocava la seva ràbia i frustració.

Els pares adoptius, desorientats i sorpresos per l'actitud i els comportaments del seu fill, no van saber lluitar per recuperar la relació amb ell, sinó que van optar per deixar-lo fer, amb la qual cosa li van donar —sense voler— un missatge que l'Àngel ja sospitava de petit... que no era prou important per a ells i que finalment es complia el seu abandonament de nou. Confirmava, doncs, que no el volien.

Aquest sentiment de rebuig, d'abandonament que va sentir de la família adoptiva, el va catapultar encara més en la recerca d'orígens idealitzada, on podia posar les seves expectatives d'acceptació com a persona, de ser volgut i estimat, on podia aguantar-se, sostenir-se, dipositar totes les seves expectatives de futur abans d'enfonsar-se en la depressió i en l'absoluta solitud.

El nostre servei d'assessorament i orientació en la recerca d'orígens va suposar per a l'Àngel una finestra oberta a l'esperança i un lloc on dipositar les pors i ansietats. Va arribar amb unes expectatives tan grans sobre el retorn al seu país d'origen que ràpidament ens vam adonar de la seva solitud i del seu estat d'abandonament personal. La seva demanda era ansiosa i impacient, necessitava que li facilitéssim la recerca de la seva família biològica tan ràpid com fos possible, era una necessitat imperiosa, sobre la qual pivotava la raó de la seva existència.

Aquesta recerca va necessitar moltes entrevistes i temps. Mentrestant, l'Àngel desapareixia i tornava a aparèixer al cap d'un temps, però sempre amb la seva demanda impacient. La nostra feina va consistir a crear un vincle de comprensió, confiança, empatia i acompanyament, per poder contenir la seva ansietat i poder preparar-lo per a una recerca d'orígens incerta, que podia tornar a ser frustrant per a ell.

A poc a poc es van haver de treballar amb ell els sentiments de ràbia i desesperació que patia i les expectatives que posava en un procés que segurament tampoc no les compliria amb tota seguretat. En aquest llarg procés hi va ajudar el fet que pogués participar en el grup de joves adoptats que en aquell moment s'organitzava des del mateix ICAA, on ell va trobar referents i iguals que l'ajudaren a entendre molts dels seus sentiments i que li van permetre sortir del seu aïllament social.

Al cap de dos anys aproximadament d'haver realitzat la petició de recerca, es va localitzar la mare biològica a Colòmbia (un dels països que té un equip de professionals experts en recerca d'orígens). Després d'un seguit de contactes per escrit gràcies a la nostra intermediació, es va organitzar finalment l'esperat viatge al seu país d'origen.

A Colòmbia, on ell volia quedar-se a viure, s'hi va estar sis mesos, primer amb la seva família materna i després amb la seva família paterna, ja que els pares estaven separats des de feia molts anys. Però finalment, després de viure l'experiència del retrobament amb els seus orígens, va retornar a Catalunya.

L'Àngel va tornar més tranquil, més segur de si mateix, després d'haver assumit el seu passat, la seva família biològica i d'haver comprès i integrat en la seva identitat una part de la realitat adoptiva. L'ansietat i la idealització dels seus orígens biològics havien desaparegut i podia, a partir d'ara, iniciar una nova vida al seu país adoptiu.

Finalment, volem reflexionar sobre la recerca dels orígens en l'adopció internacional i la utilització de les actuals xarxes socials de comunicació (internet) en aquest procés. És obvi que les xarxes socials intervenen d'una manera clara en la recerca dels orígens, ja que són un recurs fàcil, còmode, privat i ràpid de comunicació, però no està exempt de certs riscos importants. Per a un adolescent d'avui dia és molt fàcil deixar-se portar per la facilitat i la rapidesa d'una recerca via internet, sense tenir en compte els que pot arribar a ocasionar.

En aquest sentit, volem recollir les observacions que fan els Serveis Socials Internacionals sobre els possibles riscos d'emprendre recerques de la família biològica directament a través de les xarxes socials, sense cap mena d'assessorament i de control.

En primer lloc, la recerca d'orígens via xarxes socials suposa una manca de privacitat i de confidencialitat de les dades personals que són emeses dins les xarxes socials de comunicació; dades que molt probablement no puguem recuperar o fer desaparèixer, per la qual cosa queden a la xarxa de manera definitiva, a disposició de qualsevol altra persona i amb les conseqüències que això pot tenir. També cal tenir en compte la manca de veracitat d'algunes informacions que es poden trobar a les xarxes socials i els errors i perills que això pot comportar.

Aquesta recerca efectuada directament per la persona adoptada a través de les xarxes socials de comunicació òbviament no disposarà d'una preparació prèvia i d'una contenció professional sobre aquest procés, d'una valoració de l'oportunitat o no de la demanda i de les conseqüències personals que pot tenir en tots els implicats (conseqüències que, de vegades, poden ser greus).

Aquest tipus de recerques privades poden comprometre seriosament no tan sols la seguretat i la privacitat de l'adoptat, sinó, també, segons quina sigui la situació del país d'origen i la situació personal i social de la mare biològica (mare soltera, fills fora del matrimoni...), poden comprometre greument la seguretat personal d'aquesta.

En definitiva, cal que tot aquest procés es pugui dur a terme amb l'assessorament i l'orientació d'un professional especialitzat, i des d'un entorn segur i neutral, que faciliti la preparació en un temps i unes condicions adequades per a tots els implicats, incloent-hi la família biològica, i eviti, així, el mínim dany possible.

Aquestes reflexions només pretenen ser una aproximació a la complexa realitat de l'adoptat i les seves vivències. La recerca dels orígens biològics de l'adoptat és un aspecte més de la seva vivència personal, que cal valorar i integrar en el conjunt de característiques i necessitats específiques que pot presentar, que formaran part de la seva identitat. Per tot això, creiem que és necessari considerar aquest aspecte, des del punt de vista psicològic i emocional de l'adoptat, dins d'una atenció postadoptiva global

i valorar en cada moment evolutiu la motivació, el significat i l'oportunitat de cadascuna d'aquestes demandes.

Com a resum, podem dir que la recerca d'orígens en una persona adoptada és inevitable, ja que forma part fonamental de la construcció de la identitat al llarg de la seva vida. Aquesta recerca de vegades es pot dur a terme o es pot viure a un nivell més intern, en silenci i en solitari, però també hi ha persones adoptades que tenen la necessitat d'anar més enllà i fer una demanda de recerca més explícita i concreta, que es pot manifestar o no als pares adoptius però que requerirà l'ajut d'un tercer.

En aquest últim cas, la persona adoptada ha de saber que pot comptar, sempre que vulgui, amb un equip de professionals experts en el tema per acompanyar-la en un viatge llarg, ple d'incerteses i d'emocions.

Actualment, a Catalunya hi ha un equip de professionals experts en l'atenció en la recerca dels orígens de les persones adoptades tant a Catalunya com a nivell internacional (ICAA), que faran, sempre que sigui possible, que no es trobin soles davant d'aquest repte i que puguin gestionar-lo amb l'assessorament i l'acompanyament tècnics adequats.

"Els meus pares estan molt contents d'anar de vacances aquest estiu al país on jo vaig néixer. Però des que m'ho van dir dormo malament, estic neguitosa, dispersa i angoixada. Jo no vull fer aquest viatge, que hi vagin ells sols", T. A., 16 anys (persona adoptada a Xina).

BIBLIOGRAFIA

Fursland, E. (2010). *Facing up to facebook. A survival guide for adoptive families*. BAAF.

Fursland, E. (2010). *Social Networking and Contact. How social workers can help adoptive families*. BAAF.

Löwstedt, B. (2007). Conocer las raíces: experiencias desde Suecia. *Anuario de Psicología*. Universitat de Barcelona.

Servicio Social Internacional (2018). *Adopción internacional y búsqueda de los orígenes: guía para adoptados*.

Servicio Social Internacional (2019). *Acceso a los orígenes: panorama de los aspectos jurídicos y prácticos. Enfoque en las soluciones*.

Grups de suport a joves adoptats. Grups Kintsugi

CARLES BENET I MAGDA HOSPITAL

INSTITUT CATALÀ DE L'ACOLLIMENT I DE L'ADOPCIÓ

Si el dolor és excessiu i l'afrontes en solitari, és destructiu. Si estàs connectat amb els altres i li pots posar paraules, és una experiència de creixement. Compartir i acceptar el dolor com una oportunitat de créixer.
Luigi Cancrini

ORGANITZACIÓ I OBJECTIUS

Tothom és coneixedor del gran nombre d'adopcions a Catalunya, sobretot a escala internacional, que es van dur a terme a principis de segle, per sobre de la majoria dels països adoptants del nostre entorn. En molt poc temps, degut a diferents factors socials, econòmics, legals i demogràfics que van confluïr a Catalunya a principis dels anys 2000, l'adopció va aparèixer com un nou fenomen, una nova realitat, que aviat va tenir conseqüències en diferents àmbits de la nostra societat.

L'arribada massiva d'infants adoptats de diferents llocs del món al nostre país, amb edats, necessitats i circumstàncies especials molt diverses, va tenir un impacte immediat, sobretot en l'àmbit escolar i en el de l'atenció a la salut física i mental.

Aquest augment espectacular de les adopcions durant els últims anys constitueix un nou repte social i suposa l'inici de noves realitats familiars que l'Administració assumeix per tal de poder respondre a la seva demanda.

La majoria d'aquestes famílies adoptives assoleixen una integració plena del fill adoptat, però també n'hi ha algunes que s'enfronten a greus dificultats a l'hora d'establir una relació afectiva i no aconsegueixen desenvolupar el sentiment de pertinença de l'infant a la família, sentiment imprescindible perquè el procés adoptiu sigui reeixit.

En aquest sentit, l'any 2005 l'Institut Català de l'Acolliment i de l'Adopció, coneixedor d'aquestes dificultats de convivència de les famílies amb un infant que ha patit un abandonament i una història prèvia de pèrdues i tenint en compte la demanda expressa de les mateixes famílies adoptives per disposar d'un espai professional i especialitzat d'ajut i suport tècnic, va posar en marxa el Servei d'Atenció Postadoptiva.

Aquest Servei d'Atenció Postadoptiva, públic i gratuït, ofereix assessorament i orientació psicològica i educativa a totes les famílies adoptives o persones adoptades que ho requereixin. Pretén oferir una atenció personalitzada a les famílies adoptives que necessitin suport per fer front a les necessitats que impliquen la criança i l'educació d'un fill adoptat.

Deu anys després de la creació d'aquest recurs, ens vam plantejar oferir també un espai grupal de reflexió i debat per a fills i filles adoptats per tractar temes diferents, per intentar resoldre necessitats i dificultats que puguin aparèixer durant el procés posterior a l'adopció i per potenciar l'intercanvi d'experiències i l'ajut mutu entre les persones adoptades. La gran majoria de nois i noies adoptats que van arribar durant la primera dècada dels anys 2000 ja han assolit la majoria d'edat o són joves adults, i alguns comencen a fer les seves demandes específiques d'aquests cicles vitals i íntimament relacionades amb la seva adopció. El tema de la recerca dels orígens biològics, les dificultats de relació amb la pròpia família adoptiva, la identitat adoptiva, les diferències racials, entre altres aspectes, apareixen sovint en les demandes de les famílies i els joves atesos al Servei d'Atenció Postadoptiva.

El jove adoptat necessita que l'entenguin i l'escoltin, i un bon recurs d'ajuda per compartir sentiments és el grup d'iguals. La identitat amb el grup d'iguals el compacta i el fa sentir més segur i igual a algú. És important poder-se ajudar els uns als altres, i el treball en equip i la solidaritat aconsegueixen bons resultats. Estem convençuts de la vàlua que té el treball en grup per la capacitat de generar canvis, una força que cal aprofitar. La participació i l'acceptació de l'altre ajuden a assolir una millora personal. El grup suposa una boníssima opció per ajudar persones amb una problemàtica, unes necessitats i un interès similars. Cal tenir present que tota persona necessita ser reconeguda i sentir que pertany a algun grup, i aquest sentiment facilita la relació amb altres persones i redueix l'aïllament.

Les actituds, els sentiments i el comportament poden ser modificats en un context de grup, per un procés d'identificació amb altres membres.

Amb aquest objectiu i en aquest context, l'any 2014 el Servei d'Atenció Postadoptiva va crear els grups Kintsugi, per tal d'oferir un espai grupal de suport i orientació al jove adoptat mitjançant l'intercanvi d'experiències, inquietuds, preocupacions i reflexió compartida amb el grup d'iguals.

Els grups de suport als joves adoptats s'anomenen Kintsugi, una metàfora excel·lent per entendre la resiliència de la majoria de les persones adoptades que han patit situacions traumàtiques en la primera infància (pèrdues, deprivacions, trencaments emocionals, agressions, etc.). En definitiva: la resiliència com la capacitat de recuperar-se, un recurs personal per superar les dificultats i aprendre'n.

L'art tradicional japonès de la reparació de la ceràmica trencada s'anomena kintsugi. Quan els japonesos reparen objectes trencats n'omplen les esquerdes amb or. Creuen que quan alguna cosa ha estat danyada i té una història esdevé més bonica. El resultat és que la ceràmica no només queda reparada, sinó que encara és més forta que l'original. En lloc d'intentar amagar les esquerdes i els defectes, aquests s'accentuen, ja que ara s'han convertit en la part més forta de la peça.

La idea és que, quan una cosa valuosa s'esquerda o es trenca, una bona estratègia és no amagar-ne la fragilitat ni la imperfecció, sinó arreglar-la amb alguna cosa com si fos or: fortalesa, virtut, lluita, empatia, amistat...

Els trencaments i les pèrdues emocionals que han patit les persones adoptades queden reparats pels diferents tutors resilents (parens adoptius, amics, mestres, etc.) que es van

trobant al llarg de la vida i que les ajudaran a ser més fortes davant de les futures adversitats.

La metodologia utilitzada va ser la formalització i l'organització de grups, constituïts per un màxim de 15 joves adoptats a Catalunya o de diferents països que tinguessin entre 18 i 25 anys, aproximadament.

Els grups van ser conduïts per dos professionals, amb habilitat comunicativa, experts en l'àmbit de la infància i l'adolescència adoptada, adscrits i treballadors de l'ICAA. Calia crear un clima de molta confiança i de bona relació amb els tècnics conductors del grup i entre els membres integrants, calia fomentar la bona comunicació i la participació, calia respectar totes les opinions i el ritme de cadascú, sense pressionar, calia saber posar-se en el lloc de l'altre, mostrar-se sensible i amb capacitat per escoltar i entendre.

Es van preveure sis sessions d'una hora i mitja en cada cas i amb una periodicitat mensual.

En la primera sessió volíem crear un espai de confiança i coneixement, per potenciar la participació de tots els integrants del grup. Vam treballar el concepte de resiliència i vam crear vies de comunicació.

"Vinc per curiositat, per conèixer nois adoptats, això m'ajudarà molt. Hi ha dies que aconsegueixo oblidar-me que soc adoptat. M'és molt complicat parlar-ne amb els meus pares adoptius i amb els meus amics; ells no són adoptats, no m'entenen. He de tenir confiança en el grup per compartir sentiments i emocions", Marcel, 20 anys, adoptat a Catalunya.

En la segona sessió volíem fomentar la identificació entre iguals, connectar amb les experiències dels altres i amb el significat de l'abandonament i les pèrdues.

"Als 18 anys vaig anar a Romania i no vaig trobar-hi ningú. El centre on jo havia viscut estava en runes. Vam trobar un educador. Vaig agafar una pedra, hi vaig escriure una data i la guardo a la meua habitació. També guardo un peluix que tenia de petit. Quan hi penso, em ratllo. Teniu sort els que heu trobat els vostres orígens familiars", Miquel, 22 anys, adoptat a Romania.

L'objectiu de la tercera sessió va ser connectar amb les diferències ètniques, oferir recursos i identificar-se amb una persona adoptada que havia fet un procés de treball personal de superació d'aquestes dificultats.

"Són escasses les oportunitats en què podem escoltar l'experiència en primera persona dels adoptats transracials. Les nostres veus són noves en el món de l'adopció, per això és important fomentar espais en què les nostres experiències puguin ser escoltades i sobretot compartides. He rebut molts insults, a vegades em diuen negra de merda", Pilar, 22 anys, adoptada a la República Dominicana.

En la quarta sessió volíem ajudar a connectar amb les emocions viscudes, a saber-les gestionar, a donar una visió positiva sobre un mateix i a potenciar l'autoconeixement personal.

"Tinc por de no aconseguir el que vull. És la inseguretat. Soc molt exigent, em valoro poc, em frustro. Em fa por de no ser mai feliç", Eduard, 25 anys, adoptat al Nepal.

En la cinquena sessió volíem aprofundir en l'experiència adoptiva, les vivències i els sentiments. Volíem escoltar el relat d'una persona adoptada i intentar conscienciar els membres del grup de la necessitat de donar temps i d'un possible treball personal, si calia.

"Els meus pares no m'entenen, no em saben ajudar, van a teràpia. He patit molt temps una depressió. Sempre callo el que sento i el que em passa, per no fer patir els meus pares. Jo també anava a teràpia. Tinc molts problemes i necessito ajuda per superar-los", Alexis, 22 anys, adoptat a Rússia.

"Durant anys he anat a molts psicòlegs i no m'ha servit mai de res, no m'entenien. Ara he anat a veure un professional especialista en adopció, i per primera vegada he pogut parlar de tot el que sento. Veig que, per fi, de seguida m'ha entès", Núria, 19 anys, adoptada al Nepal.

En la sisena i última sessió, l'objectiu era treballar les dificultats de vinculació i comunicació entre pares i fills adoptats, i connectar amb els sentiments contradictoris de la persona adoptada en relació amb la família adoptiva i la família biològica. Vam voler tenir el testimoni d'una mare adoptiva.

"Jo, en moments de ràbia, també he pensat que la meva mare adoptiva no era la meva mare, no m'he atrevit a dir-l'hi mai, però ho he pensat, i això m'ha fet molt mal", Raquel, 18 anys, adoptada a Etiòpia.

Els temes més importants que es van tractar van ser:

- **L'acceptació.** "Jo, des de petita, sé que soc de la Xina. Em sentia molt rebutjada. Era rancorosa amb la cultura i les persones xineses. Sempre he volgut ser d'aquí. No m'agrada com soc, però soc així", Alba, 19 anys, adoptada a la Xina.
- **L'acompanyament.** "Participo en un grup de castellers, em va molt bé. Aprenem a confiar en la gent, a parlar molt, a entendre'ns, a superar-nos, a ajudar-nos i a saber que tots som importants", Roger, 19 anys, adoptat a Bulgària.
- **La baixa autoestima.** "De seguida que algú em diu alguna cosa bona i positiva m'hi apropo, vull que sigui la meva parella, suposo que és per la meva baixa autoestima", Laura, 21 anys, adoptada a Guatemala.
- **La culpabilitat.** "Jo he conegut la meva mare biològica. Em sento culpable. Em sento responsable, sento que l'he de cuidar. Quan era al Nepal la cuidava. No la puc oblidar. Em crec que ho controlo tot, però no és cert. Intento pensar que jo no soc la culpable del que va passar, del meu abandonament. La meva família biològica no em va poder cuidar", Maria, 24 anys, adoptada al Nepal.
- **Les diferències racials.** "En arribar em sentia molt diferent, massa rossa, massa blanca... Finalment ho he d'acceptar. Tots som iguals i diferents", Marina, 22 anys, adoptada a Rússia.
- **L'esforç.** "Quan vaig arribar de Rússia em va costar adaptar-me i incorporar-me a l'escola. Tot eren dificultats, no entenia el que em deien. La meva ment va esborrar el rus, per esforçar-me més i aprendre el nou idioma. Els meus pares no volien que oblidés el rus, però m'era impossible. Em vaig esforçar molt, va ser horrible. Vaig patir assetjament durant dos anys a l'escola; ningú ho sabia, ni els meus pares, no els vaig dir res per no fer-los patir. Plorava molt, sempre sola", Tània, 23 anys, adoptada a Rússia.

- **La família.** "Sempre et sents diferent de la resta, pel fet de ser adoptada. Quan miro els meus pares adoptius, a vegades els veig com uns desconeguts. Són la meva família, però en el fons són uns desconeguts", Ana, 23 anys, adoptada a Bulgària.
- **La inseguretat.** "M'agrada molt escoltar-vos. En general, tots som molt insegurs. He de confiar més en mi. Els professors em diuen que no sigui tan exigent amb mi mateix, sempre faig un esforç extra perquè l'altre m'accepti. En l'esport, entreno el doble que els altres, per fer-ho millor. Necessito tant agradar als altres!", Santi, 22 anys, adoptat a Nicaragua.
- **La mentida** (com un mecanisme o recurs de defensa per aparentar i poder explicar una versió o història d'un mateix que permeti no ser tan diferent dels altres). "Carrego moltes coses del meu passat. No vull explicar res de la meva vida a altres persones que no em coneixen i no són adoptades. Per exemple, a la directora de l'escola bressol on faig les pràctiques no li vaig voler reconèixer que, a mi, de petita mai ningú m'havia explicat un conte. No m'agrada dir que soc adoptada", Raquel, 23 anys, adoptada a Romania.
- **La por.** "Jo sempre tinc molta por. La por em bloqueja, em quedo en blanc. Imagino coses que no són. Quan anava a l'escola tenia molta por, intentava pensar que no passava res, però sempre tenia por. Quan tenia tanta por, ja no anava a classe, no podia", Sílvia, 22 anys, adoptada a Madagascar.
- **La ràbia.** "Per mi això és una traïció. Mai podré conèixer el meu pare biològic. Em fa molta ràbia que la meva mare biològica m'abandonés. Em costa molt parlar d'aquest tema. Em sento molt culpable. No ho puc entendre. Jo no vaig demanar néixer, la culpa la té ella. Per mi, la meva història és única.. Els meus pares adoptius em donen consells, però ells no tenen la meva vida. La meva vida és foc. A mi em van abandonar", Sergi, 25 anys, adoptat a Catalunya.
- **La recerca d'origens.** "Tu neixes d'una mare i la necessites. Encara que sigui bona o no, és la teva mare, i si aquesta t'abandona... Les persones adoptades tenim un buit al cervell. Et preguntes qui ets. Nosaltres no sabem d'on hem vingut. Voldria tenir la imatge de la meva mare biològica i saber per què em va abandonar. He de fer alguna cosa, però no sé el què. Tinc molta por. No vull fer mal als meus pares adoptius. Voldria avançar en la recerca, però no sé què fer. A vegades idealitzo la meva família biològica. Què hauria estat de mi si no m'haguessin abandonat?", Daniel, 22 anys, adoptat a Colòmbia.
- **La soledat.** "Jo també he patit molta angoixa. Vaig estar tres anys molt malament, fatal, no sabia el que em passava. Crec que és degut al fet que de petita em van abandonar. Em sentia rara. A l'escola em feien sentir diferent i jo no entenia per què els altres em veien diferent. En fer-te gran, tens por. Sempre m'he sentit molt sola. Tenia amics, però em sentia molt sola", Cristina, 25 anys, adoptada a la Xina.
- **La superació.** "Estic molt malament amb mi mateixa. És una tortura la convivència amb els meus pares, no sé què fer per estar millor amb ells. No em saben escoltar, em sento jutjada, m'abaixen l'autoestima, em sento que no valc res, amb la seva ràbia em fan sentir que no valc la pena. He patit una forta depressió, no sabia com superar-me. Intento explicar als meus pares el que em passa. Quan vaig néixer, em van abandonar, no vaig tenir pares fins als 4 anys i mig. Per mi és molt dur d'acceptar. Quan em van adoptar, els meus pares van

intentar que em sentís part de la seva família, però em sentia perduda, no entenia res, no sabia el que era estimar. He hagut de superar moltes dificultats en la meva vida, com ara l'assetjament a l'escola, la meva discapacitat per la síndrome alcohòlica fetal que tinc... I moltes més coses. Segueixo lluitant, no sé ni com. Sempre fujo dels problemes, no els sé gestionar. Ara necessito sentir-me bé amb mi mateixa. A vegades penso que no vull ser en aquest món, voldria desaparèixer i no viure ni un minut més en aquesta vida. Els meus pares no accepten que tenen una filla diferent de la que esperaven. Sé que no he sigut la millor filla per a ells, sé que no soc com ells voldrien que fos, crec que no m'accepten com soc. No sento l'estima i l'afecte de les persones; és com si el meu cor fos fred com el gel, em bloquejo. Sempre busco l'estima de la meva família i els amics", Laura, 23 anys, adoptada a Ucraïna.

- **La tristesa.** "Sento molta ràbia i sobretot molta tristesa, per tot el mal que m'han fet, per les seqüeles que m'han deixat les ferides i per l'esforç que faig cada dia per superar-les", Luis, 23 anys, adoptat a El Salvador.

Abans d'iniciar la participació en els grups, es va decidir mantenir una entrevista individual de selecció de cada possible jove participant amb tècnics del recurs.

En aquesta entrevista calia concretar si era el moment adequat perquè el jove entrevistat s'integrés al grup, tenint en compte el seu moment evolutiu. En algun cas es va determinar que el jove no estava en disposició de poder-hi assistir (per conflictivitat greu en la relació familiar, per dificultats de comportament, etc.).

Per treballar certs temes vam utilitzar material escrit, algun vídeo o pel·lícula, i des de l'inici vam comptar amb la col·laboració de persones relacionades amb el món de l'adopció que van aportar la seva experiència professional i personal al grup i que van ser els catalitzadors de l'experiència grupal i es van erigir com a referents d'un tema concret que es treballaria en una sessió.

Així, per exemple, vam poder gaudir de l'explicació de l'experiència personal d'una persona adulta adoptada afrodescendent que va aportar les seves vivències i reflexions al voltant de les diferències racials i les conseqüències en la construcció de la seva identitat adoptiva. Aquest tema va permetre poder parlar i reflexionar sobre temes relacionats amb experiències d'assetjament a l'escola, l'aïllament social, el racisme i les dificultats en la construcció d'una identitat positiva al llarg del cicle vital i en l'acceptació de les diferències.

D'altra banda, la col·laboració d'altres professionals qualificats va permetre l'organització d'un taller sobre les emocions per poder expressar la ràbia, la por, la inseguretat i el dolor que moltes vegades acompanyen l'experiència prèvia d'adopció (pèrdues significatives, abandonament, maltractaments, negligència i altres situacions traumàtiques i doloroses) i, també, per poder parlar obertament de la família biològica i d'experiències personals en relació amb la recerca dels orígens biològics, cosa que ha permès als joves poder-se aproximar a situacions molt complexes i difícils d'abordar per si mateixos.

Un altre objectiu específic era poder connectar amb les emocions, les frustracions i les dificultats dels pares adoptius, a través de l'experiència personal d'una mare adoptiva d'un jove de l'edat dels participants. El jove havia patit un procés força complicat, amb

problemes de comportament i de relació amb els pares. La mare va explicar com van donar resposta als reptes que comporta la paternitat adoptiva.

La nostra pretensió era poder donar eines als joves per empatitzar i comprendre les debilitats, les pors i les fortaleeses dels pares adoptius perquè, d'alguna manera, poguessin entendre que tots formen part d'una mateixa realitat i que entre tots poden millorar-la i viure-la en positiu. Si un pot entendre les seves dificultats i fortaleeses i les de la resta de la família, pot entreveure què pot ajudar o no a resoldre conflictes o a millorar les relacions personals i familiars.

En els set grups hi van participar un total de 90 joves adoptats a diferents països (Bolívia, Brasil, Bulgària, Colòmbia, El Salvador, Equador, Etiòpia, Guatemala, Índia, Israel, Madagascar, Mèxic, Nepal, Nicaragua, Panamà, Perú, República Dominicana, Romania, Rússia, Tailàndia, Ucraïna, Xile i Xina) i a Catalunya (adopció nacional). Malgrat que eren grups força heterogenis, tant pel que fa a l'edat com al país d'origen i la situació personal, familiar i social, tots van iniciar i acabar la seva participació en les 6 sessions.

Només un jove de 18 anys, adoptat al Brasil, va interrompre la seva assistència en el grup. La demanda inicial va ser de la seva mare, que, molt preocupada, ens havia explicat la situació que feia temps patia el seu fill:

"Ha viscut tres anys en centres per causa del seu comportament desestabilitzador. És molt explosiu, l'han expulsat de moltes escoles. Ell vol entrar al món, però la seva manca d'habilitats socials li ho fa molt difícil. Està molt sol. Ens demana conèixer altres joves per compartir els problemes que té. No encaixa en cap grup d'iguals. El troben rar, no accepten que sigui diferent. Els grups d'iguals no entenen ni accepten les diferències," Mercè, mare de l'Eloi, de 18 anys, adoptat al Brasil.

És important remarcar la reacció de preocupació, empatia i solidaritat dels altres participants del grup al saber que el jove ja no assistiria a les darreres sessions.

"Com el podem ajudar? És difícil ajudar una persona que no es deixa ajudar. Suposo que sap que té moltes dificultats per tenir amics, i abans que nosaltres no l'acceptéssim, decideix marxar del grup. Em sap greu la seva actitud. En el grup l'hauríem intentat ajudar. Nosaltres sabem posar-nos en la pell de l'altra persona per entendre el seu patiment. No el podem jutjar", Pilar, 23 anys, adoptada a l'Índia.

Algun dels joves participants, arran de les dificultats de convivència en el domicili familiar, vivien de manera autònoma i eren independents dels pares. Alguns d'ells venien també en secret, ja que no volien explicar la seva participació en els grups als seus pares.

"La meua mare volia que marxés de casa; doncs ja he marxat. M'agradaria que de tant en tant em truquessin, però no ho fan. Vaig alguna vegada a veure'ls, sobretot el meu germà. Vaig preguntar al meu pare per la meua mare i em va dir que estava bé. M'hauria agradat que m'hagués dit que es preocupava per mi, que pensava en mi, que tenia ganes de veure'm", Ramon, 22 anys, adoptat al Brasil.

Tenim clar que amb els grups Kintsugi vam aconseguir l'objectiu principal plantejat: poder oferir un espai grupal de suport i orientació al jove adoptat mitjançant l'intercanvi d'experiències, inquietuds, preocupacions i reflexions compartides entre els membres del grup d'iguals.

Pel que fa als objectius específics marcats, també van ser assolits. Vam haver d'escollar, observar, comprendre sentiments i emocions, ser empàtics, ser respectuosos amb el comportament de cadascú i donar missatges de responsabilitat i d'acceptació. Vam intentar remarcar la vàlua de cadascú com a persona, fomentant la confiança en un mateix, potenciant la seva fortalesa i resiliència, creant una autoimatge positiva i una adequada autoestima.

Vam confirmar que el jove, en aquesta etapa de la seva vida, i més si té característiques racials diferents de les de la seva família adoptiva, prefereix compartir el seu món emocional i la seva problemàtica específica amb el grup d'iguals. Aquesta necessitat d'integració i pertinença al grup els fa sentir iguals a algú.

L'experiència va ser molt satisfactòria tant per als joves participants com per a les seves famílies adoptives i per als professionals.

En general, les famílies dels joves atesos es van mantenir al marge del desenvolupament de les sessions. Cal tenir en compte que era un espai adreçat exclusivament als joves. Malgrat tot, vam anar recollint i atenent les demandes i les inquietuds d'algunes d'aquestes famílies adoptives relacionades amb la situació del seu fill/a i la seva participació en el grup.

«Us escric per donar-vos les gràcies per aquestes trobades. El meu fill està pletòric cada vegada que torna de la trobada. Avui ha quedat amb tres o quatre dels joves participants per anar a la platja! És la primera vegada que sortirà amb amics. Ahir al vespre explicava a casa: "Pares, sabeu que els adoptats tenim tots una característica molt dura? És que ens han abandonat, i és molt difícil trobar algú amb qui compartir-ho." Tant de bo es mantinguessin aquestes trobades, sobretot per a aquells que, com el meu fill, tenen moltes dificultats de relació. En aquest entorn és una altra persona, la sensació és que se sent com a casa. Moltes gràcies a tots els que hi heu col·laborat!», mare de l'Adrià, de 20 anys, adoptat a Guatemala.

A tots ells se'ls va reconèixer l'esforç realitzat en assistir i participar en aquests grups.

Els joves van poder establir relacions personals molt satisfactòries, a través de trobades fora de la institució i grups de WhatsApp que ells mateixos van crear. Van anar quedant alguna vegada fora de les sessions grupals i així evitaven la sensació d'aïllament i solitud, en alguns casos.

"M'ha agradat molt participar en aquestes trobades. Per fi he trobat un grup de persones que m'entenen i que han passat les mateixes experiències que jo. L'altre dia, al sortir d'aquí, vam anar a dinar plegats. Parlant, ens van passar les hores molt ràpid. Tenim tantes coses per explicar-nos i per compartir! Hem creat un grup de WhatsApp per comunicar-nos i seguir quedant", Manel, 22 anys, adoptat a Tailàndia.

En alguns casos, el grup pot significar l'inici d'un treball de caràcter més terapèutic i individual. L'ajut terapèutic individual pot conviure-hi i ser complementari en aquells casos en què ja existeix prèviament. La simultaneïtat de la participació en els grups i el treball terapèutic sempre serà positiva i enriquidora.

L'EXPERIÈNCIA

Aquesta experiència que l'ICAA va posar en marxa l'octubre de l'any 2014 amb l'organització dels grups de suport als joves adoptats, els grups Kintsugi, ens va permetre conèixer de primera mà i amb una certa profunditat quines són les preocupacions, les necessitats i els neguits personals dels joves adoptats en relació amb la seva pròpia experiència adoptiva i com aquestes necessitats vitals influeixen en la seva vida quotidiana.

Vam poder confirmar que el grup de joves suposava una gran ajuda per a tots ells, ja que per primera vegada podien compartir amb altres persones adoptades experiències doloroses, sentiments contradictoris i desitjos que mai no s'havien atrevit a expressar obertament. En el grup van trobar un espai on poder compartir tot un seguit d'experiències vitals comunes i similars en la majoria dels joves adoptats.

Molts dels joves participants havien patit en silenci greus dificultats durant la seva infància i no havien pogut compartir les seves preocupacions i angoixes vitals amb les persones més significatives del seu entorn.

"No vaig poder compartir amb la meua família adoptiva el més important de la meua vida: la por i la ràbia de ser diferent. Em feia mal quan la meua mare no donava importància al *bullying* que patia a l'escola. Vaig deixar d'explicar-li tot el que estava patint", Carme, 24 anys, adoptada a Catalunya.

La por d'un nou abandonament, la necessitat d'agradar i de ser acceptats per les persones més significatives, molt especialment pels pares adoptius, feien que evitessin la manifestació oberta de sentiments més profunds i punyents, que quedaven bloquejats i reprimits en el seu món interior. Les persones adoptades pensen que aquests sentiments no són bons i que poden ferir o molestar les altres persones —una expressió més de la baixa autoestima que tenen les persones adoptades i de la desconfiança bàsica que pateixen. Creuen que no poden compartir el seu dolor més profund amb les persones de més confiança precisament per por de perdre aquesta confiança, per por que la relació es malmeti.

"La meua mare m'estima molt, em vol entendre, però no sap com ajudar-me, no sap com fer-ho. Tinc molta por de perdre els meus pares. Por de l'abandonament. Por que desapareguin les persones que més estimo i necessito. Tinc molta ràbia, em costa expressar-los el que sento. Necessito que els meus pares m'abracin. Em sento molt sola, vull tenir el meu moment amb la meua mare", Marta, 24 anys, adoptada a Rússia.

I, aleshores, el dolor, el patiment i la ràbia acumulats que no s'han pogut expressar obertament s'acaben expressant d'una altra manera: a través d'una malaltia psicosomàtica o bé en dificultats a l'escola, de comportament o de relació amb els altres.

"Tinc atacs de ràbia, i a vegades la trec amb agressivitat. Aguanto fins que exploto. Un dia vaig arribar a les mans amb el meu pare. Tinc molta por de fer-los mal", Joan, 22 anys, adoptat a Colòmbia.

El fet que puguin gaudir d'un espai de confiança on poder compartir, per fi, tot allò que durant molt de temps, per por, han guardat dins el seu món interior els resulta alliberador i terapèutic.

Alguns dels joves participants, malgrat ser capaços de connectar amb el seu dolor més profund, no van poder-lo expressar i compartir obertament en l'espai de confiança que els oferia el grup d'iguals. Malgrat assistir a totes les sessions del grup, van mantenir-se amb una actitud només d'escolta, però una escolta molt atenta i profitosa, ja que en aquests casos sabem que poder escoltar allò que els passa a través de la veu d'una altra persona adoptada els és molt útil i beneficiós.

Com que hi havia una identificació amb altres persones que havien viscut situacions similars, podien reconèixer i acceptar millor alguns sentiments que havien estat reprimits i ocultats.

"El meu fill no vol parlar de la seva adopció. Està molt tancat en si mateix, li costa expressar el que sent. Suposem que és per no fer-nos patir i per això no ens explica res del que li passa pel cap. Escoltar els altres joves li ha anat genial. Està més tranquil. En el suro de la seva habitació té penjades les vostres fotografies", mare del Marc, 20 anys, adoptat a Bulgària.

El grup es va convertir en una caixa de ressonància per a tots ells: tot el que se sentia es podia expressar, per dolorós que fos, i tot es podia acceptar sense por.

Els participants podien reconèixer que allò que els feia sentir tan malament era una experiència o una emoció compartida per tots ells; per tant, ja no ho vivien com una cosa rara i ja no calia evitar-ho o ocultar-ho com si fos un sentiment no acceptable, un sentiment que provoca en l'adoptat un patiment intern, viscut en silenci.

En definitiva, les experiències de cada jove servien com a mirall als altres membres del grup i el grup es convertia en un lloc segur, on es podia parlar de tot, sense prejudicis ni por de no ser compresos o acceptats.

"Aquest grup em permet connectar amb persones molt especials i puc parlar del que sento, del que he patit. M'adono que no soc l'únic que passo per moments durs", Manel, 23 anys, adoptat a Romania.

Nosaltres vam participar en la creació d'aquest recurs des de la plena convicció que aquest espai seria una ajuda i una eina per trencar el silenci i l'aïllament social que molts joves adoptats pateixen.

"Fa temps que no surto de casa. He deixat els estudis. No tinc amigues. Em fa il·lusió conèixer altres noies. No tinc ningú amb qui parlar, ningú que m'escolti i m'entengui", Pilar, 23 anys, d'origen marroquí, adoptada a Catalunya.

El grup de suport es va convertir en un recurs per enfortir els processos de socialització i la creació d'una identitat adoptiva positiva.

Un cop iniciada l'experiència grupal, vam plantejar-nos com a objectiu prioritari la premissa psicològica bàsica que el terapeuta italià Luigi Cancrini va expressar en un dels seus articles: "Si el dolor és excessiu i s'afronta en solitari (com hem vist que passa en molts adoptats), es transforma en destructiu. Si la persona (adoptada) està connectada amb altres persones i pot posar-hi paraules, el dolor es converteix en una experiència de creixement." En definitiva, compartir i acceptar el dolor com a oportunitat per créixer, cosa que no és gens fàcil i que segurament requereix una maduració personal.

El dia a dia de l'experiència grupal amb els joves adoptats ens confirmava aquesta premissa bàsica, i el grup s'anava convertint en un recurs terapèutic sense que inicialment ens haguéssim plantejat aquest objectiu.

L'empatia, la comprensió i la solidaritat que mostraven tots els participants eren la manifestació més habitual davant de les dificultats de l'altre.

Segons Boris Cyrulnik, expert en resiliència, compartir l'experiència pròpia amb altres facilita que la vivència emocional d'un trauma pugui ser més fàcilment superada. La clau rau en la interpretació de la persona que escolta, que pot ajudar a construir un nou relat, més reparador i integrador de la història personal.

Una jove de 21 anys adoptada a Rússia deia, en relació amb el grup de joves: "Venir al grup i comprovar que el que jo sentia ells també ho havien sentit em va ajudar molt. Ara no em sento sola. En el grup em sento valorada, em sento especial."

Aquesta afirmació és l'expressió clara que, sovint, els joves adoptats se senten diferents, tenen una baixa autoestima i un sentiment de poca vàlua.

A vegades, les diferències evidents pel que fa al caràcter racial i ètnic no són acceptades internament i són viscudes externament des del rebuig i el racisme. Per això, la identitat adoptiva és, molts cops, viscuda com a negativa. Els joves adoptats tenen una baixa autoestima i rebutgen sovint la seva condició d'adoptats, cosa que pot conduir a comportaments de ràbia i d'autodestrucció.

Aquests sentiments negatius i la consegüent inseguretat en les relacions socials sovint els porten a patir un aïllament social, a sentir-se exclosos i rebutjats, en definitiva, a tenir poques relacions socials significatives i duradores.

Un jove de 23 anys, adoptat a Bulgària quan tenia 7 anys, comentava en relació amb el grup de joves: "M'adono que no soc l'únic que he passat per moments durs. Qui no ha patit un abandonament no ens pot entendre. Per mi l'adopció és una segona oportunitat."

Aquest mateix jove havia patit el rebuig i la percepció negativa del que significava per a la gent del seu entorn el fet de ser, en primer lloc, adoptat i, en segon lloc i sobretot, d'ètnia gitana. El seu nom propi l'assenyalava com a persona d'origen estranger i, alguna vegada, un dels seus caps laborals li havia aconsellat amagar la seva condició d'adoptat, la seva procedència de l'Europa de l'Est i els seus orígens ètnics, ja que pressuposava que el coneixement d'aquest origen per part dels clients de l'empresa on treballava podia crear suspicàcies i pors, fins al punt que li va proposar que es canviés el nom per un altre de més propi del nostre país.

Òbviament, aquesta experiència va provocar en el jove adoptat un fort sentiment d'infravaloració, de no ser acceptat pels seus orígens. Molts dies, en arribar a casa després d'una llarga jornada laboral, es posava a plorar desconsoladament, envaït per sentiments de poca vàlua i de tristesa per no ser com els altres volien que fos. Finalment, ajudat pels seus pares adoptius, el jove va decidir deixar la feina i reivindicar el seu nom i els seus orígens com a trets vàlids que el feien únic i especial.

En Carles, un noi de 19 anys adoptat a Nicaragua, va poder expressar, després de moltes sessions grupals sense dir res, que per a ell ser adoptat era una tortura. Aquesta afirmació tan dura i contundent expressava tot el seu patiment intern —pel fet de ser

diferent, d'haver estat abandonat i de patir diverses pèrdues emocionals significatives al llarg de la seva curta vida—, que segurament havia viscut abans de l'adopció i que, malgrat que l'adopció fos un recurs o una solució al seu abandonament primari, continuava existint. Ell, en definitiva, hauria volgut que les coses haguessin anat d'una altra manera en la seva vida, però a poc a poc les havia d'anar acceptant.

Moltes persones pensen que l'adopció pot “curar” o ajudar a reparar els múltiples traumes de la persona adoptada. Sovint, sense un treball terapèutic intens per part d'un professional i un suport incondicional per part de la família adoptiva, aquesta reparació no s'aconsegueix fins anys més tard, si és que realment s'arriba a aconseguir del tot.

Poder expressar en el grup d'iguals que la seva vida era una tortura pel fet de ser adoptat va suposar reconèixer el dolor i la ràbia interna que patia en silenci, poder anar construint una versió de la seva experiència adoptiva més positiva i, alhora, poder reconèixer i acceptar tot allò de positiu i enriquidor que els seus pares adoptius li havien donat amb tota seguretat.

Quant a l'experiència alliberadora que va suposar la participació en el grup de joves adoptats, voldríem remarcar el grau elevat d'incomunicació que molts dels joves patien o havien patit en relació amb els seus pares o altres persones significatives del seu entorn.

La Maria, de 20 anys, adoptada a Catalunya al cap de pocs dies de néixer, explicava que amb els seus pares no podia parlar sobre la seva adopció. O la Jennifer, de 21 anys i adoptada a Colòmbia amb 4 anys, comentava amb molta tristesa que havia intentat parlar amb els seus pares sobre el seu passat i els seus orígens i que ells no volien parlar-ne.

Els comentaris d'aquestes dues persones adoptades poden semblar exemples extrems, rars i poc habituals en la realitat adoptiva actual, però, encara que ens sorprengui, segueixen existint greus dificultats de comunicació entre pares i fills adoptius, sovint basades en pors i temors infundats.

Pors i inseguretats que té l'adoptat de poder parlar obertament de tot allò relacionat amb els seus orígens i el seu passat i pors i inseguretats que, sens dubte, també tenen els pares adoptius de parlar amb els fills de temes que segurament són dolorosos, com els motius del seu abandonament o els motius pels quals van optar per l'adopció. Ens trobem, doncs, davant d'un tema clau en el món de l'adopció: el motiu real pel qual van voler ser pares adoptius.

“Jo valoro molt els pares que fan l'acompanyament als fills. És una sort tenir pares que t'acompanyin, t'escoltin, t'entenguin. Els meus pares no han superat el fet de no poder tenir fills biològics, estan molt dolguts per això. Quan ho vaig descobrir, sentia molt ressentiment i vaig deixar de parlar-los un temps”, Pau, 24 anys, adoptat a Xile.

Sabem que el motiu per adoptar pot condicionar posteriorment el tipus de vincle que es pugui crear amb el fill adoptiu. Sabem, també, la importància de compartir aquest motiu amb la parella i d'haver seguit un procés d'elaboració conscient i d'acceptació de la possible infertilitat i, finalment, sabem que aquest dolor profund pot encara subsistir en el món intern dels pares i crear inseguretats i sentiments contradictoris després de l'adopció.

La Cristina, de 20 anys, adoptada quan tenia 3 anys a Rússia, tenia una gran capacitat per poder expressar tot allò que sentia i patia dins seu en relació amb l'adopció. "No m'agrada ser adoptada, tinc moltes pors", deia. La Cristina és una noia molt intel·ligent però, alhora, quedava paralyzada per una immensa inseguretat personal; era capaç de saber-se a la perfecció tot un temari d'una assignatura i en el moment de fer l'examen, per por de fracassar, no presentar-s'hi.

Malgrat que els professionals, els pares i nosaltres li podíem dir que era una persona amb recursos i amb capacitats, fins i tot per sobre de la majoria de persones de la seva edat, era incapaç de superar la por i la gran inseguretat. No podia permetre's tenir èxit, havia de fracassar sí o sí, no podia ser que una persona com ella, tan poc valorada, abandonada i menyspreada pels pares biològics, fos capaç de tenir èxit i fos acceptada pels altres. La por d'un nou abandonament o d'un nou fracàs la paralyzava d'una manera inconscient.

«No m'agrada que em diguin coses positives. A la majoria de nosaltres no ens agrada que ens diguin coses bones... em fa sentir malament, em bloqueja. Si algú em diu que m'estima, em costa molt creure-m'ho. Costa creure't que ets bo en alguna cosa. M'he de repetir "soc bona, soc bona..." perquè em costa pensar-ho.»

També en aquest mateix sentit, la Carla, de 23 anys i adoptada a l'Equador amb 6 anys deia de si mateixa: "M'han quedat moltes seqüeles en la meua manera de ser i de relacionar-me amb els altres per la història viscuda. Les meves amigues no m'entenen. Les relacions amb els altres estan plenes de fracassos i abandonaments. Moltes d'aquestes ruptures són provocades per la meua por i la meua inseguretat quan m'he de relacionar."

Molts joves donaven mostres obertament en el grup de la vivència d'una construcció de la seva identitat adoptiva de forma negativa, d'un aïllament social i d'una comunicació que els feien sentir-se persones amb una discapacitat i amb pocs recursos personals. Aquesta vivència interferia negativament en les seves emocions i relacions personals. De vegades s'hi afegia el diagnòstic d'algun desordre mental.

"La meua filla va començar a tenir problemes a l'escola quan tenia 11 anys. Va estar 4 anys medicada i mal diagnosticada. Va deixar d'anar a l'escola de manera continuada", diu el pare de la Laura, de 24 anys i adoptada a Catalunya.

En aquest sentit, un objectiu important del grup de joves era ajudar-los a construir una identitat adoptiva positiva, fer-los sentir que, malgrat el passat dolorós i la ràbia que tenien molts d'ells, eren, sense cap mena de dubte, persones úniques, resilients i sensibles, persones que havien sobreviscut a situacions molt difícils, i que aquestes situacions les havien fet més fortes, més empàtiques i competents a l'hora de poder donar suport i ajuda als altres. En definitiva, que eren persones valuoses per als altres i per a la societat.

"Les nostres cicatrius ens recorden com som de forts", Sònia, 20 anys, adoptada a Madagascar.

L'objectiu d'aconseguir passar d'una identitat adoptiva negativa, plena de pors i inseguretats, a una identitat adoptiva acceptada plenament i viscuda com a positiva es pot potenciar amb la participació en un grup de joves, que els ajudarà a confirmar que tenen moltes coses en comú i a comprovar que, malgrat tot, són persones úniques,

lluitadores, fortes i molt especials. Recordem la utilització de la metàfora del kintsugi per explicar-ho. La percepció d'una vivència adoptiva en positiu s'enforteix sessió darrere sessió grupal, amb l'ajut de tots els participants.

Encara que en llegir aquest article un pot pensar que el relat està ple d'experiències negatives i de situacions personals difícils i que aquestes no són extrapolables a la majoria de la població adoptiva, en realitat estem parlant de situacions emocionals i personals molt freqüents en els joves adoptats, que es poden fer més o menys evidents però que d'una manera o altra sempre hi són.

El nostre objectiu no és ressaltar les dificultats sobre la mesura de l'adopció, sinó oferir una visió des de la nostra experiència grupal d'una realitat adoptiva complexa i que cal tenir molt present.

La parentalitat adoptiva és molt més complexa que la parentalitat biològica. La filiació adoptiva necessitarà, per part de tots els implicats, una visió realista, gens idealitzada i que pugui ajudar a superar les dificultats de vinculació i a construir una personalitat tan sana i madura com sigui possible.

L'adopció pot ser una bona mesura per a un infant desemparat, i els pares adoptius han de ser persones preparades i motivades per mantenir i demostrar un vincle incondicional amb el fill adoptat, malgrat les dificultats que puguin sorgir durant la seva criança.

Sense voler, però inevitablement, vam observar com les conseqüències de participar en un grup de joves adoptats repercutien de forma directa en el seu entorn més immediat, molt especialment en els pares adoptius, i molts ens feien arribar el seu agraïment: "El nostre fill té molts problemes de relació i dificultats per fer amics. Assistir al grup de joves li està servint per sentir-se valorat", deien els pares d'un jove de 19 anys adoptat a El Salvador.

Aquesta implicació i preocupació dels pares adoptius, malgrat que els seus fills fossin adults i majors d'edat, ens va fer adonar que era realment necessari que els pares adoptius també tinguessin el seu propi grup de suport. És evident que entre pares i fills es crea una sinergia, es retroalimenten els uns als altres. És evident que les pors i les inseguretats no tan sols existeixen en els joves adoptats, sinó també en els pares adoptius, i que molts d'ells les pateixen en silenci i en solitud.

Els pares adoptius són persones entregades i molt sensibles al patiment dels seus fills adoptats. Davant de certes dificultats, sovint necessiten consultar diferents especialistes i, tal com passa amb les persones adoptades, pateixen en solitari i en silenci. Tenen la por que se'ls pugui considerar uns pares incompetents, que no saben fer les coses prou bé i es poden sentir responsables de les dificultats.

Conscientment o inconscientment, aquest sentiment pot limitar les possibilitats de cercar solucions al patiment familiar, i el fet de tenir un espai de confiança, on puguin compartir experiències similars amb altres pares, els allibera d'aquesta pressió social i els permet parlar de sentiments i experiències que els poden semblar no acceptables.

Un cop han pogut expressar lliurement el seu patiment és el moment de poder cercar explicacions i solucions a les dificultats que durant anys han patit en solitari.

Ens vam adonar que si podíem donar suport grupal a uns i altres podíem facilitar la comunicació i la comprensió entre ells i ajudar-los a interpretar correctament els comportaments i les relacions establertes. Al poder gaudir d'un espai de suport mutu i d'acompanyament, els reptes de ser pares adoptius i els reptes de ser fills adoptats podien ser més satisfactoris.

A tots ells, pares i fills, els volem donar les gràcies pel gran esforç per superar les diferències, les pors i les inseguretats inherents a una filiació tan complexa com és l'adoptiva.

Finalment, els autors d'aquest article, que vam tenir la sort d'organitzar els diferents grups de joves adoptats i de participar-hi, volem acabar amb les paraules del Marc, un jove de 19 anys, adoptat a Rússia, amb un diagnòstic de síndrome d'alcoholisme fetal: "Per mi sou com la meva família: en el grup puc parlar, m'escolteu, m'hi trobo bé. Per cert, quan farem una festa tots plegats?"

BIBLIOGRAFIA

Cancrini, L. (2021). *El desafío de la adopción. Crónica de una terapia exitosa*. Ed. Morata.

Cancrini, L. (2021). *Escuchar a los niños: psicoterapia de la infancia negada*. Ed. Eleftheria.

Cyrulnik, B. (2019). *Salvate, la vida te espera*. Ed. Debate.

Cyrulnik, B. (2021). *Psicoecología. El entorno y las estaciones del alma*. Ed. Gedisa.

FAMÍLIES

Els fills adopten els pares

FAMÍLIA OLIVELLA RIPOLL

La nostra història d'adopció és una història plena d'il·lusions, esperances, ansietat, fracassos, violència verbal i física, pujades d'adrenalina, baixades de sucre, ajut professional i èxits grans i petits, moltes alegries i, sobretot, amor incondicional.

Creiem que cal parar atenció a la paraula *incondicional*, perquè la incondicionalitat és el sentiment racional i innegociable que ha servit per tornar al punt de partida quan les coses han anat malament —o molt malament, com més endavant explicarem.

Sabem que com a pares la nostra funció és criar, ajudar a créixer i formar en valors i educació, tot molt predeterminat i potser previsible. Però la nostra relació inicial amb els fills (adoptats) es basa en una gestació que ha crescut al nostre cor i al nostre cervell i que en el futur crearà una realitat diferent.

Al marge del que diguin les lleis i els drets dels menors, en la correlació de forces que es dona en l'adopció, el factor inicial dominant són els pares i no es té en compte la incògnita dels fills. Els fills es visualitzen com a éssers que arriben "buits" a l'adopció. La correspondència dels adoptats es dona per feta. I també es dona per fet que el desig d'esdevenir pares és un sentiment tan fort i tan noble que per si mateix farà que des del primer contacte ja existeixi el vincle afectiu i amorós i siguem una família. Tot molt sincer, amb els sentiments a flor de pell, i amb una màgia que farà que els fills ens estimin des del primer moment.

I res més lluny de la realitat. La descoberta de la motxilla plena de drama que arrossegueu els nostres fills adoptats, fins ara invisible als nostres ulls, posa punt final a tots els apriorismes, als sentiments màgics imaginats i et fa prendre consciència de la magnitud del compromís adquirit.

I dubtem de la nostra capacitat, de la nostra formació i de les nostres forces, fins i tot de la nostra capacitat d'estimar, i aquesta és l'angoixant i inestable superfície sobre la qual construirem la nostra família. Anar i venir, anar i tornar, i espantar-te quan veus el que et falta, quan t'adones que no tens prou recursos i que algunes coses en la nostra manera de fer hauran de canviar, si encara creiem que adoptar val la pena.

Aquesta és la nostra història. Una història composta de cinc vivències, perquè va ser una adopció múltiple que ens va convertir en família nombrosa en un segon, sense transició.

Aquesta història que volem explicar tracta justament del trencament del pensament màgic i l'assumpció de la realitat, amb les seves ombres, però també amb les seves llums, que finalment han il·luminat les nostres vides, totes cinc.

Per raons de confidencialitat i respecte a la intimitat, intentarem parlar de manera genèrica, amb noms inventats i sense referències que ens puguin identificar més enllà que som una família de Barcelona (atès que la localització també té la seva importància en aquesta història).

Com que el text l'hem escrit entre tots dos, parlarem de nosaltres amb inicials, A. la mare i J. M. el pare.

Els processos pels quals arriba una persona o una parella a voler adoptar a l'estranger són tan diversos i personals com diverses i diferents són les persones que volen adoptar; per tant, cada adopció és única, i per això no sabríem dir què cal fer o no fer en cada cas.

Abans de començar a escriure, vam preguntar als nostres fills si tenien cap inconvenient que ho féssim, i tots tres van dir que no.

La nostra història és una història amb un final feliç. I amb intermedis feliços també. No sempre les coses van malament. Hi ha moments fantàstics al costat de moments horribles. La nostra convivència familiar ha estat difícil, molt difícil, però també gratificant i plena.

Nosaltres, els pares, tenim molts germans. Tots dos som de famílies nombroses, de sis i de cinc germans, respectivament. Per tant, per a nosaltres és una cosa normal tenir més d'un fill. Coneixíem moltes parelles que primer havien adoptat un nen o una nena d'un país i al cap d'uns anys decidien adoptar-ne un altre, de vegades fins i tot de països amb cultures molt diferents. Ens semblava estrany i forçat aconseguir que dos infants que venien de dos mons diversos poguessin sentir-se bé junts: que un ja formés part de la família i llavors aparegués l'altre ens semblava que era afegir dificultats a un procés ja complex per si mateix.

Sempre havíem cregut que, com que el procés d'adopció és lent i complicat, valia la pena fer-ho de cop. Tots dos teníem clar que no volíem un fill únic. Per això, des del principi, vam pensar en dos. A més, si pogués ser, dos germans, perquè crèiem que no se sentirien tan sols.

Les nostres germanes, les nostres cosines i les companyes de feina s'havien quedat embarassades sense problemes. Quan van decidir tenir fills, els van tenir i punt. Nosaltres estàvem convençuts que ens passaria el mateix. Ni per un moment ens havia passat pel cap la possibilitat de tenir problemes d'aquest tipus.

Vam començar a viure junts als 22 anys. Teníem moltes coses a fer abans de tenir fills: estudiar, viure sense obligacions que ens lliguessin gaire (crèdits, hipoteques), aconseguir una feina que ens agradés i poder fer una bona carrera professional (cosa no gens fàcil amb les professions que havíem escollit), viatjar, passar-nos-ho bé, etc. I resulta que, quan vam decidir tenir fills, A. va quedar embarassada després d'un any llarg d'intentar-ho, però abans dels tres mesos perdiem la criatura. L'embrió no creixia. Aquest no és l'espai per parlar de com és de dolorós tenir un avortament no desitjat, una experiència molt traumàtica, sobretot a nivell psíquic.

Al final, tips que no funcionessin els molts tractaments de fertilitat que vam fer tant l'un com l'altre, vam començar a pensar en la possibilitat d'adoptar.

I aquí va començar una altra llarga carrera d'OBSTACLES amb majúscula: burocràcia, lentitud, maltractament institucional... Et fan sentir culpable perquè no adoptes un nen malalt o discapacitat, et sents examinat com a parella —calia veure si érem idonis per tenir un fill. Als pares biològics els demanen tenir el certificat d'idoneïtat? Racionalment, s'entén perfectament que cal passar per una sèrie de proves perquè l'Administració no pot donar un nen sense controlar a qui el donen. Però han pensat com se senten els pares examinats? És bastant humiliant.

No ens volem desviar del tema d'aquest capítol. Primer vam pensar a adoptar a l'Índia perquè tenim una cunyada que és de Mumbai, però quan portàvem dos anys de tràmits van tancar les adopcions allà i vam haver de començar de nou. Vam preguntar a la mateixa Direcció General d'Atenció a la Infància i Adolescència (DGAIA) per un país que fos més àgil i que fos fiable del tot, i en aquell moment Mèxic estava funcionant molt bé.

El nostre expedient va anar a parar a San Luis Potosí i va estar-se tres anys allà sense tenir-ne notícies. Finalment, després de trucar diverses vegades nosaltres mateixos des de Barcelona directament als departaments governamentals que se n'ocupaven i després d'uns quants mesos d'espera, van descobrir —ells i nosaltres— que l'expedient s'havia perdut amb els canvis de governs municipals i federals. Per tant, havíem de començar de nou.

Això també és desesperant: la llarguíssima espera, la impotència i les muntanyes de papers i documentació que s'han de presentar i que no s'acaben mai.

Per sort, van aparèixer les ECAI (Entitats Col·laboradores d'Adopció Internacional). Vam tornar a fer l'expedient per a Mèxic DF, però ja no nosaltres sols, sinó assessorats i acompanyats per gent que en sabia més que nosaltres.

Vam haver de tornar a esperar... fins que un migdia va sonar el telèfon fix de casa (aleshores no hi havia mòbils). Era la DGAIA: l'A. estava sola i li van dir que hi havia tres germans que estaven a punt de ser adoptats per una parella de Mallorca, però que finalment havia dit que no i que nosaltres érem els següents de la llista. Eren una nena de 7 anys i dos nens de 4 i 3 anys. Li van dir que ens ho penséssim i que els responguéssim un cop haguéssim reflexionat. No us podeu imaginar l'emoció d'aquell moment. L'A. no podia creure que per fi tinguéssim una proposta en ferm. Va dir que sí, que ja dèiem que sí, i li van contestar que s'esperés, que en parlés primer amb el seu marit, però l'A. va respondre que estava segura que el seu marit també diria que sí. I a partir d'aquí va començar la nostra nova vida.

Des d'aquell moment comences a imaginar-te de veritat com serà tot. Com canviarà tot. Quan et diuen que seran tres germans, una nena i dos nens, ja te'ls imagines corrent per casa, dinant a taula, jugant...

N'havíem parlat molt del perquè de tanta insistència a tenir fills. Nosaltres dos estàvem molt bé com a parella, podíem continuar així molts anys més, fins i tot era una gran complicació en les nostres vides professionals tenir fills, però després de pensar-hi i parlar-ne molt teníem un gran desig de poder cuidar algú, de veure créixer un ésser petit, de protegir-lo, d'ensenyar-li coses, d'estimar-lo, de compartir els nostres valors, les nostres experiències, les nostres famílies i la nostra vida amb ell. Havíem participat de l'experiència fantàstica dels nostres germans que havien tingut fills, gaudíem dels nostres nebots, els vèiem créixer, canviar, aprendre... i volíem tenir també els nostres fills i compartir amb ells la nostra vida.

El dia que els coneixes, que els veus per primer cop, el primer instant, és un moment inoblidable. Suposem que és molt semblant al dia que veus per primer cop el teu fill biològic. Et queda gravat per sempre a la memòria. I com que el recordes tantes vegades i tan vivament, amb el pas del temps vas entenent reaccions, mirades i gestos. Els pots interpretar, hi penses molt i t'ajuda a entendre moltes coses.

No explicarem els detalls de com vam arribar allà. Només vam tenir un dia per situar-nos i l'endemà ja teníem els tres nens amb nosaltres, per sempre, les 24 hores. No ho sabíem. Pensàvem que hi hauria un procés d'adaptació, d'unes quantes hores cada dia, però no: els vam conèixer i ens els van donar per sempre. Estàvem molt atabalats, intentàvem estar pendents de tot, sobretot d'ells, de parlar amb ells, de contactar amb ells, però també de no descuidar-nos de preguntar res important. No havíem fet cap llista de preguntes perquè ens pensàvem que a l'orfenat ens donarien molta informació, però no va ser així.

Ho van fer molt bé, encara que no ens ho semblés aquell dia. Ens van dir: "No cal que us expliquem gaires coses. Es tracta que us aneu coneixent i tot anirà funcionant. De totes maneres, ens podeu trucar per fer-nos qualsevol consulta o per demanar-nos qualsevol cosa que necessiteu."

Nosaltres esperàvem en una habitació, asseguts en una taula rodona amb la directora del centre, i es va obrir la porta i va entrar un nen corrent que va saltar directament a la falda del J. M. El va abraçar, li va fer un petó ràpid a la galta i li va disparar: "*Hola, papá, soy Pablo. ¿Me comprarás unos patines?*"

Darrere del Pau va entrar la Guadalupe, amb els ulls molt oberts, mirant-nos de dalt a baix a tots dos. Va saludar, molt educada, i es va enganxar a la paret. Ens observava, somreia nerviosa i intentava mantenir una conversa amable.

Al Francesc el portava a coll una cuidadora. No va dir res i es va deixar agafar sense problemes. L'A. el va agafar, però qui ens amoïnava més era la Guadalupe. Estava nerviosa, tensa i intentava ser molt amable. Nosaltres també estàvem nerviosos i també intentàvem ser molt amables amb ells. Tot plegat era una situació vertiginosa.

El que estem intentant explicar és que de cop i volta ens va canviar la vida, a nosaltres i a ells. De cop i volta i per sempre tot seria diferent. Per a nosaltres era molt dur, però estàvem preparats, en teníem moltes ganes, molta il·lusió. Havia estat una decisió molt meditada i racionalitzada. Però... i els nens? Com es van sentir? Estaven morts de por. Es van portar tan bé el primer dia... Els devien haver repetit fins a la sacietat que sobretot fossin molt educats, que es portessin bé, que diguessin a tot que sí. Segur que els ho van dir amb tota la bona intenció, però que difícil devia ser per a ells contenir-se d'aquesta forma... I tan petits, com ho podien entendre? Els primers dies van ser uns nens exemplars.

N'hem parlat després moltes vegades amb ells, però els dos nois no se'n recorden. La Guadalupe recorda alguna cosa i reconeix que estava angoixadíssima. No sabia res de nosaltres i ens els emportàvem ves a saber on, a ella i els seus germans petits.

Les emocions i la tensió esgoten físicament. Quan vam arribar a la casa que havíem llogat, ja no podíem més de cansament. Havíem deixat el dinar mig preparat, però no teníem ni idea de què menjaven i què els agradava. El 1999 a Barcelona no hi havia tanta multiculturalitat com ara. Potser hi havia un parell de restaurants mexicans o d'altres països i segurament molt exclusius. Crec que només hi havia restaurants xinesos. Els dies següents vam anar descobrint les *tortillas* mexicanes, els *frijoles*, els *elotes*, els *tamales*, els *chilaquiles*... menjars totalment desconeguts per a nosaltres i absolutament normals per a ells.

Posem-nos a la seva pell i al seu cap, on bull un garbuix d'emocions. Després, amb el temps, reconstrueixes l'escena: els nostres futurs fills coneixen dues persones, els han dit que seran els seus pares a partir d'ara, que se'ls emportaran a una casa desconeguda i que al cap de pocs dies se'ls enduran a un país desconegut on no tindran cap referència. La sensació ha de ser terrible.

Per sort teníem uns coneguts a DF que havien viscut uns anys a Barcelona. Un dia que vam anar a casa seva van ensenyar a la Guadalupe un llibre de fotos de Barcelona i li van explicar que era una ciutat molt maca i molt segura, que hi feia molt bon temps i no hi havia *temblores* (terratrèmols) ni inundacions. La Guadalupe ja parlava amb més confiança amb nosaltres i ens va dir: *"Yo ya estoy de acuerdo en que ustedes sean mis padres, pero lo que no entiendo es por qué no buscan trabajo aquí y nos quedamos todos a vivir aquí. ¿Por qué nos tenemos que ir a un país que no conocemos de nada?"*

Té tota la lògica del món. Ells són els infants i, en canvi, són els que han de fer el sacrifici més gran de desarrelament absolut, encara que les arrels que hagin pogut construir siguin poques. Els adults intentàvem argumentar que això no podia ser perquè a Barcelona teníem una bona feina, la família que ens esperava... però a ella la nostra família li era absolutament igual. És més, ja li havia costat prou adaptar-se a nosaltres mínimament i ara a sobre havia de conèixer un munt de gent nova que en principi no li interessava gens? Això no ens ho va dir llavors, és clar, no s'atrevia encara, però ens donava pistes de què li passava, de com se sentia.

No sé si li passa a tothom, però els nostres fills s'atreveixen a dir més coses sentimentals per WhatsApp que cara a cara. A nosaltres ens sorprèn, però és així. Quan són davant teu, els costa més expressar els sentiments. Fa pocs mesos l'A., des de la feina, va escriure un WhatsApp al Pau: "Pau, gràcies per ser com ets. No canviïs mai." I ell li contestà una cosa molt bonica: "Ha, ha, ha, no penso canviar, però rectifico una cosa: no hem de canviar mai. Som un conjunt familiar fantàstic i l'hem creat nosaltres, entre tots."

Tenim més exemples d'aquestes expressions d'afecte (sempre per WhatsApp). La Guadalupe ens va escriure un dia: "No m'imagino ningú millor per adoptar que vosaltres." I un altre dia: "No hauria pogut tenir uns pares millors en mil adopcions que poguéss haver assajat." I encara: "No sé a quina divinitat he d'agrair que hagueu estat vosaltres els que ens hagueu adoptat i no unes altres persones." I el Francesc contínuament ens envia cors, petons o ens diu que som els millors. Ens estimen molt, moltíssim, tant com nosaltres a ells. I ens han adoptat absolutament. Si d'una cosa estem orgullosos és que entre tots hem aconseguit crear uns vincles afectius molt forts, uns vincles familiars veritables i duradors. I això ens fa molt feliços com a pares.

Creiem que hem aconseguit dues coses fonamentals: aquests vincles afectius tan sòlids i el fet que hagin incorporat uns valors i uns principis ètics que els fan ser **bones persones**. Ens referim a ser generosos, solidaris, a estar disposats a ajudar sempre els altres, a ser amics fidels, a tenir cura de la família...

En això ens ha ajudat molt el nostre entorn familiar. Com ja hem dit abans, tots dos tenim famílies nombroses i, a més, molt unides. Ens van donar tant suport abans, durant i després del procés d'adopció que no els ho podem agrair prou mai.

Vam anar a buscar-los el 1999. Ara sembla mentida, perquè la tecnologia informàtica ha evolucionat molt ràpid, però llavors els mòbils no eren tan freqüents ni existia el WhatsApp, ni pràcticament el correu electrònic. Només el germà de l'A. tenia correu electrònic per la seva feina, i podíem parlar amb ell a través de l'amic mexicà que tenia accés al correu electrònic a la universitat. Però no era fàcil ni ràpid, perquè ell rebia el correu, l'imprimia i quan li anava bé ens el portava. Normalment ens comunicàvem per carta. En vam escriure moltes.

La família del J. M. llogava cada estiu un apartament per passar les vacances tots junts, i aquell any en van estar buscant expressament un que tingués telèfon (fix, és clar) per poder trucar-nos a la casa de Mèxic. Vam fer muntanyes de fotos mentre érem allà. Les portàvem a revelar de seguida per enviar-les per correu, perquè les nostres famílies es morien de ganes de conèixer els nostres fills. Tots dos trobàvem molt a faltar la família. Somiàvem que arribés el dia de ser per fi a casa, perquè sabíem que no ens sentiríem tan sols, que ens donarien suport, que ens aconsellarien a l'hora de prendre decisions importants i, encara que semblava prosaica, que ens ajudarien en la feina domèstica quotidiana.

Ja us podeu imaginar l'arribada a Barcelona: va ser espectacular. Crec que les nostres famílies omplien mitja sala de l'aeroport: pares, germans, tiets, cosins, nebots, amics... Tots amb flors, regals, llaminadures... Però el més important ha estat tot el que va venir després: com ens van ajudar en temes logístics, com per exemple anar-los a buscar a l'escola quan nosaltres treballàvem, o quedar-se'ls un cap de setmana tots tres perquè nosaltres poguéssim fer una escapada i descansar, o portar-nos menjar cuinat...

Però, per sobre de tot, cal destacar el suport emocional incondicional i l'amor pels nostres fills. Tenen molts cosins de la seva edat, sobretot per la banda del J. M., i quasi tots són nois (a l'estiu, durant les vacances familiars, ells sols ja formaven un equip de futbol). Cada dissabte ens trobàvem tots a dinar a casa dels pares del J. M. i després passàvem la tarda junts a la placeta del davant jugant. Allà, l'avi patern els va ensenyar a anar amb bicicleta, la iaia els feia el millor dinar del món i sempre tenia el congelador ple de gelats per a ells. Els avis van fer una gran feina d'acollida familiar, però les germanes de tots dos i el germà de l'A. van fer una feina excel·lent d'explicar als seus fills i filles petits que de cop i volta tindrien tres cosins més, que no serien nadons, sinó de la seva edat.

I la integració familiar va tenir uns efectes balsàmics i facilitadors de moltes coses. Perquè, tot i que la Guadalupe es queixava al principi d'haver de relacionar-se per força amb tanta gent desconeguda, després va veure que això li servia per poder rebaixar la pressió emocional d'haver de compartir tot el temps amb nosaltres.

Mentre érem a Mèxic la relació més difícil va ser amb la Guadalupe. A mesura que passaven els dies, ella veia que els pares que li havien tocat no eren com se'ls havia imaginat. Sobretot l'A. no complia gens les seves expectatives de com havia de ser una mare. Per exemple, la Guadalupe no entenia que l'A. no es maquillés, que no portés sabates de taló, però sobretot li retreia que no sabés cuidar prou bé els seus germans. L'A. procurava fer-li preguntes, consultar-l'hi tot, i de vegades funcionava, però altres vegades li contestava que s'espavilés, que per això ella era la mare.

Tampoc sabia pentinar-la i això li sabia molt de greu. L'A. no ha tingut mai traça per fer una cosa tan simple com trenes o altres pentinats i la Guadalupe no ho podia entendre.

Per sort, ho compensava amb altres coses com dibuixar, explicar històries o inventar-se contes.

Anàvem sovint a un parc molt gran que hi havia a prop de la casa on vivíem a Mèxic. Una tarda es va enfadar amb el J. M. i va començar a córrer i la vam perdre. Era un parc amb molts camins i ens va costar trobar-la. Ens vam angoixar molt, i els seus germans també.

La Guadalupe volia tornar a l'orfenat. Els seus raonaments eren clars: a nosaltres no ens coneixia de res i no li agradàvem. A l'orfenat s'havia sentit cuidada i estimada. No podíem tornar-hi, però sí que podíem trucar-hi i parlar amb la directora per fer qualsevol consulta. Quan ja no sabíem què fer, vam trucar-li i li vam explicar el que ens estava passant amb la Guadalupe. La directora va ser contundent i ens va dir que volia parlar amb ella per dir-li que, si tornava a l'orfenat, als 18 anys la faria fora i no tindria cap tipus d'ajuda, i en canvi a nosaltres ens tindria sempre. Per tant, havia de fer l'esforç d'adaptar-s'hi, si no ho feia per ella, almenys que ho fes pels seus germans. Nosaltres li vam dir que ens semblava molt dur que li diguéssim això i ella ens va contestar que la Guadalupe tenia molta capacitat per entendre el seu missatge i que calia ser molt directa. La veritat és que, segons la reacció de la Guadalupe, ens va semblar que ho havia entès i que havia assumit la nova situació, encara que totalment a contracor.

Els dos nois eren més fàcils de tracte. De fet, mai s'han barallat entre ells. Sempre han fet molta pinya. S'estimen molt i de petits els nois obeïen cegament la Guadalupe. D'alguna manera sabien que ella els havia protegit sempre. Fins i tot moltes vegades, quan nosaltres els donàvem alguna ordre o els dèiem que aniríem a tal lloc el cap de setmana, ells miraven la Guadalupe demanant aprovació.

Al principi parlàvem amb ells en castellà per facilitar la comunicació. Però entre nosaltres dos parlàvem òbviament en català. Ràpidament vam descobrir que no podíem parlar de segons què davant de la Guadalupe perquè ens entenia. La Guadalupe estava alerta constantment, vigilant, ens espiava, remenava les nostres coses. Això ens molestava molt fins que vam entendre que volia tenir tota la informació possible sobre nosaltres.

Durant el viatge amb avió a Barcelona —van ser unes quantes hores—, ella no va dormir gens ni mica. Tenia els ulls ben oberts, ens feia patir molt perquè se la veia molt espantada i nosaltres sabíem que no aconseguiríem tranquil·litzar-la. És dolorós veure patir així una criatura. Saps perfectament que trigarà molt temps a confiar en tu plenament i és una feina que has d'anar fent cada dia, amb cada paraula que li dius, amb cada gest. Guanyar-te la seva confiança costa molt. I, a més, quan t'equivoques, quan perds els nervis o quan estàs molt cansat i no respons adequadament, tornes a perdre molts punts i t'adones que has de tornar a començar quasi des del principi.

Això és esgotador, i ens va passar amb tots tres nens. Era més evident amb la Guadalupe, perquè era molt capaç d'expressar clarament les seves frustracions, i era molt més difícil d'interpretar amb el Pau o el Francesc. El Pau patia en silenci, s'amagava sovint, tenia por de la foscor, va tenir problemes de control d'esfínters fins als 10 anys, i en l'adolescència va començar a tenir conductes passives de negociació i d'omissió. El Francesc feia unes rebequeries terribles, incontrolables, amb explosions de crits i plors, i era impossible calmar-lo. Sovint acabava esgotat i era incapaç de dir per què s'havia enfadat.

L'estrès emocional que porten aquests infants a sobre és brutal. Creiem que part d'aquest estrès el provoca la incertesa constant de què passarà l'endemà, el fet de no poder deixar-se anar mai del tot i de no poder confiar que les persones que els estan cuidant no els abandonaran mai.

A l'escola del barri on els vam apuntar els van rebre molt bé. Vam tenir molta sort amb les primeres mestres de tots tres. El primer curs del Pau a Barcelona va ser P4 i va tenir una mestra fantàstica. Un dia es va amagar sota la taula de la mestra i se li va abraçar a les cames. La mestra li va preguntar per què ho feia i si volia alguna cosa i el Pau li va preguntar que si voldria ser la seva mare quan la mare que tenia ara ja no ho volgués ser més. A la mestra li van saltar les llàgrimes i a nosaltres també quan ens ho va explicar.

Els repetíem sovint que nosaltres no els abandonaríem mai. I ells no s'ho acabaven de creure. De fet, encara ara, fa poc més d'un any, després d'haver passat una situació molt complicada amb el Francesc, amb 25 anys ens va dir en un espai terapèutic familiar que ens havíem equivocat adoptant-lo perquè no era prou bo per a nosaltres. Que havíem d'haver adoptat un nen que s'hagués portat bé, que no ens hagués causat problemes, que hagués estudiat... En definitiva, encara ara el Francesc segueix pensant que no és prou mereixedor de ser el nostre fill. Creuen que els van abandonar perquè eren dolents. És terrible aquest estigma que arrossequen i és molt difícil que se'l treguin de sobre.

I vam començar amb les teràpies: de diversos tipus i per diferents motius. Cada un d'ells necessitava coses diferents.

La mestra de P3 del Francesc ens va dir que havia consultat l'Equip d'Assessorament Psicopedagògic (EAP) perquè tenia dificultats amb la parla i la motricitat. També tenia dificultats a l'hora de fer seriacions simples: era incapaç d'ordenar tres vinyetes amb un ocell, un ou i un niu, per exemple, i explicar la seqüència. Nosaltres ja havíem observat algunes coses... Quan menjava, si s'enfadava, de vegades s'omplia la boca però no s'empassava el menjar. Un cop va estar amb la boca plena d'aigua sense empassar-se-la quasi 10 minuts. Era molt orgullós i tossut de petit, i la seva forma de protesta era fer coses com aquesta.

El Pau es comunicava molt poc. Tenia el problema del control d'esfínters i va començar una teràpia que va tenir èxit. Li van donar l'alta, però ens van advertir que la seva adolescència seria molt complicada. No ho vam entendre aleshores perquè el Pau no ens donava cap problema: era relativament dòcil, aprenia molt ràpid, sempre estava content i tenia molts amics. Però després vam descobrir que la terapeuta tenia raó.

El Francesc va ser el primer a anar al psicòleg a causa del diagnòstic de l'EAP: logopèdia, psicomotricitat, lateralització... I després hi va anar la Guadalupe.

Seguíem tenint molts conflictes d'acceptació de l'autoritat amb ella: vam arribar un 9 de setembre a Barcelona i el dia de la Mercè (el 24 de setembre, quan portava aquí just quinze dies) vam tenir una discussió al passeig de Gràcia i se'n va anar. Va ser capaç d'anar fins a casa de l'àvia, demanar-li les claus de casa nostra i esperar-nos allà. Com podia conèixer els carrers, si feia tan poc que era a Barcelona? Quan ara ha llegit això ens ha dit que es fixava contínuament per on passàvem. Estava en alerta constant per si de cas.

Vam passar una hora angoixant. La vam buscar pels carrers del voltant d'allà on érem. Els seus germans també patien moltíssim. Estàvem desesperats. Llavors a l'A. se li va

acudir trucar a casa dels seus pares des d'una cabina, sense saber ben bé per què, potser per explicar el que ens havia passat o per demanar ajuda, la veritat és que no ho recordem. Quan la seva mare va despenjar el telèfon, amb veu preocupada li va dir que la Guadalupe feia poc que s'havia presentat a casa seva i li havia demanat les nostres claus. Li havia dit que l'havíem deixat tornar a casa sola i que nosaltres ja hi aniríem després. A la meua mare li havia estranyat molt, però la Guadalupe l'hi havia dit tan convençuda que li va donar les claus. Vam quedar-nos de pedra. Vam tornar a casa amb una barreja de sensacions, sobretot d'alleugeriment perquè ja sabíem on era i que no li havia passat res, però també de ràbia, d'enuig, d'un disgust profund... Vam arribar a casa i estava asseguda a la nostra taula del despatx mirant-nos desafiant. L'A. va anar directa cap a ella i va intentar donar-li una bufetada. Ho va intentar, perquè ella li va parar el cop i l'hi va tornar. L'A. estava tan nerviosa que s'hauria enganxat amb ella a bufetades com mai ho havia fet amb ningú si no arriba a ser perquè les vaig separar i finalment les vaig calmar. L'A. estava molt enfadada i molt rabiosa! La Guadalupe era capaç de treure-la de polleguera.

L'A. no sabia que podia cridar tan fort fins que no els vam tenir a casa a Barcelona. Deia que li sortien uns crits impressionants de la profunditat de l'estómac. Fins i tot ella mateixa se sorprenia de la seva potència de veu. Perdia els nervis i cridava d'impotència i de cansament. I cridar no servia de res, és clar. A la Guadalupe li servia per reptar-la encara més i als nens, per espantar-los. Una vegada s'estaven discutint amb la Guadalupe sobre no sé què i l'A. li va cridar en castellà: "*No me lo creo, te enteras?*" Aquesta frase s'ha fet viral en el nostre espai familiar i l'hem repetida tots centenars de vegades recordant, entre rialles, la manera tan dramàtica com l'A. l'hi va dir: "*no* (pausa) *me* (pausa) *lo* (pausa) *creo* (pausa), ¿*te enteras?*" Ha estat terapèutic recordar-la tot rient.

El Francesc també ens treia de polleguera i l'A. començava a cridar sense control. S'estranyava molt perquè no recordava haver cridat mai a ningú d'aquesta manera. A casa, amb els seus germans, es barallaven i podien ser molt cruels, però no cridaven tan fort. A l'escola tampoc. I, en canvi, de cop i volta, quan el Francesc es tirava el plat per sobre enmig d'una enrabiada, o no es volia vestir al matí per anar a l'escola o es plantava al mig del carrer i no volia seguir caminant si no li compràvem alguna cosa, a l'A. li sortien uns crits horribles! El Pau s'espantava moltíssim i se n'anava a un racó a amagar-se. Sabíem que aquesta escena li estava recordant moments terribles del passat. I l'A. se sentia molt culpable. La pitjor de les mares. Perdia els nervis amb massa facilitat. No servia per fer de mare.

I a les nits tots dos fèiem el repàs del dia i entonàvem el *mea culpa*. Consideràvem que ens havíem cregut massa valents. Parlàvem de l'error tan gran que havíem comès. Ens havíem ficat en un atzucac, ens sentíem atrapats i el pitjor de tot és que veiem clarament que aquest estat de tensió permanent duraria anys, molts anys, i no sabíem si tindríem prou força per aguantar-ho. Estàvem esgotats i només portàvem uns mesos.

S'havien de fer un munt de coses quotidianes que no havíem previst: visites al pediatre (i això que vam tenir sort i estaven molt bé de salut), portar-los a l'escola i a les extraescolars, tenir-ho tot a punt per a l'endemà -perquè un feia gimnàstica, l'altre tenia música i havia de portar la flauta i l'altre necessitava un mapa mut d'Europa i se n'havia recordat a les deu de la nit. La cuina sempre estava plena de plats per rentar, no ens podíem saltar ni un dinar ni un sopar... Sabem que això els passa a tots els pares,

independentment de si tenen fills biològics o no, però nosaltres havíem passat de zero a tres fills en un segon, i aquesta situació no tenia marxa enrere.

Més o menys al cap d'un any de conviure, vam decidir demanar ajuda per poder millorar la nostra relació amb la Guadalupe. Per la seva formació i professió, l'A. té contactes amb psicòlegs i va contactar amb una persona de molta confiança. Ens va citar a tots tres (els pares i la Guadalupe) i la primera entrevista va ser molt aclaridora.

Vam entrar al despatx i la Guadalupe va agafar una cadira, la va girar i va seure d'esquena a nosaltres amb els braços plegats. Deixava clar que hi havia anat obligada i que no pensava participar en l'entrevista. El terapeuta va ser molt hàbil. Va començar a preguntar-nos a nosaltres com havia anat tot el procés d'adopció i va dir literalment: "Així primer vas anar a buscar la Guadalupe i després d'uns anys vas anar a buscar els seus germans..."

Ell sabia perfectament que no havia estat així perquè l'A. ja l'hi havia explicat abans. Aquesta frase va tenir un efecte immediat en la Guadalupe, que es va girar de cop i va cridar: "Noooo! Ens van anar a buscar a tots tres alhora!" Llavors el terapeuta li va dir: "És clar, així, encara que ets quatre anys més gran que el teu germà Pau, no has pogut estar aquests quatre anys sola amb els teus pares." I, després, ens va dir que en les famílies biològiques el primer fill pot gaudir un temps de l'atenció absoluta dels seus pares, que encara que després en tinguin un altre i un tercer hi ha un temps de dedicació a cada un i d'adaptació de tota la família. Hi va afegir: "I és clar, vosaltres ho heu fet tot de cop i jo crec que això t'afecta, oi, Guadalupe?" "És clar que sí," va respondre ella.

Aquesta intervenció terapèutica ens va fer reflexionar molt. Ens va fer veure que la nostra família era molt diferent de les del nostre entorn. Que havíem de construir una relació que havia començat de cop, forçada per situacions externes. D'altra banda, el terapeuta havia estat molt hàbil, però la Guadalupe també: segur que aquest no era el motiu principal de la seva oposició cap a nosaltres. Però va saber aprofitar la frase per tenir una excusa per poder participar en la sessió de teràpia. A partir d'aquí vam seguir parlant, la Guadalupe va exposar les seves queixes i nosaltres les nostres i vam poder arribar a petits pactes.

El terapeuta ens va derivar a una psicòloga especialitzada en adopcions que, per a nosaltres, per a tots cinc, ha estat la taula de salvació. És la nostra "psicòloga de capçalera". Ha estat anys tractant la Guadalupe i després el Pau i a nosaltres ens ha aclarit molts dubtes i ens ha donat moltíssimes pautes d'actuació, i sempre hem pogut comptar amb ella en les situacions més difícils que hem viscut. Ha estat disponible a qualsevol hora i qualsevol dia. Aquest suport constant i la seva flexibilitat ens han ajudat moltíssim a suportar i superar coses que no enteníem i que no sabíem com gestionar.

Els infants tenen una capacitat d'adaptació impressionant. És admirable amb quin sentit comú i naturalitat van canviant la seva forma de fer per adaptar-se a l'entorn que els ha tocat viure. Cada dia ens demostraven la seva permeabilitat. Feia poc que havien començat l'escola i nosaltres anàvem introduint el català i traduint quan no ens entenien. Un vespre estaven tots tres jugant al passadís i de cop i volta la Guadalupe es va dirigir als seus germans i els va dir molt seriosa: "*Pablo y Francisco, a partir de ahora vamos a hablar en catalán.*" I va començar a parlar en català amb ells. Els nois van quedar una mica parats, però van continuar jugant en català.

La Guadalupe és impressionant. Mai es rendeix. Lluita i s'esforça fins que se'n surt. Ens ha ensenyat moltíssimes coses i ens en continua ensenyant cada dia. Té una capacitat extraordinària per posar paraules als sentiments i això facilita que pugui comunicar el que sent. Ens ha ajudat molt a entendre-la. L'A. sempre li diu que li agradaria poder tenir aquesta qualitat.

Feia poc temps que érem a Barcelona, els havíem preparat una habitació gran on podien dormir tots tres junts perquè se sentissin millor. Una nit l'A. va sentir que algú plorava fluixet. Va anar a l'habitació i va trobar la Guadalupe plorant sota els llençols. Quan li va preguntar què li passava, va costar molt que s'expliqués, però al final li va dir assenyalant-se l'estómac: "És que busco aquí dins a veure si ja us estimo una miqueta però em sembla que no, que encara no us estimo gens, i això està malament perquè sou els meus pares i us he d'estimar, però és que no em surt." Aquestes paraules van emocionar tant l'A. que li van caure les llàgrimes. Com era possible que fos tan conscient i pogués expressar tan bé aquest sentiment tan profund? Nosaltres no ho hauríem pogut fer tan bé i, en canvi, era la mateixa sensació que teníem nosaltres. L'A. li va dir que estigués tranquil·la, que a ella li passava el mateix, que era impossible que ens estiméssim de cop i per art de màgia, però que el més important és que volíem estimar-nos, que volíem aconseguir ser una família i que ho seríem i ens estimaríem moltíssim. Al final, amb molta voluntat i molts esforços, ho hem aconseguit.

La Guadalupe és el més clar exemple de resiliència: ha lluitat sempre per adaptar-se i tirar endavant i ha estat absolutament conscient de les grans dificultats que han provocat canvis a la seva vida. No ha perdut els records anteriors a l'adopció i llavors ja tenia molt clar el que significaven. A Mèxic vam haver d'anar diverses vegades al jutjat. El jutge considerava que ja era prou gran per expressar la seva opinió i li preguntava com els tractàvem i si se sentia bé amb nosaltres. També li va explicar molt bé que canviaria de cognoms perquè era una adopció plena, i que els nostres pares serien els seus avis, i que els nostres nebots serien els seus cosins, etc. Quan va ser l'hora de registrar-los, el jutge li va explicar que, igual que canviava de cognoms, tenia la possibilitat de canviar de nom i que podia escollir dir-se d'una altra manera. Els seus germans també ho podien fer, però, com que eren petits, seríem nosaltres els que decidiríem el canvi de nom. No ho vam fer, es diuen igual però en català. Ens vam quedar expectants esperant què contestaria la Guadalupe. Ella es deia Itzel Guadalupe i els seus germans li deien sempre Itzel (un nom maia). La Guadalupe va dir que sí, que es volia canviar el nom i es va quedar rumiant uns segons. Al final va dir, molt solemne: "Com que ara començo una nova vida, en comptes d'Itzel Guadalupe em diré... Guadalupe Itzel!" Ens va deixar impressionats una vegada més. Com era possible que amb 8 anys tingués aquesta maduresa emocional? Quina capacitat d'entendre la importància del que estava passant i, a la vegada, decidir que passava pàgina, que començava de nou.

Aquestes situacions ens feien pensar en el moment tan transcendental que estàvem vivint. Aquella decisió potser havia estat la més important que prendríem en tota la nostra vida i la canviaria per sempre. Havíem d'estar disposats a acceptar tot el que vingués, no hi havia marxa enrere possible i començàvem a ser conscients que les dificultats serien grans. Estàvem plens d'il·lusió, però també vèiem el que ens queia a sobre, la responsabilitat enorme que havíem adquirit a tots els nivells. Necessitàvem recursos de formació, no en sabíem prou; necessitàvem tenir en compte els recursos

econòmics amb què comptàvem per a les noves necessitats que anirien sorgint (psicòlegs, dentistes, reforç escolar...). I necessitàvem molt suport de l'entorn familiar i ajut professional especialitzat per no deixar-nos arrossegar pel cansament del dia a dia i mantenir l'esperança que tot aniria bé.

El Pau ens va fer patir molt en l'adolescència perquè era molt difícil entendre què li passava. Sempre havia estat un nen callat i tranquil, però de petit era alegre i comunicatiu. A l'escola tot va anar molt bé fins a tercer d'ESO. El Pau té molta facilitat per la música, entona molt bé i de seguida agafa el ritme i el temps de les cançons. Li agrada moltíssim cantar, i quan anàvem a veure una pel·lícula infantil amb cançons, en sortir del cinema ja podia reproduir alguns fragments de cançons amb la flauta. Per això ens va estranyar moltíssim quan va començar a suspendre l'assignatura de música. Vam demanar parlar-ne amb la tutora i li vam dir que era impossible que suspengués, perquè el Pau a casa tocava la flauta força bé. Quan vam preguntar al Pau què passava, ens va dir que no volia demostrar el que sabia perquè llavors li exigirien cada cop més. Això passava també amb altres assignatures. El professor de matemàtiques ens va ensenyar un examen de tres o quatre fulls que havia suspès: només havia fet els problemes d'una cara i els de l'altra cara, els havia deixat en blanc. El Pau ens va dir com a excusa que no s'havia adonat que també hi havia preguntes a l'altra cara del full. Feia els treballs de l'escola però no els lliurava. Quan li preguntaves per què, quedava en silenci. Va començar a fugir del que no li agradava. Tenia conductes oposicionistes passives. Deixava de respondre si li semblava que li parlaven malament, però mai no s'enfrontava amb els professors ni amb nosaltres i no era agressiu. Quedava bloquejat, amb la mirada perduda, com esperant que la persona que tenia al davant es cansés de dir-li coses, ja que no obtenia cap resposta. Era desesperant. L'A. de vegades li deia que li agradaria poder entrar en el seu cervell per saber què era el que estava pensant o sentint en aquell moment perquè era totalment impenetrable. No expressava cap emoció. Es bloquejava. De vegades el pressionàvem massa i llavors li queien unes llàgrimes en silenci que et trencaven el cor. No aconseguíem que parlés.

El que sempre hem tingut claríssim és que no claudicarem mai. Passi el que passi, vagi bé o malament la nostra història familiar, sempre serem al seu costat. Hem treballat molt per transmetre'ls seguretat i protecció, i això ha estat el que sempre ens ha mantingut fermes i decidits a seguir endavant.

Nosaltres també hem hagut de ser resilents. Hem après a ser-ho a força d'equivocar-nos i a tornar-hi provant una altra estratègia, hem après a ser humils i reconèixer que no teníem solucions per a tot i hem après a entomar situacions molt difícils i a acceptar-les, perquè són els nostres fills i els estimem moltíssim i perquè som la família que hem construït entre tots cinc.

Un altre aprenentatge molt important per a nosaltres com a pares ha estat saber modificar les reaccions en els moments clau. Les reaccions típiques d'enfadar-se, de renyar, de confrontar, de castigar no funcionen en absolut. En els moments realment difícils, de molt risc, has d'acompanyar, i no pas jutjar, i sobretot has de buscar assessorament professional especialitzat i deixar-te guiar totalment pel que et diguin. És molt important. Els professionals saben i t'expliquen en quins moments s'ha de cedir i en quins s'han de posar límits.

T'has de moure en una línia que va des de la tolerància total fins a la tolerància zero. Però has de saber en cada moment quin és el punt exacte. Al final, després de moltes equivocacions, s'aprèn a filar prim. Encara que des de fora no s'entengui la nostra reacció tan permissiva en determinades situacions conflictives, justament és aquesta la reacció adequada, perquè fa que la situació doni el tomb positiu desitjat.

S'han de crear espais de tolerància i de pacte. Cal renunciar al que tu voldries o creus que hauria de ser. Cal deixar la rigidesa i escoltar i parlar molt per poder pactar la sortida al conflicte entre tots. De fet, ningú té les eines apropiades. Hem de ser conscients que la feina l'hem de fer nosaltres. Encara que els nostres fills són un exemple de resiliència, les seves eines de lluita són molt escasses i les han d'anar adquirint a poc a poc. La nostra funció és, doncs, crear un espai de seguretat on, passi el que passi, res no ens farà canviar d'opinió. Cal oferir sempre amor incondicional. I potser en els moments més difícils, alguna cosa dita quasi a l'atzar es converteix en la clau de volta que aguanta tota l'estructura. La nostra filla ens va dir no fa gaire: "Un dia em va dir que no hi havia res que jo fes, per dolent que fos, que faria que em deixéssiu d'estimar." Per nosaltres aquesta ha estat la clau de volta. A més de molt ajut professional i de l'entorn familiar.

A mesura que anem escrivint, ens adonem que moltes de les coses que expliquem també passen amb els fills biològics. Hem intentat explicar què hi ha de diferent, però no estem segurs d'aconseguir l'objectiu d'aquest capítol. Potser una de les diferències més importants és que, per molt que et diguin en els cursos i en les xerrades preparatoris que et fan fer que aquests nens arrossegueu una càrrega emocional traumàtica i dramàtica que sortirà i complicarà la relació amb els pares adoptius, per molt que t'avisin, tot això no serveix de res perquè perds totalment l'objectivitat. Arribes al moment de conèixer els teus fills pensant que no hi haurà cap dificultat a l'hora d'establir un vincle afectiu fantàstic. Els estimaràs tant i viuran en un entorn tan còmode i protector que, per art de màgia, oblidaran tot el seu passat i començaran de zero una nova història vital. Inconscientment, els pares adoptius generem el pensament màgic que tot allò dolent que els nostres fills han passat abans quedarà esborrat al baixar de l'avió.

Naturalment, aquest és un dels errors que descobreixes quan comences a conviure amb ells i en els anys següents. I, llavors, sovint penses que l'adopció és molt més difícil del que sembla. Aconseguir que aquells nens deixin de patir per culpa de la seva història anterior és una causa perduda. Has d'acceptar que, poc o molt, amb ajuda terapèutica o sense, això els ha marcat per sempre més. I costa molt acceptar que tu podràs fer molt, però no podràs esborrar mai el que ha passat abans. Però arriba un moment que a poc a poc vas veient que pots crear una família.

Creiem que l'adopció té tres diferències importants respecte al fet de tenir fills biològics:

La creació de vincles afectius és més complicada perquè els pares partim d'unes expectatives molt altes i els fills ja porten una motxilla d'experiències anteriors sovint negatives.

Els pares adoptius tenim l'avantatge de poder deslliurar-nos de la "culpa" projectant-la en el que els infants han viscut abans. Tant genèticament com ambientalment, de vegades els pares arribem a pensar que els problemes que tenen els nostres fills no els hem creat nosaltres, sinó que són culpa dels pares biològics o dels ambients traumàtics

que han viscut abans. Això és perillós perquè, tot i que consola una mica en moments molt crítics, també et permet pensar que tu ho estàs fent tot el millor possible, que no t'has equivocat en les teves reaccions o en les teves decisions. En definitiva, expulsa la culpa, però encara que això t'ajuda a suportar millor el conflicte, has d'anar amb compte a l'hora d'equilibrar aquesta projecció.

Es barregen dues històries familiars que tenen el mateix pes i que coexistiran sempre, encara que una sigui més inconscient que l'altra. Això s'ha d'acceptar, malgrat que els pares desitgem que s'esborri l'anterior perquè prevalgui la nostra.

Aquest text l'estan llegint els nostres fills i no sempre els agrada el que hem escrit. Tot i que abans d'acceptar aquesta proposta els vam preguntar la seva opinió i van dir que endavant, ara estan sorgint problemes. Per exemple, el nostre fill petit no vol que expliquem res d'ell que permeti que algú el pugui reconèixer. Això és molt difícil de fer. Però hem intentat preservar al màxim la intimitat de tots tres.

Hi ha moltes coses que no hem explicat ni volem explicar perquè pertanyen a l'espai íntim familiar. Són situacions dures: conductes de risc i problemes personals i socials greus, que ens han implicat a tots cinc a molts nivells, a part de l'emocional (escolar, de salut física i psíquica, econòmic, legal, etc.). Aquestes situacions protagonitzades per un o altre fan que la resta de membres de la família estiguin en un estat de tensió, alerta i angoixa constant. No se sap mai quan s'acabarà de patir, i el que ens manté en un estat d'equilibri emocional (molt precari) és el suport incondicional de la parella i dels altres dos fills i fer una pinya per ajudar el que en aquell moment està ficat en l'embolic. Això ens ha permès superar totes les dificultats. Davant d'un problema, n'hem parlat entre tots, i com més grans s'han fet, més han participat a buscar i trobar solucions, i les hem trobat entre tots, amb molt d'esforç sobretot del que ho estava passant malament.

Com a pares hem après moltíssim. Els nostres fills ens han ensenyat moltes coses. Hem modificat les nostres prioritats i hem arraconat molts prejudicis. Els nostres valors s'han anat polint i han perdut característiques supèrflues.

Hem creat entre tots una ètica familiar molt sòlida perquè hem viscut experiències dures que ens han fet plantejar coses que no ens hauríem plantejat mai en una situació familiar més fàcil. I això ens ha fet créixer com a persones i ens ha fet molt forts a tots cinc. Estem orgullosos quan veiem els nostres fills reaccionar davant de situacions injustes, demostrant valors solidaris, fent costat als que ho necessiten, responent sense prejudicis... Tots hem après molt i ens hem fet savis emocionalment.

Nàstia

FAMÍLIA FONTANET LLONCH

Mama, tu com saps que m'estimes? Jo no sé si t'estimo.

Amb aquesta pregunta es despertava i s'adormia la meva filla mesos després d'haver arribat.

La Nàstia va "néixer" un dia assolellat a Txerepànov, Sibèria.

En una sala petita, el despatx de la directora del centre, hi havia un sofà amb un pare i una mare que, nerviosos com jo, esperaven l'arribada de la seva filla. Van entrar dues nenes seguides per la directora. La Nàstia va entrar amb el cap cot i es fregava insistentment les manetes. No puc explicar l'emoció. Tal com m'havien dit quan feia el procés d'adopció, no la vaig agafar ni tocar. Jo només deia: "Anastàsia! Anastàsia! Soc la mare! Soc la mare! Vine!" La Nàstia seguia mirant a terra. Va ser un moment etern. La Tatiana, la traductora, em va dir a cau d'orella: "Mai li han dit Anastàsia. Li diuen el diminutiu, Nàstia."

Aleshores vaig dir-li: "Nàstia! Soc la mare!" Va aixecar el cap i em va clavar els seus ulls blaus. Allà vaig "parir". Literalment, vaig "parir" quan els nostres ulls es van creuar. Encara m'emociono quan hi penso. Em vaig agenollar sense perdre de vista ni per un segon aquells ulls blaus. Li vaig dir: "Ya tebya lyublyu", que vol dir "T'estimo". Em va abraçar. Ens vam abraçar. Sense paraules.

Jo tenia molt clar que el nom que portés el meu fill o filla no el canviaria per res del món. Era com l'única cosa que embolcallava la seva motxilla de gairebé quatre anys. El dia abans de "parir" em van dir: "La teva filla es diu Anastàsia." Em va semblar el nom més maco del món. Però en el moment de néixer es deia Nàstia. Per aquest motiu, tot i que legalment es diu Anastàsia, a casa, a la família, és la Nàstia.

Anastàsia, en grec, vol dir "Tornar a néixer". Ho vaig saber més tard. Quines coses té la vida!

***Mama, jo tinc dos cors. N'estic segura.
Un per a la família i un només per a tu. T'estimo.***

Tenia sis anys quan em va dir això.

No pretenc amb aquestes ratlles explicar tota la història de la nostra petita família. M'agradaria, si pogués, donar una mica de llum a alguna mare, a algun pare, a algunes parelles que, com jo, passen, han passat o passaran moments d'incertesa i de lluita. Molta lluita.

Quan estava fent el procés d'adopció, una de les persones encarregades del curs em va preguntar si jo era conscient que tenir un fill tota sola era molt més complicat que tenir-lo en parella. Aquella frase em va quedar clavada al cap. Segurament perquè jo, que soc una persona insegura, no havia dubtat mai que podia tenir un fill tota sola. Al cap dels anys, cada cop que m'he trobat amb situacions complicades, he pensat en aquella frase.

Al cap i a la fi, l'última paraula en les decisions que jo he pres, no sempre fàcils, era la meva. He defensat el que he cregut millor després d'un batibull per posar-me d'acord amb mi mateixa.

Vaig ser mare sense parella, però amb tota una família que m'acotxava. Sola, sense ningú, hauria estat impossible. Impossible. Gràcies, mareta del meu cor. Gràcies, nenes.

*Jo plorava perquè volia una mama,
però no em pensava que seria tan bona com tu.*

Tenia sis, set, vuit... anys quan m'ho va dir.

Els primers anys de vida de la Nàstia després del meu "part" van ser un regal. Les banyeres infinites plenes de nines, les pel·lícules de la Barbie, les cançons, la bicicleta... Ho recordo tot amb un enyorament tendríssim.

No tot era meravellós. La Nàstia no dormia, tenia migranyes, qualsevol olor la molestava i fins i tot la podia fer vomitar, menjava poquíssim i no parava mai quieta.

Vam arribar a finals de juliol. Jo tenia la baixa maternal fins a principis de gener. En contra de moltes opinions que el mes de setembre em deien "Porta-la a l'escola, que després li costarà més" o "Allà estarà en contacte amb més nens", no va fer la jornada escolar fins al mes de gener. A casa fèiem puzles, pilota per al caldo, enganxàvem gomets... Necessitàvem temps per a nosaltres. Crec que va ser una molt bona decisió.

Amb vint-i-un anys, la Nàstia continua dormint poc, tenint migranyes, menjant poc i sent molt sensible a les olors. Molt. Una olor li pot canviar l'humor i fins i tot la pot fer vomitar.

Vull explicar aquest tema de les olors com a exemple de moltes altres situacions amb les quals ens hem trobat (trastorns d'aprenentatge, inadaptació escolar, dificultats en les relacions socials...). Hi ha coses que no pots canviar. Crec que hi ha coses que formen part de l'ADN de les persones. Jo no puc canviar la manera de percebre les olors de la meua filla. És impossible. Tot i que em va costar entendre que era impossible, ho dic de tot cor. És impossible.

Amb el temps he après que cal deixar de lluitar en contra d'algunes situacions. Hi ha coses que senzillament s'han d'acceptar i gestionar. La lluita, per a mi, consisteix a acceptar, treballar i gestionar aquelles coses que no es poden canviar.

Crec que quan no pots nedar a contracorrent: quan no pots canviar les olors, t'has de deixar portar fins a unes aigües més calmades.

Acceptar i gestionar no és fàcil, però "treballant" se n'aprèn. Mai no ens hem de resignar. Mai. Per a mi, resignar-se és un altre concepte.

Busques alternatives i les trobes. Treballes per trobar eines que ajudin la teva filla, que t'ajudin a tu.

Però primer de tot necessites saber per entendre. I, per saber, et cal respectar, llegir, buscar, estudiar, demanar, "treballar".

INTUÏCIÓ DE MARE

Si algú em demanés quina ha estat l'eina més poderosa en tota la criança de la meva filla diria que, sens dubte, la intuïció de mare.

La nostra vida ha anat molt lligada a psicòlegs, psiquiatres, terapeutes... No poso en dubte la professionalitat de cadascun d'ells, però no tots ens han pogut ajudar com esperàvem i en molts casos hem abandonat. L'instint de mare m'ha ajudat a discernir quines persones ens ajudaven i quines no. Alguns professionals se centraven només en el passat de la Nàstia. Evidentment, cal entendre i acceptar el passat per poder viure el present i esperar el futur, però cada vegada que ens trobàvem un professional que s'encallava en la primera infància de la Nàstia, nosaltres també ens encallàvem.

També hem trobat professionals que només se centraven en ella, i jo no confiava en aquestes teràpies. No puc concebre una persona com un individu aïllat. L'ajuda ha de ser per a la família i no només per a la meva filla.

Cada persona és un món. Cada família és un món i no totes podem seguir els mateixos patrons. Penso que només pots confiar en qui et transmet confiança.

Ara, puc parlar des de la meva pròpia experiència, i sé que vam abandonar teràpies i psicòlegs per la meva intuïció. I sé que la Nàstia és una noia adulta de vint-i-un anys que mira endavant.

L'amor incondicional de mare m'ha fet infinitament més generosa. He crescut personalment i, malgrat les tempestes, soc immensament feliç de ser mare.

Mare. Quatre lletres. Un món infinit.

Des que la Nàstia va arribar, jo li explicava que ella no havia estat a la meva panxeta i que la mare que la va portar al món no podia cuidar-la i va ser tan bona que va pensar que una altra noia podria estimar-la i cuidar-la bé. La mare biològica ha estat molt present a les nostres vides. Li he ensenyat sempre que no som ningú per jutjar. Ningú. Vaig fer un treball interior per aconseguir estar en pau amb la progenitora. Amb els anys, la Nàstia també va fer les paus. Vam créixer estimant una mare sense cara, una llengua que no parlàvem i un poble perdut de Sibèria.

Va arribar l'adolescència i, amb ella, una època fosca i complicada en la qual vam patir totes dues. Sí, totes dues, però ella infinitament més.

Quan jo vaig iniciar el procés d'adopció, vaig exposar sempre que no volia que el meu fill o la meva filla tingués germans. Mai separaria uns germans, i jo només podia fer-me càrrec d'un fill. Sens dubte, el moment més bèstia, no hi ha altra paraula, de tot el procés va ser quan ja havia "parit" i em van dir que la meva filla tenia una germana i un germà. Eren molt més grans que ella i vivien en altres centres. És l'única cosa que en

aquell moment hauria volgut canviar. Va ser una esgarrinxada al meu cor de la qual encara avui conservo la cicatriu, i sempre la conservaré.

Era tan dolorós i esfereïdor que no sabia com gestionar-ho. Vaig decidir continuar parlant obertament amb la Nàstia de la seva progenitora, però no vaig dir-li res dels germans, senzillament esperant el moment adequat de fer-ho. En una llibreta vaig escriure un diari per recordar sempre les anècdotes i totes les petites i grans coses del nostre dia a dia. Una part important d'aquesta llibreta intenta explicar a la Nàstia que a Rússia té un germà i una germana i que la mare no sap com dir-li.

Quan la Nàstia tenia catorze anys i ja vivíem una etapa complicada, ella sola va descobrir la Tatiana i en Roman. La seva ràbia per no conèixer l'existència dels seus germans es va girar contra mi. Jo, que volia fer-ho tot tan bé, que em deixava portar pel cor, que esperava amb delit que la Nàstia fos major d'edat per entregar-li la meva llibreta, em vaig sentir més feble que mai. Però, i ella? Com se sentia ella? Traïda, enrabiada... Quin patir, el meu amor!

Van ser mesos de lluita. Anys de caminar sempre per l'aresta de la muntanya sense arnès. Trastorns alimentaris, escapades, cops, autolesions... Va ser llavors que vaig pensar que la Nàstia no arribaria a la vida adulta. Moriria o es perdria i malviuria.

Vaig buscar ajuda, com ja havia fet altres vegades, però aquest cop hi havia moments en què no veia la sortida.

Sempre hi ha una sortida. T'agradarà més o menys, però la vida tira endavant i vas a parar a un altre lloc.

Mai em vaig sentir sola. Mai. Gràcies, mareta del meu cor. Gràcies, nenes. Gràcies, Miquel.

Vam començar el difícil camí d'establir contacte amb els seus germans i, així, fins ara. La Nàstia va ser feliç de saber que era tieta d'una nena que portava el seu nom i totes dues vam plorar la mort de la seva mare biològica.

No va ser fàcil. Gens fàcil per a mi i infinitament més difícil per a ella.

La meva llibreta la va ajudar a entendre'm. Estic contenta d'haver-la escrit. I amb els mesos, i els anys, i amb les eines que trobàvem i buscàvem pel camí, la ràbia es va anar fonent.

Sé que el passat, que ja està escrit, no es pot canviar, però aquest capítol de la nostra vida és l'únic, l'únic, que si pogués canviaria. No sé com ho faria, però no l'escriuria igual. Segurament, parlaria a la meva filla dels seus germans. El dolor que vaig sentir quan la seva ràbia justificadíssima es va girar contra mi va ser immens com l'infinit.

Des que vam arribar de Rússia totes dues vam saber que un dia hi tornàriem. Sempre deia a la Nàstia que quan fos gran, major d'edat, buscaríem la seva mare biològica. Jo, secretament, pensava que quan això passés la Nàstia ja coneixeria l'existència dels seus germans i que es retrobarien tots tres. Els meus plans no es van complir.

Com tots els nens adoptats, la meva filla tenia i té la necessitat de conèixer les seves arrels de primera mà. Aquesta necessitat es va fer visceral després de conèixer l'existència del Roman i de la Tatiana. Sempre ho vaig entendre.

Els divuit anys de la Nàstia van arribar cinc dies després de la mort de la meva mare i, tot seguit, va venir una pandèmia esfereïdora que va adormir els nostres somnis.

Potser perquè ara la situació a Rússia és la que és, els somnis continuen dormint.

Un dia, no sé quan, anirem al poblet que la va veure néixer. Un dia, no sé quan, abraçarà els seus germans.

Com podíem guarir-nos i seguir caminant amb unes ferides que sens dubte ens han deixat cicatrius?

Escrivint aquestes ratlles m'he adonat que vam sobreviure gràcies a tres eines que es poden enumerar, però que estan absolutament barrejades.

LES MEVES EINES DE TREBALL

La primera eina ha estat **escoltar** i seguir el meu amor i el meu instint incondicional de mare, que m'ha donat forces per a tot.

La segona eina ha estat **buscar l'ajuda, l'escalf i el suport de les persones que ens estimen**. Gràcies, mareta del meu cor. Gràcies, nenes. Gràcies, padrí.

La tercera eina ha estat **treballar les meves capacitats personals**: l'assertivitat, l'empatia i la resiliència. Treballant, el temps passa de pressa i no pots parar ni per enfonsar-te.

- **L'assertivitat**

Fa anys desconeixia completament aquesta paraula que tan clau ha estat en molts moments de la nostra vida.

És difícil per mi explicar-la i per això escric una definició que he trobat i que em sembla prou clara: "Ser assertiu consisteix a saber expressar, en el moment oportú i de la manera adequada, les nostres opinions, els nostres sentiments i necessitats, respectant i acceptant els arguments dels altres. L'assertivitat és una conducta, no pas una característica de la personalitat; per tant, és una capacitat que cal desenvolupar i entrenar constantment. Saber emprar el llenguatge adequat és un segell que potencia el caràcter i, sovint, determina part d'una manera de procedir."

M'agrada això que és una capacitat que cal desenvolupar i entrenar constantment. Perquè no us penseu que, malgrat que ho desitgés, hagi estat sempre assertiva. Què més hauria volgut! Però conèixer aquest mot i "aprendre'l" i "treballar-lo" m'ha ajudat moltes vegades. Ens ha ajudat.

I ho torno a dir: cada persona és un món, cada família és un món, però en el nostre món, en el meu i de la Nàstia, el meu treball personal per ser una persona assertiva ens ha ajudat molt.

Quan parlo de treball personal em refereixo a buscar informació sobre com treballar l'assertivitat. I treballar-la. Crec que és una de les eines claus per tirar endavant.

- **L'empatia**

D'aquesta paraula sí que en coneixia el significat, però tampoc sabia que seria tan clau per a nosaltres. Jo la definiria com la capacitat de posar-te en el lloc d'una altra persona per poder entendre les seves emocions.

Els experts diuen que totes les persones tenim un grau més petit o més gran d'empatia perquè totes podem identificar les emocions dels altres, però en el cas de molts nens i nenes que pateixen trastorns per alcoholisme fetal això no sempre és així.

Per a mi és de les coses més difícils d'entendre, però he après i he acceptat que els nostres fills no és que no vulguin ser empàtics, sinó que senzillament no poden. Així i tot, la Nàstia també n'ha après i en segueix aprenent.

La meua empatia va anar creixent al mateix ritme que creixia la Nàstia. Mil cops he lluitat per entendre-la i només ho he aconseguit quan, senzillament, he estat capaç de posar-me a la seva pell.

A vegades li deia: "T'entenc, però jo...", "T'entenc, però tu..." Amb el temps vaig descobrir que això no ajudava. No era empàtica. No pot haver-hi "peròs". Cap ni un. Els empàtic quan pots dir "T'entenc". Ni una paraula més. És llavors que t'has posat en la seva pell.

- **La resiliència**

M'ho he repetit mil cops malgrat que no sempre ha estat fàcil aplicar-m'ho: "Els problemes es vencen o et vencen. No s'hi pot pactar." No sé d'on vaig treure aquesta frase que m'ha acompanyat des de fa molts i molts anys. Que certa!

Jo entenc que la resiliència és la capacitat d'enfrontar-se a totes les dificultats cercant allò de positiu que també ens poden oferir.

Que fàcil escriure-ho! Que difícil aplicar-s'ho!

A nivell purament personal, puc ben assegurar que tot aquest difícil camí m'ha portat a créixer com mai no hauria crescut: he crescut perquè he treballat per créixer.

A tots i a totes els que esteu iniciant un procés d'adopció, a tots i a totes els que esteu en els primers anys de vida dels vostres fills, us tinc una enveja saníssima. Segurament, trobareu pedres pel camí i l'adolescència no serà fàcil! Però l'amor incondicional et dona forces per a tot. Per reflexionar, respectar, no jutjar, escoltar, acceptar... i, per damunt de tot, per lluitar i buscar ajuda i eines que després cal utilitzar. Com més coneixes, com més saps, sempre és més fàcil trobar un fil per estirar. A nosaltres ens ha ajudat el fet que mai no ens hem quedat aturades. Sempre tibant fils, buscant, treballant, aprenent i aplicant allò que apreníem.

És clar que hi ha moments de defalliment, de "no puc amb tant patiment". I parlo del nostre patiment! Del seu i del meu. Però busques com fer front a les dificultats, busques eines, "treballes" i sempre acaba apareixent una mica de llum per tornar-nos a alçar. Gràcies, mareta del meu cor. Gràcies, nenes.

He escrit aquestes ratlles, que poden sorprendre algunes persones que estan a prop nostre, amb el consentiment de la Nàstia. Sempre he preservat el seu dret a la intimitat. Sempre.

Després de llegir-les, la Nàstia em va demanar que hi afegís dues coses. Les escric literalment: "Mama, has de dir que un fill adoptat no és tan fàcil com un fill biològic perquè s'ha d'ajudar més" i "Mama, digues que em vas posar molts límits, que ets molt pesada i que gràcies a això soc on soc."

Ara, quan transcriu les seves paraules, no puc deixar de plorar. Quins regals ens dona la vida! Quins regals ens donen els fills!

M'agradaria dir que estic orgullósíssima de la meua filla! És una noia maquíssima. Una adulta que viu i estima el present, que no oblida i estima el passat i que s'il·lusiona amb el futur.

I, per últim, m'agradaria dir a la Nàstia que em sento la mare més afortunada del món.

***Nastiona, la mare t'entén.
De tot cor, gràcies, videta!***

De víctima a jardinera

ANNA ROSA MARTÍNEZ

EL MISTERI DE LA MARE TRANQUIL·LA

Érem a la platja de la Barceloneta una tarda d'estiu. Em vaig adonar que ben a prop meu hi havia un nen ros, amb ulls clars, d'uns 7 anys, que jugava a la sorra. Era una mica més petit que el meu fill, però hi tenia una cosa en comú: aquella mirada desconnectada que sovint se li plantava als ulls.

Me'l vaig mirar amb més atenció. El nen es movia d'una manera inquieta, com tremolosa, agitada. Mirava amunt i avall, ficava les mans a la sorra i les treia, sense que, aparentment, hi hagués cap propòsit en els seus gestos. Em transmetia pura impulsivitat, pura improvisació, pur desordre.

La seva mare estava ajaguda en una tovallola i de tant en tant se'l mirava i parlava amb ell. Òbviament, el nen era d'origen eslau i la mare, adoptiva. Però el que em va cridar més l'atenció va ser la seva tranquil·litat davant del pur nervi descarnat del nen.

Vaig intentar encetar una conversa, de mare adoptiva a mare adoptiva. Però ella no va mostrar gaire interès. Només em vaig treure que era basca, que havia adoptat el seu fill a Rússia i que eren a Barcelona de vacances. Jo no vaig insistir en la conversa i una estona més tard va marxar, amb el seu fill, tan tranquil·lament com havia estat amb ell a la platja.

I jo em vaig quedar allà, intrigada. Com podia ser? Quin era el seu secret?

A la platja, jo era un sac de neguits. Neguit perquè no sabia com m'ho faria perquè el meu fill sortís de l'aigua, tot i que portava amb mi un parell de secallones, que normalment funcionaven. Neguit per no saber com aconseguiríem arribar a casa. Neguit perquè no sabia quantes ramalades de mal geni tindria, o si els dos germans es barallarien, o si...

I no era només la platja. Era la meva vida. Un estat permanent d'alerta per com podria reaccionar el meu fill, un desbordament continuat, una sensació d'incomprensió meva i, de cara a mi mateixa, una gran culpabilitat i la sensació d'haver estat estafada, d'haver llançat la vida per la borda, de voler fugir.

Per això, veure la tranquil·litat d'aquella mare amb un fill tan desconnectat com el meu i encara més mogut em va colpir tant.

Com era possible? Quin era el seu secret?

Com que no la vaig tornar a veure, mai no m'ho va explicar. Però el que sí que puc fer, i és la meva intenció, és compartir amb vosaltres els secrets de la reconciliació amb les dificultats dels meus fills, la Karen i l'Enric, que el meu marit i jo vam adoptar a Colòmbia a finals del 2004. Compartir tot allò que ha fet que em senti més conscient i més tranquil·la en una segona part de la meva maternitat i de la meva vida, que hagi deixat

enrere tantes de les meves limitacions i que vulgui acompanyar altres mares i pares a fer el mateix, sigui quin sigui el moment en què es trobin.

ABANS

Tota adopció té una història, i la nostra va començar arran de no poder-me quedar embarassada. El meu marit i jo ho vam estar intentant durant gairebé dos anys. De fet, tenir fills es va convertir en la qüestió més important de les nostres vides. En parlàvem dia sí dia també; procuràvem no obsessionar-nos, però volíem dos fills i no arribaven. Era l'únic que ens mancava: ens estimàvem molt, tots dos treballàvem en organitzacions mediambientals, teníem una capacitat d'estalvi que ens va permetre comprar-nos un pis sense haver d'estar-nos de res, sortíem quan volíem i fruïem dels amics... i vèiem com a alguns d'ells tenir fills els canviava la vida, com volíem que canviés la nostra.

Quan vam anar finalment al metge a exposar-li el que ens passava, ens va oferir una trajectòria mèdica per aconseguir l'embaràs. Ens farien les proves de rigor per detectar si hi havia alguna raó objectivable que fos la causa de les nostres dificultats. Un cop s'haguessin descartat o superat totes, ens farien una fecundació in vitro (FIV). Tot aquest procés es podia fer per la via lenta, és a dir, per la sanitat pública, o al mateix hospital, però a la tarda, per la via ràpida, és a dir, privada.

Però nosaltres teníem també l'adopció al cap. Era una possibilitat per tenir un segon fill amb la qual havíem jugat durant tot aquell temps, jo particularment. A mi, la FIV no em feia cap gràcia. D'una banda, em feia por: havia conegut dones que havien intentat quedar embarassades per aquest mètode sense aconseguir-ho. De l'altra, no era coherent amb les meves creences: la preocupació per les desigualtats socials i la destrucció ambiental, tant al Sud com al Nord, havien guiat la meva trajectòria professional... Insistir a dur fills a un món en deteriorament quan hi havia tants infants que necessitaven uns pares em semblava incoherent amb els meus principis, amb els nostres principis. Així que vam decidir optar fer les proves mèdiques en el sistema públic, per si podíem aconseguir un embaràs natural, i començar, ja, a informar-nos sobre l'adopció.

Quan vam anar a l'ICAA, havíem ja parlat amb l'AFAC, l'Associació de Famílies Adoptants a la Xina. La persona de contacte ens havia transmès com havia estat de meravellosa la seva experiència, com havien fet el viatge, com els havien donat la seva filla, que era el millor que havia fet mai... Nosaltres volíem adoptar una nena a la Xina. Però la funcionària ens va convèncer que el país més transparent, el que donava més garanties que els infants realment havien estat abandonats, era Colòmbia. A banda, Colòmbia oferia la possibilitat d'adoptar germans.

Adoptar germans volia dir que renunciàvem definitivament a emprendre una FIV per tenir un segon fill biològic. Anava en contra de la recomanació d'adoptar primer un infant i, després, l'altre. Però a mi m'havia colpit molt un documental sobre una família que va adoptar dos infants de Romania de progenitors diferents i que va trobar la mare biològica d'un d'ells. Vaig sentir tanta llàstima per l'altre! No volia que això li passés a cap fill meu... Finalment, vam decidir adoptar dos germans sense necessitats especials a Colòmbia i, si mentrestant em quedava embarassada, sempre podríem aturar el procediment i reprendre'l més tard, però fent la sol·licitud de només un fill.

El món és fet de submóns, de submóns que ignorem si no ens hi trobem... o si no ens els fan conèixer els mitjans de comunicació.

El submón de l'esterilitat i el submón de l'adopció es van obrir davant nostre.

El primer el vàiem en anar a fer-nos les proves mèdiques. Quanta gent érem! Un 15% de les parelles no podíem tenir fills. N'hi havia que s'havien sotmès a set tractaments de fertilitat, que els havien devorat la salut física i afectat la salut mental. És el que més em va sobtar i em va mantenir ferma en la meva decisió de decidir-me per l'adopció. Lentament, però amb diligència, vam fer prova rere prova fins que van trobar una raó objectiva per no quedar-me embarassada: una endometriosis de grau 3 que van cremar-me mitjançant una laparoscòpia. Un cop passada l'operació, el meu marit i jo no vam fer res per evitar cap embaràs, però va seguir sense arribar-ne cap.

En el submón de l'adopció tot semblava avançar ràpidament. Ens vam apuntar en una Entitat Col.laboradora d'Adopció Internacional (ECAI), que ens va guiar a l'hora de tramitar la paperassa i organitzava reunions i trobades per parlar de l'adopció. Per cert, totes amb un caire optimista, positiu. Tot anava de cara, seguint els *tempos* estimats. Ens vam afegir a AdopColombia, una llista de parels adoptius a Colòmbia, en la que consultàvem com anaven les assignacions d'infants i anaven a bon ritme. I, de sobte, quan ens faltaven uns dos mesos... tot es va aturar! Hi va haver un canvi de criteris a Colòmbia, durant el govern d'Uribe, que va alentir els processos.

I ens vam quedar sense notícies, esperant rebre'n. Cada dia llegíem el web d'AdopColombia, parlàvem sovint amb l'ECAI... fins i tot vam anar a l'ICAA perquè no podíem més.

Us ben asseguro que quan veia una dona embarassada pel carrer, i en veia moltes, el que li envejava era que sabia quan seria mare.

En tot aquell temps, vaig perdre la feina. En vaig trobar d'altres, però sense estabilitat. Finalment, vaig tornar a Greenpeace, on havia treballat anys enrere, i en vaig esdevenir la delegada a Catalunya. I, com a tal, vaig representar puntualment l'organització, també, al País Valencià.

I allí em trobava un dia que recordaré sempre: el 6 d'agost del 2004. Des de l'estació de tren de Dénia, esperant el tren cap a Barcelona, vaig trucar a la meva amiga Àngels. M'havien avisat des del Clínic que ja podia, finalment, començar la FIV. I estava enfonsada perquè no volia dir que no a la FIV, tot i que significués deixar el procés d'adopció, que havia estat aturat un any i mig.

La meva amiga em va escoltar i em va engrescar a tirar endavant, a acceptar el que em portava la vida. Al cap i a la fi, no m'havien assignat cap infant. No rebutjava ningú. Vaig pensar que tenia raó. Em faria la FIV. Durant el viatge en tren vaig anar digerint la situació, i quan faltava poc per arribar a Barcelona vaig trucar a la meva mare per explicar-l'hi. Ella em va dir que la meva germana, que vivia a Berlín, acabava de trencar aigües. Els meus pares estaven a punt de ser avis!

Però el dia em tenia reservades més sorpreses. En arribar a casa vaig comprovar el contestador automàtic del telèfon... i hi tenia un missatge de l'ECAI. El nostre expedient havia entrat en regional! Tot s'havia mogut! Més tard vaig saber que ja ens havien assignat dos germanets: una nena de dos anys i mig i un nen d'un any i mig.

El meu marit estava de viatge de feina al Japó. Imagineu-vos amb quina il·lusió li vaig trucar quan vaig confirmar la notícia. Ell estava a punt de sortir de l'hotel. "Seu", li vaig dir.

Ja teníem fills. Ja tenien pares.

Era el nostre destí. L'adopció havia guanyat la partida.

I així fou com tres mesos després, la tarda del 14 d'octubre del 2004, just després del meu 37è aniversari, en una sala amb sofàs i joguines d'un edifici de l'Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, al sud de Bogotá, finalment ens van donar els nostres fills, la Karen i l'Enric.¹ "Que petits!", vaig pensar quan els vaig veure.

I mentre la psicòloga ens presentava i els agafàvem en braços i, després, mentre ell jugava a empènyer un camió i ella, després de mirar-nos en silenci, arrencava a xerrar, jo vivia la situació amb una barreja d'emocions. Alegria, curiositat, incredulitat, una certa distància... Però predominava la incredulitat. Eren ells! Ens en fariem càrrec nosaltres! Els vestiríem, els alimentaríem, els cuidaríem... En seria capaç?

En les fotos que ens vam fer en arribar a l'apartament se'ns veu pletòrics, al meu marit i a mi. I a ells, també. El futur ens somreia...

Un o dos dies més tard vam fer la visita de rigor al pediatre de confiança de la nostra advocada —que era el seu gendre. Allà va saltar la primera alerta. L'Enric, en particular, tenia un crani petit per la seva alçada i la seva edat. Podia tenir microcefàlia. I una fístula al final de l'esquena podia indicar espina bífida. Estàvem a temps de fer proves, privades, en un hospital de Bogotá per valorar totes dues afeccions abans de prosseguir l'adopció.

En aquell moment, un dubte ens va assaltar: interrompre l'adopció d'aquell infant que feia tant de temps esperàvem? Això era implantejable. No deixaríem l'Enric. No li fariem unes proves en un hospital privat. L'estimàvem. Li fariem les proves a Barcelona.

Potser aquesta va ser la decisió que més conseqüències ha tingut a la nostra vida.

El mes d'estada a Colòmbia, mentre es tramitava tota la paperassa legal, va ser un preludi de com ens relacionaríem amb els nens.

Us diran que els primers dies són com una mena de lluna de mel. Nosaltres la vam viure pocs dies. Ara veig que aquesta situació tan aparentment idíl·lica deriva no només de la nostra il·lusió, sinó també de la por i la manca. D'una banda, els nens enyoren les persones amb qui s'han criat i se senten aterrits per trobar-se amb uns adults totalment desconeguts, en uns indrets nous, i ignoren quant de temps s'hi quedaran. I, de l'altra, es troben uns adults moguts per unes expectatives sobre la parentalitat molt altes, un coneixement nul dels seus nous fills i, en el nostre cas, cap experiència sobre com tractar un infant més enllà de la viscuda a la nostra família.

La meua família havia estat una família del deure, d'haver de fer les coses com cal, d'aconseguir les coses amb esforç, d'acabar-nos el plat, de càstigs i recompenses, de

¹ Per protegir la intimitat dels meus fills, he utilitzat aquí els seus noms originals i no els actuals.

crits, de precés, de xantatges emocionals. I no, no us penseu que els meus pares no m'estimaven. Ho feien com els havien ensenyat, com havien après a fer-ho.

I com em van ensenyar a fer-ho a mi. Unes maneres que uns quants anys de psicoteràpia havien suavitzat però no transformat del tot. Perquè allò que realment et transforma a la vida són els grans reptes, i pocs n'hi ha de tan grans com la maternitat adoptiva. Però això només ho he après fent el camí.

El meu fill va mostrar des d'un inici, però especialment a partir de la primera setmana, una gran impulsivitat i manca de tolerància a la frustració. Els informes previs ja deien que podia atropellar la seva germana si volia alguna cosa que ella tingués, i que la nena, passiva, acudia als adults en cerca d'ajut.

Però una cosa és llegir-ho i una altra, viure-ho. Esclats que sorgien a la més mínima resistència. La paciència, les moixaines que m'havien recomanat —i ara veig que potser fins i tot suplicat— que regalés als meus fills es van anar esgotant ràpidament en veure que la seva reacció no canviava i en disparar-se en el meu cap els “pares internalitzats” que em deien que això no podia ser i que l'havia de fer canviar. Que si sempre cedia, sempre seria així. Que com més aviat posés els punts sobre les is, millor. Una mirada que també es va projectar sobre la meva filla quan feia la bola o es tancava en ella mateixa.

I així, ja des de Colòmbia, vaig viure la criança com un repte. Ben bé com la meva mare havia abordat la nostra criança. I no era l'única a qui li passava. Als apartaments enjardinats on ens allotjàvem, una mare italiana que havia adoptat tres germans em va comentar que havia pegat a un d'ells a la mà perquè no sabia com aturar-lo. M'ho explicava, d'una banda, demanant el meu consentiment i, de l'altra, molt astorada pel que li havia passat. Segurament, en imaginar l'adopció mai no se li havia acudit que escolliria, i menys tan aviat, aquesta forma de violència. Com tampoc se m'havia acudit a mi.

Quan la nostra família ens va rebre a l'aeroport de Barcelona, la Karen ja començava a parlar en català i ja anomenava l'Enric pel seu nou nom. El seu germà encara no parlava. Ja teníem una història d'abraçades i de plors, i jo esperava que a mesura que ens adaptéssim els uns als altres tot seria més fluid. Aquest era el meu desig en aquell moment tan especial, ple de cares de sorpresa, alegria, joia i nens de braços en braços.

Quan aquella nit vam anar a dormir, amb els petits ja descansant al llit, a la seva habitació, tot el procés que ens va portar a l'adopció, totes les inquietuds, totes les esperes... van quedar enrere. Res ja no importava.

De fet, tot havia quedat enrere des que van entrar per la porta de la sala de l'ICBF i l'adopció havia començat.

ANYS DIFÍCILS, ANYS D'APRENTATGE

En el moment d'escriure aquestes lletres, encara se'm fa un nus. M'adono que el passat potser no està tan digerit com em pensava. No és greu: realment, ja no soc aquella mare primerenca, he après dels meus errors i m'he transformat. Però, ja ho sabeu, processar les nostres emocions és com treure les capes d'una cebeta: cada capa alliberada ajuda a tirar millor endavant i, alhora, deixa en evidència aspectes del camí fet que encara no hem pogut processar. He d'agrair aquesta oportunitat de mirar enrere, anys després, i

afrontar la realitat amb més perspectiva. Si, a més, aquest capítol us ajuda també a vosaltres, pares adoptius, a pelar la vostra pròpia ceba o a guanyar perspectiva, o bé a vosaltres, que us plantegeu adoptar, a tenir més claredat sobre què podeu trobar-vos i què pot implicar l'adopció en la vostra vida, o, finalment, a vosaltres, fills adoptats, a comprendre un xic millor el possible món interior dels vostres pares, aleshores la meva satisfacció serà completa, perquè aquest és el veritable sentit de la meva contribució al llibre que teniu entre les mans.

- **Aterrar en una vida que no m'imaginava**

Gairebé tots nosaltres abordem la maternitat o la paternitat com una història d'èxit personal, en què projectem tot allò que valorem i tot allò que hauríem desitjat per a nosaltres en els nostres fills. En les fantasies, ens costarà més o menys, però aconseguirem alguna versió d'aquell "i van ser feliços i van menjar anissos". A priori, a més, l'adopció ens permet una satisfacció més, i molt profunda: rescatem un infant, o dos, d'un futur incert. Si més no, aquest va ser el nostre cas.

Per això, un cop decidim adoptar, ens hi llancem, entusiasmats. Tenim tantes ganes de ser pares, tantes ganes d'ajudar uns infants que ens sentim preparats per a qualsevol cosa.

Però, creieu-me, no estem preparats per a qualsevol cosa. Nosaltres, si més no, no ho estàvem. I sé que això no ens ha passat només a nosaltres.

La qüestió és que, per la meva experiència i la de moltes altres mares i pares que he conegut al llarg dels anys, com a mare o com a *coach*, soc conscient que l'adopció comporta una gran probabilitat d'haver de fer front a necessitats dels nostres fills que, si hem tingut una vida relativament estable, no ens podem ni imaginar.

Després d'un llarg procés, finalment ets amb la teva filla, amb el teu fill, però... què passa quan expressa físicament les seves mancances, els seus traumes, les seves pors, de forma incontrolada i agressiva? O bé quan queda sumit en ell mateix, incapaç de comunicar-se, sense fer allò que esperes durant molt de temps? Què passa quan detectes un abisme emocional per la seva banda?

Com et sents quan t'adones que has aterrat en una vida que no t'imaginaves?

Potser, si sou persones molt intuïtives i molt empàtiques, sereu capaces de comprendre la magnitud del dolor que hi ha al darrere d'aquests comportaments o, fins i tot, d'intuir i comprendre que el vostre fill té limitacions orgàniques que li impedeixin avançar més. Potser tindreu la capacitat de deixar enrere les coses mundanes i centrar-vos en el seu malestar per contenir-lo, una vegada i una altra. Potser des del començament heu estat capaços de ser uns pares realment acollidors i oberts per als vostres fills. O ho podreu ser. Quantes vegades he desitjat haver estat una mare d'aquest tipus!

I també és cert que no totes les criatures arriben a la seva llar amb reptes de tanta intensitat. Conec famílies adoptives que han viscut reptes importants, però que no han impedit que els seus fills poguessin dur una vida més o menys ordenada i que fins i tot es poguessin dedicar a ajudar els altres. En trobareu exemples en altres capítols d'aquest llibre.

Però què fas quan tu no comprens allò que passa i interpretes que els fills t'ataquen (perquè t'agredeixen), que els has de fer sortir del seu aïllament, i que, a més, cal continuar fent totes les coses quotidianes per viure d'una manera mínimament estructurada? Què fas quan res d'allò que intentes sembla funcionar, quan augmenta el cansament, quan vius els teus fills com a problemes i la teva manera de reaccionar-hi et genera, alhora, culpa, vergonya i impotència?

Al principi, nosaltres vam interpretar que aquestes dificultats es devien al passat difícil dels nostres fills i que les superaríem a mesura que passessin els mesos i s'adaptessin a la nova realitat, aquí a Barcelona. Però els anys van passar i les dificultats, no. Van créixer. I tot i que, com tots els infants, els nostres fills van portar des del primer moment moltes alegries a la nostra vida, el balanç emocional personal durant molt de temps va ser negatiu. Tant, que vaig arribar a perdre l'alegria de viure.

Però tot això no va passar només per l'adopció o per les dificultats dels meus fills, sinó per la manera com les vam encarar: sols, ignorants de tantes coses i... ignorats.

Tant de bo que no torni a passar mai més.

- **Comportament disruptiu: quan la realitat supera la paciència**

Sens dubte, el principal repte que vam afrontar amb els nostres fills, el que més ens va colpir, va ser el seu comportament. Bé, el comportament d'ells i les reaccions que generaven en mi. Un comportament que, tot i que ha millorat moltíssim, continua sent un gran repte, un mena d'espasa de Dàmocles amb què he après a conviure millor que abans.

Vaig llegir fa anys que quan en una família hi ha dos infants adoptats és fàcil que un d'ells ensenyi les emocions i l'altre les amagui sota una màscara complaent. Em va sobtar molt perquè reflectia tan bé la situació a casa meva!

A casa, el paper de l'actuador l'ha assumit l'Enric. Ja des de ben petit no podia canalitzar la frustració. Allà a Colòmbia plorava i feia una rebequeria cada cop que s'acabava l'Alpinito (la versió d'allà del Petit Suisse). Aquestes rebequeries podien sorgir per qualsevol cosa: perquè era al mig del parc i no tenia una pilota, perquè no volia marxar d'un lloc, perquè volia menjar pernil...

Em direu que, de rebequeries, en fan tots els infants. Però en el cas de l'Enric eren tan intenses, el seu cos deixava anar una força tan increïble, que ja des de petit ens costava contenir-lo. Com que eren molt freqüents, acabàvem cansats i imposant la nostra perspectiva per la força, després d'una bona estona de crits i d'exigències. Intentant aplicar el manual de maternitat —"No deixis que et pegui", "No pot manar ell"...—, responíem amb rigidesa i càstigs, però l'endemà, o fins i tot hores més tard, ens vèiem en la mateixa situació. I acabàvem cedint.

Ben aviat vam sentir que anàvem com aixafant ous tot el dia. No és que sempre fos difícil: quan estava tranquil, li agradava ajudar-me, seguir-nos per tot arreu, passejar, jugar a les pessigolles... Però en qualsevol moment es podia girar la truita per una cosa que hagués vist o una idea que li hagués vingut al cap, i ja hi tornàvem a ser. Qualsevol canvi li costava molt. I ens costava encara més a nosaltres, que sentíem la pressió d'allò que ens quedava per fer.

Per a mi, la relació era particularment difícil. Quan l'Enric feia una rebequeria, la majoria de les vegades estava sol amb mi o es llançava contra meu. A partir d'un moment donat, també va començar a insultar-me. Semblava destil·lar cap a mi tot l'odi del món. I jo no ho entenia, se'm trencava el cor, em baixava l'autoestima i, alhora, estava ressentida. I a casa es va establir una dinàmica en la qual jo, quan hi era, em dedicava a fer la feina domèstica, mentre el meu marit es dedicava més als nens.

La Karen era diferent. Normalment, era una nena molt complaent, ens feia cas, ens seguia per tot arreu, com el seu germà. Però de vegades, davant del més mínim canvi en el meu to de veu o per motius que no enteníem, desconnectava... durant hores. Sabeu allò que no hi ha més gran menyspreu que t'ignorin? Això és el que sentia quan la Karen feia això. Jo no ho comprenia, i intentava treure-la del seu estat. Al començament, amb paciència, però quan després d'haver intentat que em respongués de bones maneres una estona, i a mesura que creixia la pressió sobre mi per continuar fent allò que calia fer —fos el sopar, fos tornar a casa— jo acabava perdent la paciència i enfadant-me, perquè no veia cap altra manera d'abordar la situació. No era estrany que acabéssim totes dues plorant, abraçades.

Entre l'un i l'altre, podíem viure dos o tres episodis cada dia en què jo no sabia com respondre davant dels meus fills; estava totalment desbordada i, per tant, només podia reaccionar.

No tots els dies eren així, però. De vegades en passàvem uns quants sense rebequeries. I rèiem, i els vèiem desenvolupar-se, i jugàvem, i l'amor que sentia per ells tornava al primer pla, i senzillament ens relacionàvem en pau. Això ens feia mantenir l'esperança que quan ens acostuméssim tots a la nova situació, quan l'adopció es consolidés, tot milloraria.

Però amb el pas dels anys la situació no només no millorava, sinó que empitjorava a mesura que les seves dificultats es manifestaven, que es feien més grans i que, per tant, era més difícil senzillament que ens acompanyessin en sortir de casa o bé obligar-los a fer el que volíem o calia. Jo seguia a la defensiva, i l'esgotament, la inseguretat en la relació, la culpabilitat i també el ressentiment —devers els meus fills, devers meu, devers la vida— anaven creixent en el meu cor.

- **L'escola, un espai de reptes**

D'acord amb les recomanacions del pediatre que ens va atendre a Colòmbia, de seguida vam apuntar els nostres fills a la llar d'infants, per trencar el rol de mare que tenia la Karen. A la llar d'infants, l'Enric tenia també tendència a demostrar les emocions i la Karen, a quedar-se abstreta. Però vam tenir la immensa sort que la directora de la llar d'infants va saber-se vincular molt bé a l'Enric i li va fer costat i el va ajudar a estar millor amb els companys.

Va ser ja a preescolar on es van començar a fer més evidents les dificultats d'aprenentatge de tots dos. La sort ens va tornar a somriure, aquest cop amb la Karen. Va tocar-li una parvulista amb passió per la seva feina, molta experiència i una relació personal amb Colòmbia que la va inclinar molt cap a la meva filla. Ella va observar, per exemple, com la Karen era incapaç de resoldre una situació concreta per si mateixa, però era capaç d'explicar a un company com podia fer-ho. Un misteri que aquesta mestra, que és ara una bona amiga, encara no ha pogut desxifrar. En tot cas, després

d'un primer any d'observació i valoració de la Karen a l'escola, aviat ens van recomanar que anés al Centre d'Estimulació Infantil i Atenció Precoç, el CDIAP. Va ser el primer ajut que va rebre la nostra filla.

Tot i aquest suport, que va durar poc, la Karen, i després l'Enric, quedaven enrere en el ritme d'aprenentatge. Els costava molt llegir i escriure, i no avançaven en matemàtiques. De fet, aviat vam començar amb les adaptacions curriculars. Ens van recomanar que la Karen no repetís curs perquè era molt més alta que els seus companys de classe. L'Enric, però, va repetir curs a tercer de primària, la qual cosa li va anar molt bé, ja que va coincidir amb una altra gran mestra i amb un grup en què encaixava molt millor. Això sí, va seguir amb els seus plans individualitzats i amb les mestres d'educació especial. La Karen, en canvi, no comprenia molts dels continguts, se sentia sense suport de les tutores i recorria a la mestra d'educació especial. Més tard, vam saber que patia assetjament i com que en lloc d'arronsar-se s'hi tornava, la consideraven més responsable —voluntària o no— que no pas víctima. La nena estava cada cop més aïllada, gairebé no la convidaven a festes d'aniversari...

Si una cosa he après és que les escoles no són monolítiques. El que va ser un bon lloc per a l'Enric no ho va ser per a la Karen. I això va dependre en bona part de les mestres. Hi ha mestres mediocres, preocupades principalment pel comportament dels infants més que per allò que el causa; n'hi ha de bones, que estan atentes a l'avenç dels infants i obertes de cor a la interacció amb els pares, i n'hi ha d'excel·lents. Les excel·lents marquen la diferència en la vida dels infants que tenen més dificultats, i saben sintonitzar amb les seves famílies. D'aquestes, en vam trobar quatre a l'escola. Van ser elles, juntament amb les psicopedagogues de l'EAP, les que ens van ajudar a començar un nou camí. El camí de cercar l'ajut dels professionals.

El pelegrinatge de professional a professional per mirar de conquerir una normalitat

A vegades em pregunto com, un cop van descartar la microcefàlia i l'espina bífida de l'Enric, vam trigar tant de temps, anys, a cercar ajut professional per als nostres fills.

I la resposta que puc donar és complexa. D'una banda, jo havia fet psicoteràpia durant una bona temporada abans d'adoptar i reconèixer que necessitava ajut era un doble fracàs. De l'altra, com a pares vam entrar en una mena de dogma en què negàvem que, pel fet de ser adoptats, els nostres fills haguessin de ser diferents o que els haguéssim de tractar de forma diferent que als altres. Que irònic que miréssim d'eliminar qualsevol etiqueta "d'adoptat" mentre esperàvem que amb el temps s'adaptarien millor a la nova vida! I no, no ens adonàvem d'aquesta contradicció.

Com ja us he explicat, van ser les mestres de l'escola les que, al cap d'uns quants cursos, ens van recomanar buscar ajut. És cert que la Karen va anar al CDIAP. Però a l'escola tenien clar que calia abordar la situació d'una manera més integral, i ens va adreçar a una terapeuta especialitzada en adopció.

I aquell va ser l'inici del nostre pelegrinatge de professional en professional amb la finalitat d'apaivagar el comportament de l'Enric, ajudar també la Karen i intentar poder tenir una vida mínimament normal.

Us podria detallar tot el camí que vam seguir, però potser us interessarà més saber què n'he après.

El primer, que hi ha tres tipus d'escoles a l'hora d'aproximar-se a la realitat dels fills:

El primer tipus l'integren les escoles que l'aborden des de l'abandó i la posterior adopció, per a les quals el quid de la qüestió és la dificultat de l'aferrament de l'infant a la mare adoptiva a causa del trauma de la separació. Hi ha professionals psicodinàmics (freudians) que creuen en l'efectivitat de teràpies de molt llarga durada i n'hi ha d'altres que estan especialitzats en el trauma, que utilitzen eines com l'EMDR i que advoquen per intervencions més curtes.

En segon lloc, hi ha les escoles que consideren que les dificultats provenen d'un coeficient intel·lectual excessivament alt o baix, sumat o no a un trastorn —del dèficit d'atenció i hiperactivitat, de l'espectre autista, obsessivocompulsiu— i les seves comorbiditats. L'adopció no és més que una capa que se superposa a aquesta realitat preexistent i, per tant, la seva importància és relativa. I el tractament és principalment psiquiàtric, amb medicació, i amb un seguiment cognitiu i conductual.

I, finalment, hi ha un corrent més nou que considera que els fills adoptats afectats per discapacitat intel·lectual, dificultats d'atenció i impulsivitat, i trets de l'espectre autista estan, en realitat, afectats pel trastorn de l'espectre de l'alcoholisme fetal, TEAF. Aquests professionals busquen estratègies per compensar el dany cerebral ocasionat per l'alcohol durant la gestació.

I per què us explico tot això? Doncs perquè nosaltres les hem provades totes!

A mesura que un professional no ens convenia i ens assabentàvem d'algun altre tipus d'intervenció, canviàvem. I si a això hi sumeu el que llegíem, especialment d'autors nord-americans..., ja us podeu imaginar com vam acabar. Encara més perduts! I els nostres fills, més desbocats.

En tots aquells anys, què va marcar la diferència, en realitat?

Primer, entrar al Centre de Salut Mental Infantil i Juvenil (CSMIJ), a l'àrea hospitalària. Allà van medicar el nostre fill, cosa que va ajudar a centrar-lo. Ara bé, no va ser la panacea. I no ho va ser especialment perquè ens van anar canviant de professional moltes vegades, fet que va retardar la possibilitat de trobar un tractament adequat. Un cop trobat, el tractament no ha erradicat les crisis però les ha reduïdes i això ens permet dur a terme una vida més regular.

La segona cosa que va marcar la diferència va ser aconseguir trobar, quan l'Enric tenia ja 12 anys, una gran psicòloga de l'escola de l'adopció psicodinàmica, sense les rigideses que ens havíem trobat anteriorment. Una professional que, amb el temps, va fer un traspàs a un altre gran psicòleg, que encara ens està acompanyant.

La tercera va ser trobar un acompanyament diferent, sistèmic, però també basat en l'adopció, per a la Karen.

La quarta va ser el treball que vaig iniciar sobre mi mateixa, que compartiré més endavant.

Després de tants anys, he arribat a diverses conclusions sobre l'ajut dels professionals de la salut mental. La primera és que no hi ha aproximació vàlida, sinó professionals competents, compromesos i també oberts a altres perspectives. No es tracta tant d'escollir una línia de treball, sinó de prendre allò que és bo de cadascuna. La segona és que el vincle que estableixen els professionals amb els nostres fills és el més important. Després ve la capacitat d'empatitzar i d'incloure'ns a nosaltres, les mares i els pares, en

el procés. I la tercera és que la feina es fa de mica en mica. Els nostres fills encara requereixen un seguiment. Ignoro si hi ha cap solució màgica, però sé que, malgrat les promeses, no l'he trobada.

Des de fa vuit anys sé que les dificultats creixents dels meus fills eren i són l'expressió d'una discapacitat intel·lectual i uns trastorns del comportament que els ha fet molt més vulnerables a les pressions que, ja sigui per la seva genètica, per la seva història o pel seu efecte combinat, han rebut a la vida.

- **Acceptar la discapacitat: un procés que ens va salvar**

Tot i els anys que portàvem bregant amb les dificultats dels nostres fills, al començament va ser difícil acceptar que tenien una discapacitat intel·lectual.

Perquè, qui s'espera, a l'hora de ser mare o pare, que el seu fill tindrà una discapacitat?

Va ser tan difícil que, com molts altres pares, vam dubtar si demanar o no una valoració del grau de discapacitat. Un cop obtingut el grau, vam assegurar-nos mútuament que no ho diríem a ningú, que seria una mena de secret, que ens permetria accedir a alguns (pocs) avantatges, però que no calia compartir amb ningú més. Al cap i a la fi, no se'ls notava, oi?

Sí, inicialment la discapacitat se'ns va presentar com una llosa. Com quelcom a amagar, com un estigma. Però això va ser només al començament. Aviat el diagnòstic ens va obrir noves portes que van ser més adequades per als nostres fills, especialment per a la Karen. El centre de reeducació on havia anat durant dos cursos (sí, també van anar a un centre de reeducació) ens va recomanar una llista d'escoles especials focalitzades en infants i joves amb intel·ligència límit, com ella. Mai oblidaré com va estar de contenta el dia que va anar a visitar una d'aquelles escoles. Finalment, hi va fer sisè de primària i s'hi va estar tota l'ESO adaptada. Allà, la Karen va florir i va esdevenir la noia amb moltíssims amics, responsable en la seva feina escolar i independent que és ara.

Per a l'Enric ha estat diferent. Ell coneix les seves limitacions, però no les accepta. De fet les rebutja, i no té tendència a anar amb persones com ell, perquè anhela ser "normal". I que com les relacions amb les persones neurotípiques són asimètriques, se sent molt aïllat. La bona dinàmica ens va permetre que acabés la primària a la seva escola. Ens va costar molt que volgués anar a una escola especial a fer l'ESO. Al final, vam optar per una escola sense nens de primària i amb un alumnat també focalitzat en la intel·ligència límit i la discapacitat intel·lectual lleu.

Una escola en la qual, per cert, la meitat dels seus companys de classe eren nois adoptats (d'Etiòpia, de Rússia, d'Haití i, en l'altra línia, una nena de Colòmbia).

Amb els fills a les noves escoles, a poc a poc ens vam situar en un nou submón: el de la discapacitat. Un submón en què vam entrar quan vam decidir no deixar l'Enric enrere. Un submón on vam trobar moltes altres famílies adoptives que tampoc s'esperaven trobar-s'hi. El submón que ens tocava, que ens ha permès mirar els nostres fills com són, amb molta més comprensió —i, sovint, admiració— pels seus reptes, el seu comportament i les seves reaccions, amb unes expectatives més ajustades a allò que poden fer o no i, també, amb una acceptació més gran de les limitacions que les discapacitats —i també els trastorns associats— i els suports que ofereix la societat suposen per a la nostra vida.

- **La soledat davant de la complexitat**

En aquells anys primerencs, em vaig sentir sola i perduda. Superada. Tan diferent de la superheroïna que havia imaginat ser o que aspirava a ser. Durant anys, em vaig sentir també culpable, mala mare, fins i tot responsable de les dificultats dels meus fills per no haver sabut respondre-hi d'una manera més empàtica. Per no haver sabut respondre-hi de la manera com hi respondria ara, després d'haver fet un llarg aprenentatge.

Tot l'encoratjament i les facilitats —sí, facilitats— que vam tenir per adoptar van desaparèixer un cop vam tenir els nostres fills a casa nostra. Com si arribar a casa fos un final feliç i no l'inici d'un procés molt complex. Un procés que ha comportat una incomprensió i un allunyament dels meus pares, incapaços de suportar el grau de dolor i l'estrès que vivíem a casa; que em va portar a refugiar-me en la feina, contractant cangurs potser més del que era estrictament necessari; que em va fer sentir aïllada a l'escola, a mesura que es manifestaven les dificultats dels meus fills; que em va causar una depressió, i que, finalment, em va fer perdre la feina.

Quan vam començar a acudir a psicòlegs, vaig tenir l'oportunitat de llegir, en anglès, un llibre que s'estava traduint al castellà: *El niño adoptado. Comprender la herida primaria*. Escrit tretze anys enrere, el llibre feia una aproximació a l'adopció que era a anys llum del que havíem viscut nosaltres, incloent-hi la formació per assolir la idoneïtat. I no és que no ens avisessin que la parentalitat adoptiva era més complexa que la derivada de dur un fill al món. Però ni de bon tros recordo que la formació tingués un nivell en res similar al d'*El niño adoptado*.

Amb el temps, he arribat a la conclusió que, amb l'anhel de ser pares, nosaltres vam sentir o internalitzar la meitat dels avisos sobre dificultats que ens van voler transmetre en el curs de formació (val a dir que les dificultats reals els sobrepassaven àmpliament). Però això només ho vam veure més endavant, a mesura que els infants adoptats internacionalment anaven creixent i la complexitat de la situació s'anava manifestant. El *boom* adoptiu va ser com un experiment no planificat a gran escala que naixia de les millors intencions, però que posava a prova la capacitat de les famílies i de la societat per absorbir l'impacte del trauma de l'abandó, dels maltractaments durant la primera infantesa, de la desnutrició, de l'afectació per alcohol durant l'embaràs... i que va fer sortir a la superfície les nostres pròpies dificultats.

Sense cap suport, perquè ningú no s'esperava tanta complexitat.

De la mateixa manera que els nostres fills han estat víctimes de l'abandó, de la pobresa, també ho han estat d'un sistema que no va saber preveure tot això. Van estar exposats a uns pares que no estàvem preparats. I també nosaltres, els pares adoptants, hem estat víctimes d'aquest experiment. Ens hem trobat davant de situacions complicadíssimes i hem reaccionat com hem pogut. Hem après, segons les nostres possibilitats, a navegar per la nostra nova situació i, tot i els entrebancs, hem donat moltíssims dels nostres recursos, de la nostra pròpia vida, pels nostres fills, fins i tot de vegades ens hem oblidat de nosaltres mateixos. Sé que moltes parelles no ho han resistit. I també sé que hi ha hagut casos en què als pares o als fills els ha estat impossible continuar mantenint la relació. Hi penso amb un rastre de dolor que em fa estremir.

És molt difícil no enfadar-te amb el sistema. Quan et sents víctima, és fàcil establir-te en aquest paper. Però ni la ràbia ni el victimisme no et treuen de la situació. Només et continuen xuclant les energies i les ganes de viure.

Will Smith deia que no importa de qui és la culpa de la teva situació. La responsabilitat de sortir-te'n és teva. Ets tu qui has d'abordar un canvi, i això serà difícil fins que no t'enfoquis en tu mateix/a.

En el meu cas, el canvi va venir a través de dues depressions. La primera em va permetre iniciar un desenvolupament de la meva autoconsciència, de la meva profunditat i del meu amor per mi mateixa. La segona va dur-me a iniciar una psicoteràpia en què vaig començar a pelar la meva ceba, i això em va obrir a un procés més profund amb un segon psicòleg. El fet de tenir finalment el meu fill en mans competents i la meva filla més encarrilada em va ajudar molt.

Va ser durant aquest procés de guariment que em va venir la vocació de poder ajudar tantes mares i pares que estaven o havien estat tan perduts com jo, perquè no s'enfonsessin en situacions tan difícils i per donar-los suport. A més, volia compartir tot allò que m'estava aportant la meva pràctica meditativa.

Fou així com em vaig acostar al *coaching*, primer amb curiositat i després com a aposta. I vaig fer una formació amb el meu propi procés.

Mai hauria pensat que el *coaching* podia ser una eina tan potent. Jo havia fet molta teràpia, i sempre estaré en deute amb el meu segon psicòleg. Però el *coaching* em va permetre posar totes les peces a lloc, articular-les, abordar la vida d'una forma totalment diferent, recuperar la confiança en mi mateixa, veure'm com mai m'havia vist, veure els meus fills com no els havia vist mai, encetar una relació totalment diferent amb ells i recuperar l'alegria de viure.

UN CANVI EN LA MIRADA

A mesura que escric aquestes lletres se'm fa més i més present l'immens canvi que ha comportat l'adopció per a mi. El descobriment de la meva dimensió interior, els anys de teràpia, la formació com a *coach*, l'activitat professional, la prioritat que he atorgat al meu propi desenvolupament i els continus reptes que em plantegen els meus fills, dia sí dia també, m'han capgirat com un mitjó. I han capgirat plenament la manera com els veig a ells, com em veig a mi i... com veig la vida.

La manera com la veig depèn de la manera com la vull veure.

Recordo estar explicant com jo havia canviat a diverses persones: tenir miralls sempre ens ajuda a ordenar els pensaments. I va ser així com vaig adonar-me que hi havia uns aspectes clau que havien incidit en el meu canvi: de l'Anna Rosa desesperada a la que havia sortit d'aquest procés, més empoderada i amb més confiança en ella mateixa que mai. Hi havia sobretot sis aspectes, que vaig anomenar "les sis claus", que m'havien permès reconciliar-me amb les dificultats dels meus fills.

- **Conèixer i cobrir les meves necessitats**

La primera clau va ser adonar-me que una gran part del meu ressentiment vers ells era degut al fet que els vivia com un obstacle per aconseguir allò que realment desitjava. O, si voleu, un obstacle per cobrir les meves necessitats.

Jo necessitava ser reconeguda com a bona mare. Ho necessitava per complir el mandat que havia rebut des de casa: ser una dona amb èxit, amb una bona trajectòria professional, que sabés educar els seus fills.

Heu vist pel carrer aquelles famílies que van amb infants que semblen petits homenets o donetes, parlant seriosament sobre ves a saber què? Famílies que t'imagines que són pura harmonia? Aquesta és la família a la qual jo aspirava.

Aspirava a uns fills que em fessin cas i m'obeïssin. Si no ho feien... era perquè no volien. Era perquè no m'estimaven.

I això precisament és el que no podia suportar: necessitava que m'estimessin. Necessitava un reconeixement que no havia sabut trobar ni en els meus pares ni en la meua vida adulta. Necessitava provar al meu marit que jo mereixia el seu amor.

Necessitava amor incondicional. Però, és clar, els meus fills, abandonats, ferits, no me'l podien donar, aquest amor.

Adonar-me'n va ser un gran alliberament. Em va ajudar a cercar maneres d'alimentar aquest amor incondicional de forma adulta i independent d'ells. I em va permetre posar-me molt més a la seva pell, no només des de la teoria com abans, sinó des de la vivència.

- **La realitat, únic punt de partida útil**

La segona clau va ser acceptar que els meus fills són qui són i són com són i que la meua vida... és la que visc. L'única que visc. I, més important i tot: l'única des de la qual puc fruit de la vida.

En quants moments, al llarg d'aquells primers anys tan difícils, no em vaig lamentar haver adoptat! En quedar-me sense feina, vaig pensar que allò no m'hauria passat sense els meus fills! Si haguéssim optat per la FIV... segurament els nostres fills no haurien tingut dificultats. Que fàcil hauria estat, i quants diners ens hauríem estalviat! És clar que, posats a estalviar diners, com és que no vam triar no tenir fills? Aleshores sí que hauríem pogut dur un bon tren de vida, sense aquesta incertesa sobre el futur que tenim ara. I etcètera, etcètera, etcètera... La veu interior, els programes, els discos ratllats no tenen aturador.

I el que passava era que, davant d'una realitat que no em quadrava, que em causava dolor, que treia el millor però també el pitjor de mi, que no m'agradava, m'era ben fàcil refugiar-me en aquella secció "Què hauria estat de la meua vida si..." que moltes vegades havia llegit, de petita, a la revista *Pronto*.

Però aquesta —la de no acceptar la realitat— era només una part de la història. L'altra era moure cel i terra, anar de professional en professional per tal que "m'arreglessin els fills". I no només això: collar màquines perquè fossin com jo volia que fossin, perquè responguessin a les meves expectatives. Actuar per aconseguir que esdevinguessin

com jo volia que fossin, per tenir la vida que havia desitjat (de la qual, per les seves dificultats, no podia fruit).

I això no deixa de ser divertit, ja que sempre havia viscut la vida tal com m'arribava, amb molt poca capacitat per imaginar-me cap on volia anar: un altre aspecte de la meua inseguretat.

I així em passava la vida com a la majoria de la gent: projectant les meves expectatives sobre els meus fills. Però, en el meu cas, moltes d'aquestes expectatives eren senzillament impossibles i, per tant, els pressionaven d'una manera a la qual només podien respondre reaccionant.

No oblidaré mai com un dia el meu psicòleg em va fer veure que jo volia que la meua filla no guanyés pes, quan ella havia estat una nena amb adversitat primerenca i la seva manera d'abordar l'angoixa era amb el menjar. Esperar-ne una altra cosa era no veure-la com ella era.

De sobte, vaig entendre que la meua filla era com era, que era jo qui veia que estar grassa era un problema i no un indicador d'una situació interna. I que si la volia ajudar havia d'acceptar-la tal com era i fer-la sentir acollida, en lloc d'obsessionar-me amb el seu pes i repetir-li que havia de canviar.

He de confiar que el que importa és que la Karen se senti estimada i pugui estimar-se. I la resta vindrà de més a més... o no. No es tracta de cercar respostes en les vides que hauria desitjat o de lamentar-me per tot allò que no puc fer, sinó d'aprendre a veure i alimentar les oportunitats amagades en la vida que tinc, amb curiositat i deixant de banda la culpabilitat.

I, precisament, superar la culpabilitat és la tercera clau.

Fer de la culpa la mare de la responsabilitat

Si heu arribat fins aquí, ja heu vist que em sentia molt culpable en la relació amb els meus fills. Culpable per cridar, per perdre els papers, pel meu ressentiment, per haver pensat a fugir..., per moltes coses.

Un punt clau del meu procés de recuperació va ser adonar-me, en una sessió amb el meu psicòleg, de fins a quin punt la culpabilitat que m'estava rosegant el cor era perniciosa per a la meua relació amb els fills.

La meua filla em cridava i jo em paralitzava. I vaig ser conscient que em paralitzava perquè jo sentia que ella em cridava perquè jo li havia cridat molt quan era petita. La culpabilitat era una barrera entre la meua filla i jo i m'impedia exercir de mare d'una forma eficaç i ensenyar-la a expressar-se d'una altra manera. Va ser una tercera epifania per mi.

Però si jo era una dona intel·ligent, si la culpabilitat m'ho feia passar tan malament... com és que m'hi havia quedat atrapada?

Doncs perquè la culpabilitat em permetia adaptar-me a la situació que vivia. Des de la culpabilitat em sentia víctima de la situació, del mal humor dels fills, de les seves dificultats, de la vida. I, com a víctima, buscava el suport, la validació dels altres —tal com aquella mare italiana va fer amb mi allà als jardins dels apartaments en què ens allotjàvem a Bogotá. I, a més, com a víctima que em sentia, no connectava amb la meua

capacitat per sortir d'aquella situació i podia "rendir-me". Vaig entendre que el victimisme era una rendició.

Adonar-me de com el meu victimisme ens estava perjudicant a tots plegats em va ajudar a canviar el xip i a recórrer a la meva responsabilitat. No podia canviar allò que havia fet, però podia fer-me càrrec de les conseqüències i ajudar els meus fills des d'on es trobaven ara.

La culpabilitat és difícil de deixar enrere. Cada vegada que la meva filla crida, cada cop que el meu fill reacciona, sento que la culpa es desperta dins meu. Però ara la conec i moltes vegades ja no li dono espai. Em centro a acompanyar els meus fills de la millor manera possible. I em perdono.

Em perdono perquè sempre vaig escollir la millor opció al meu abast. Perquè no en sabia veure d'altres. Descobrir-les ha estat, també, el fruit de la meva responsabilitat.

- **Estimant des del respecte**

La quarta clau és el respecte. Respectar vol dir mirar des de darrere. Vol dir crear una separació. I això és fonamental a l'hora de comprendre els fills.

Vaig trigar molt a adonar-me fins a quin punt jo mirava els meus fills i el seu comportament des de mi mateixa.

Ells em pegaven, ells no em feien cas, ells em provocaven...

És a dir, jo valorava el seu comportament per la manera com m'afectava a mi. I així, me'n proclamava la causa.

El respecte va arribar quan vaig adonar-me que el comportament dels meus fills no necessàriament havia d'estar vinculat amb mi. Un dia, vaig descobrir una frase màgica: "Tot comportament és comunicació."

I sí, els meus fills tenien dificultats per expressar en paraules allò que els passava, allò que desitjaven... El seu comportament era —és— una manera de comunicar.

A partir d'aquí, ells són al centre de la meva interpretació. I això em permet actuar segons les seves necessitats i treure pes a les meves ferides.

Acceptar la comunicació i la vàlua que té per als meus fills allò que expressen és la base del respecte.

Perquè si un infant, o un jove, pot estar bé, ho estarà.

Acompanyar-lo a estar bé a partir de la seva comunicació no és fàcil. Jo no sempre me'n surto. Però m'ajuda a continuar posant-nos a lloc, l'un estirant l'altre, i anar construint un present millor.

- **La joia interior**

La cinquena clau que m'ha permès canviar la mirada sobre els meus fills, i especialment sobre mi mateixa, és el descobriment de la meva joia interior, de la profunditat de l'experiència del meu propi ésser, de la seva riquesa i de la seva permanència i de la capacitat d'estimar, de fruir i d'abordar les emocions que comporta. Ras i curt: el descobriment de la meva dimensió espiritual.

Si en llegir això has exclamat “Oh, no, una menjada de coco”, et convido a contestar-me una pregunta: alguna vegada t’has quedat corprès/esa per alguna cosa? En veure un infant, una obra d’art, un paisatge, en emmirallar-te en els ulls d’una altra persona? Ho havies buscat? On eren, les teves preocupacions, en aquell moment? Probablement, enlloc. La teva ment va quedar aturada, i probablement el teu cor es va expandir i una onada de benestar es va estendre pel teu cos, tot relaxat. I per uns instants et vas oblidar del temps.

Podem entendre que aquest estat de capteniment es deu al fet que alguna cosa ens ha estimulat. Però a mi em convenç molt més una altra explicació: quan quedem corpresos, la nostra ment s’atura. En aturar-se, obre la percepció de la nostra joia interior, l’expressió de les emocions positives interiors —que els grecs anomenaven eudaimòniques— que constitueixen la nostra essència. Aquesta profunditat, aquest benestar queden coberts, amagats, enterrats, si voleu, per la nostra sempiterna veu interior, els senyals que percebem de l’exterior i les contínues emocions que l’una i els altres generen.

A mi, la tècnica de la joia interior em permet accedir a aquest benestar profund a voluntat, en lloc d’haver d’esperar que alguna cosa em deixi sorpresa. Per a alguns de nosaltres, aquest benestar intern és una manera d’experimentar la nostra ànima i el vincle amb la font de la nostra consciència. Altres el podeu interpretar senzillament com un esclat d’endorfines. En tot cas, quan accedim a aquest estat, i quan des d’ell podem evocar un amor incondicional, podem omplir-nos d’amor, sense necessitar que ens el donin. Podem adreçar-lo als altres. Podem accedir molt millor a allò que sabem, però que la nostra ment no vol reconèixer: la nostra intuïció. Podem observar els nostres pensaments i prendre’n consciència. Podem abordar les nostres emocions tot observant quan es formen o bé situant-les en el nostre cos quan generen una reacció; podem deixar-les aflorar i deixar-les anar.

Practicar la tècnica de la joia interior, meditar, escriure lliurement a partir de frases inicials, practicar un esport... són maneres de descobrir el nostre món interior i fruir-ne, saber-nos més que els nostres pensaments i les nostres emocions i esdevenir molt més resilients davant de les dificultats dels nostres fills... i de les nostres.

- **Aliar-nos amb el temps**

I, finalment, arribo a la sisena clau: aliar-nos amb el temps. Donar temps al nostre procés de reconciliació. Jo en vaig passar molts, d’anys, perduda i superada. No puc esperar viure una maternitat plena d’una forma immediata. Roma no va fer-se en un dia, sinó que es va fer cada dia.

Si volem canviar la relació amb els nostres fills, i amb nosaltres mateixos, hem d’estar disposats a treballar per fer-ho real cada dia, a adquirir nous hàbits, a mantenir-los. I no és fàcil, perquè la ment sempre ens assenyala allò que no funciona més que no pas el que va bé i, a més a més, li agrada la familiaritat.

Per això, l’actitud més important que hem de tenir si volem un canvi en la manera com veiem els nostres fills és la perseverança, dia sí dia també, per sempre, per assegurar-nos que cobrim les nostres necessitats, que acceptem els nostres fills, que assumim les nostres responsabilitats, que vivim des del respecte i que conreem el nostre benestar i el nostre amor incondicional.

A mi hi ha eines que m'han ajudat a ser perseverant, i a vosaltres potser també us poden ajudar:

Tenir una visió de la mare que volem ser, de com ens volem relacionar amb el nostre fill. Aquesta visió serà el nostre nord. No cal que estigui escrita en pedra, però sí que involucri el nostre cor i la nostra ment.

Valorar la nostra motivació per fer el canvi. Ho podem fer escrivint una llista de raons, del perquè i del per a què. Una llista que sigui positiva: que estigui orientada a aconseguir, més que a evitar.

I quin és el nostre compromís per canviar? Pensem deixar-ho tot al regne dels pensaments o ho portarem a la pràctica? Si el nostre compromís és petit, què ens atura? O què el pot fer més gran?

Un cop hem decidit canviar, com ho farem? Cercarem l'acompanyament d'un professional? Cercarem grups de suport mutu? Ens formarem? Ens associarem?

En el procés de canvi, serà un miracle que no tornem a ensopegar amb la mateixa pedra novament, que la nostra ment vagi pels circuits antics el dia que estiguem cansades, de mal humor o, senzillament, despistades o que ells estiguin molt desbordats i no puguem valer-nos dels nous recursos per fer front a la situació. Què necessitarem quan això ens passi?

Doncs necessitarem tractar-nos tal com volem tractar el nostre fill: amb acceptació i amor incondicional cap a nosaltres mateixes. Parlem-nos amb tendresa, recordem que som humanes i perdonem-nos de tot cor. I, tot seguit, prenguem responsabilitat d'allò que ha passat, sense entrar en cap drama, i seguim endavant.

Cal apuntar tots els guanys, totes les coses positives que ens passin, al nostre fill/a o a nosaltres, prendre'n nota cada dia.

Ja sabem que la nostra ment sempre ens dirà que tot va malament, perquè la seva funció és que sobrevisquem. Però és un programa. No és la veritat. Cal que conscientment ens mostrem en desacord amb els pensaments negatius ("no ho aconseguiré mai", "no en farem res", "el seu futur és incert"...). Tenir una llista de les coses positives que demostrin fefaentment que aquests missatges són falsos ens ajudarà molt a mantenir-nos fermes en la nostra nova mirada.

I, parlant de la nova mirada, hi ha un altre element que podem introduir des d'un inici o bé a mesura que ens relaxem i puguem observar el nostre fill/a més per allò que és i no pas pel seu impacte sobre nosaltres: una visió positiva i realista del futur del nostre fill/a. Visualitzar-lo en un futur en què hagi desenvolupat el seu potencial, a partir dels seus gustos i les seves fortaleces i, també, dels aspectes creatius, cordials i amables de la seva manera de ser.

Sé que pot ser difícil, però si nosaltres no veiem un futur positiu per al nostre fill/a, quina visió de si mateix/a li estem fent arribar? No us estic convidant que us imagineu que serà un gran professional. En el meu cas, una amiga meva, practicant la joia interior, va visualitzar l'Enric molt content treballant en una botiga de roba de futbol. I a ell li agrada molt el futbol. Així que per a mi és aquest l'Enric que pot arribar a ser i és aquest el que invoco tot sovint, quan veig com aprèn, però també en situacions complicades en què pot sorgir la desconfiança.

APOSTAR PER FRUIR DE LA VIDA

Ja us he dit que mai no vaig poder conèixer el secret d'aquella mare basca que estava tan tranquil·la a la platja amb el seu fill totalment descentrat. Però ja no ho necessito, perquè he descobert, fins al moll de l'os, que finalment la meva resposta és deixar de sentir-me una víctima de les meves circumstàncies i començar a fruir de la vida, de la vida que jo he buscat i escollit. Sí, ni que fos des de la inconsciència, i tot i no haver estat acompanyada com hauria calgut, és la vida que he buscat i escollit.

I fruir de la vida vol dir tant cercar moments per a les coses que a mi m'agraden —la meva feina com a *coach*, meditar, caminar mirant els arbres, mirar sèries de tant en tant, sortir amb les amigues...— com estar present i oberta a tot el que m'aporta el dia a dia amb els meus fills, incloent-hi aquells dies que són més repetitius, tediosos o, com encara passa de tant en tant, desagradables.

Perquè aquesta és la nostra vida. La meva vida. L'única que tinc. La que es construeix moment a moment. I l'única des de la qual puc estimar. L'única de què puc fruir...

I com més en frueixo, més possibilitats s'obren. Els meus fills em presenten nous aspectes, s'obren com flors i gaudeixo de cada nova sorpresa.

Quan canvia la mirada, allò que mires, canvia. O bé, quan estem bé, el nostre fill/a està millor.

I no m'entengueu malament: hi ha reptes a la meva vida. Alguns de feixucs. Però ja no em descentren tant. I, quan em descentren, trigo menys a centrar-me de nou.

Al final, tot canvi comença per nosaltres mateixes. Per ser amables amb nosaltres mateixes. Per perdonar-nos. Per acceptar-nos com som, amb la nostra llum i les ombres que hem anat acumulant al llarg de la vida. I per fer-ho cada dia.

Fins aquí he compartit els reptes i també el creixement que m'ha comportat la nostra decisió d'adoptar fa ja tants anys. Com vosaltres, ignoro els reptes del futur, perquè la vida es recrea constantment en el present. A cada segon creem un nou futur. Per tant, val la pena que ens vagi a favor, oi?

Tant si sou pares adoptius com si us plantegeu arribar a ser-ho o si sou fills adoptats, us convido a esdevenir el jardiner o la jardinera de la vostra vida.

PERSONES ADOPTADES

La meva experiència

ANNA VICENS

INTRODUCCIÓ

Abans d'entrar en matèria —és a dir: abans d'explicar la meva història de vida en relació amb l'adopció—, crec que és important situar-nos. És per això que explicaré com va anar el meu procés d'adopció, o sigui: com era la meva vida abans d'arribar a Catalunya.

Els meus pares, la Rosa i en Miquel, tenien clar que volien tenir dos fills, un nen i una nena, d'origen romanès i que els volien adoptar en edats primerenques. Així doncs, el meu germà Joan, amb qui no tinc una relació de consanguinitat, va ser un dels primers infants a sortir de Romania cap a Espanya, després que s'acabés el règim totalitari de Ceausescu. Aleshores Romania sortia d'una era molt tràgica i devastadora, en què moltes famílies es van veure forçades a abandonar els seus fills en orfenats o, fins i tot a deixar-los al carrer, en qualsevol lloc. Això va suposar que el país s'omplís d'infants orfes i als orfenats amb prou feines podien cobrir les seves necessitats bàsiques per la situació econòmica. A Romania els orfenats eren edificis molt grans, freds i impersonals i les cuidadores dels infants els deixaven moltes estones al bressol. De manera que, gran part del temps, estaven desatesos.

En arribar als anys noranta, Romania va tornar a agafar força, i va ser un dels països on més adopcions internacionals es van tramitar. I és en aquest moment que els meus pares van adoptar el meu germà, i tres anys més tard, el 1994, a mi.

Els meus pares van haver de moure's molt, anar a molts llocs per fer tot tipus de gestions burocràtiques. Malgrat tot, tant la meva adopció com la del meu germà van ser força àgils, tenint en compte el context de postguerra. També és cert, i això m'ho han repetit moltes vegades, que van tenir molta sort amb la traductora que els va tocar, ja que els va facilitar moltes coses —van entaular una relació molt sincera i pròxima amb ella— i també amb altres professionals com ara els del servei mèdic, que els van donar informació imprescindible i transcendental per poder tenir un procés d'adaptació el més ajustat possible a les nostres necessitats.

Pel que fa a la meva adopció, no hi ha una sola vegada que no m'emocioni quan en parlo. M'endinso en un sentiment infinit d'agraïment (no pas d'estar en deute) cap als meus pares. No puc evitar pensar què hauria estat de mi si no m'haguessin adoptat. Crec que aquesta pregunta, inevitablement, tota persona adoptada se la fa. Perquè no deixa de ser una pregunta existencial, i un no pot deixar de pensar què hauria passat si el camí o el destí hagués sigut un altre. Però no sempre ha de ser millor, perquè l'adopció no et salva de la motxilla que tens ni és un escut o un mur que et protegeixi de les coses que et puguin passar, desencadenades o no per l'adopció.

La meva història —per mi la meva segona vida— va començar quan el meu pare va anar a veure un orfenat de Buzau. Li van parlar d'un parell de nenes, una d'elles, molt morena, tant de pell com de cabell, amb uns ulls molt grossos, i el meu pare em va veure

passar per allà. Emocionat, va dir que volia coneixe'm i saber de mi. El personal de l'orfenat, incloent-hi el mèdic, va mostrar-li certes reticències perquè deien que no gaudia de bona salut. Li van explicar que tenia problemes digestius i que no hi veia bé (encara no m'havien posat ulleres). Li van voler deixar clar que com que la meva visió era força justa, em costaria tirar endavant i ser algú a la vida i que valia més que adoptessin una altra nena. Però això no va impedir que el meu pare insistís que volia anar-se'n de Romania amb mi. L'orfenat va parlar amb la traductora, que va actuar com a medidora a favor del meu pare, i aquest no els parava de dir que ja havia ensenyat fotos meves a la seva dona i que aquesta també estava d'acord a adoptar-me.

El meu pare sempre em diu que va dir a la traductora que ja podien dir missa, que no els serviria de res insistir, perquè ell i la meva mare ho tenien ben clar. I dit i fet, al cap de pocs dies ja estava amb els meus pares.

El dia que vaig començar una nova vida em van portar amb cotxe fins a l'hospital i després a l'hotel. Els meus pares eren a l'entrada, esperant-me. Quan el pare m'explica aquest moment, veig que li brillen els ulls. Diu que em va reconèixer de seguida dins del cotxe, tot i que el cabell el tenia ben diferent de la primera vegada que em va veure. A l'orfenat tenia el cabell ben llarg, però abans de sortir em van rapar. El pare cridava eufòric (tal com m'ho relata cada vegada) a la meva mare: "Mira, Rosa, és l'Anna! Aquesta és l'Anna!" I penso que és molt bonic que algú t'espera amb tantes ganes i il·lusió, com si s'hagués d'acabar el món en aquell moment i només existís el present. Cada vegada que escolto el meu pare, penso que he tingut molta sort que es fixés en mi i que insistís en el que volia, tot i escoltar moltes valoracions contràries a la seva voluntat i al seu desig.

El fet que volguessin evitar la meva adopció ha servit als meus pares per ensenyar-me a persistir, a lluitar pel que vull. Més endavant explicaré algunes experiències en què he posat en pràctica aquesta constància i fidelitat en el que crec per arribar on vull.

La meva mare m'ha explicat moltes vegades com va ser el primer contacte amb mi, el primer moment íntim entre totes dues, al lavabo de l'hotel de Bucarest. Crec que en aquell moment es va fer palès, de forma ben clara, el caràcter de totes dues. Ella em deia que m'havia de banyar, i ho feia en català, idioma que jo encara no entenia. I jo em negava a banyar-me, i ho deia en romanès. Aquesta escena és anecdòtica, però em commou imaginar-nos totes dues expressant-nos com podíem.

La meva mare explica moltes vegades que quan em va veure nua aquell dia es va adonar realment del meu estat de desnutrició en sortir de l'orfenat. Estava molt prima i fofa, cosa que ja li havia dit el servei mèdic. La mare també es va adonar que pràcticament no sabia caminar, amb quasi 3 anys que ja tenia. Malgrat que no parlàvem la mateixa llengua, la meva mare em podia entendre a través dels meus gestos i de la posició corporal.

Pel que fa al meu idioma natiu, el vaig perdre en qüestió de molt pocs mesos i ja no en recordo cap paraula. A vegades penso que és molt fort oblidar per complet l'idioma del teu país d'origen, i més encara en una edat que l'estàs començant a parlar. És una de les coses que més em dol, haver perdut la llengua nativa, ja que aquesta és una de les principals arrels d'una persona. Però entenc que és el peatge que havia de pagar per assimilar bé la nova cultura i, així, adaptar-me al nou context social.

Després de pocs dies d'arribar a Catalunya, la meua mare va veure que després d'anar al lavabo havia tret un cuc força gran i llarg. De seguida el va posar en un pot i el va portar al pediatre, que li va dir que en les condicions en què havia estat durant tant de temps era molt normal. Li va explicar que el meu cos s'havia d'adaptar a un altre medi totalment diferent, que això tardaria el seu temps i que podia ser probable que tornés a treure'n més. I així ha sigut: cada cert temps en trec. Però ja no m'espanto —potser de més joveneta sí— però arriba un punt que he assimilat, com moltes altres coses, que el meu cos és com és. Perquè, encara que no recordi les condicions insalubres i d'abandó que vaig viure a l'orfenat de Romania, sé que, d'alguna manera, moltes de les coses que vaig viure allà han quedat en mi.

L'adaptació al nou context social, tenint en compte el conjunt de condicionants i/o dificultats que vaig tenir, no va ser gaire planera. Però amb el son i el menjar no vaig tenir problema. La mare sempre m'ha dit que de petita menjava molt, cosa que, d'una banda, potser era deguda a les mancances alimentàries que havia patit i, de l'altra, explica que sempre he sigut de menjar grans quantitats, fins i tot a vegades de forma exagerada. He sentit a dir moltes vegades, sobretot als meus pares: "Anna, que ningú t'ho prendrà." Menjava molt ràpid, i encara ho faig —tot i que menys, perquè en soc més conscient. Però és veritat que normalment menjo amb molta rapidesa.

El procés d'adaptació se'm va fer molt difícil pel que fa a les relacions, els hàbits i les rutines. Vaig haver d'aprendre moltes coses en molt poc temps, perquè el meu desenvolupament integral no s'adequava a l'edat que tenia. Era com si tingués un any menys, i vaig haver de començar per les coses més bàsiques que els infants que anaven amb mi a l'escola ja havien assolit i integrat perfectament.

PRIMERA INFÀNCIA

Vaig aterrar a Barcelona un dia de juliol de 1994. Aquell dia és com si hagués nascut de nou. És com si hagués posat un stop a la vida que tenia abans per començar-ne una altra. A vegades penso que és com si una part de mi hagués mort perquè pogués renéixer una altra Anna. És molt fort dir-ho —i més encara sentir-ho— però és així. Oblides la vida d'abans que t'adoptessin i només et centres en la vida que t'espera, amb la teua nova família.

Aleshores, tenia 3 anys, i havia d'aprendre i integrar infinites coses. Res del que viuria a partir d'aquell moment no ho havia viscut a Romania.

Els pares m'han explicat moltes vegades que mirava al·lucina tot el meu voltant. Estava atenta a tot allò que mai o quasi bé mai havia pogut experimentar: el soroll d'un autocar en arrencar, les portes d'un ascensor que s'obrien i es tancaven, els edificis molt i molt alts, totes les coses que hi havia al carrer, etc. En definitiva, tota una sèrie de coses que eren completament habituals per a una persona d'aquí i que, en canvi, per a mi eren completament noves i, alhora, molt atractives. Ara penso que badava sovint observant l'entorn i que m'atabalava en rebre tants estímuls i de cop. Malauradament, no recordo com vaig viure tota aquesta magnitud d'informació, però crec que d'alguna manera em devia impactar, sobretot a nivell visual, i més tenint en compte que hi veia força malament.

Sempre m'han dit que, al posar-me ulleres, just en començar l'escola, ho mirava tot amb uns ulls molt oberts i expectants. La meva mare diu que "vaig veure el món per primera vegada", com si al posar-me les ulleres pogués veure tot el que mai no havia pogut veure, encara que moltes coses no sabia què eren. A Romania es notava que no enfocava bé i per això semblava com si fos guenya. La veritat que quan m'explica això m'imagino una nena perduda perquè no pot veure-hi bé i que, quan per fi ho aconsegueix, no es pot creure tot el que està observant.

Ara ho explico així, però em pregunto què és el que realment veia quan era a Romania. La mare sempre m'ha dit, amb tota naturalitat, que tenia molt poca visió quan em van adoptar, que es notava força que no hi veia i que el doctor li va dir que havia estat quasi tres anys de la meva vida veient-hi borrosos. Em sento molt afortunada que l'adopció em tornés la vista, perquè literalment se'm va obrir el món.

Retornant al procés d'adaptació, els primers mesos em van servir per descobrir i redescobrir-me. La mare sempre m'ha remarcat que em mostrava més aviat cohibida i que era introvertida. Tot i així, puc saber —encara que no ho recordi— que en el meu cos s'hi estava emmagatzemant informació vital i transcendental.

De vegades, ens pot costar expressar el que sentim, i més en edats primerenques i després d'haver viscut situacions límit i traumàtiques. Però sempre queden les emocions en forma de memòria sensorial. I crec que això és el que em va passar.

Crec que fins que el meu cos no es va sentir del tot reconfortat, no vaig deixar de mostrar-me tímida o poruga. Sens dubte, puc dir que l'escola de seguida va esdevenir un lloc i un espai on deixar-me anar i expressar. Potser perquè convivía amb infants i això em feia sentir com una més. La qüestió és que en aquest context és on em vaig poder desinhibir i vaig alliberar totes les pors o resistències.

Els primers anys a l'escola estava activa i em mostrava inquieta per saber. I ara entenc que va ser així perquè em sentia en una zona de protecció. Perquè un infant no es desinhibeix si no sent aquesta seguretat imprescindible per poder ser.

En definitiva, crec que d'alguna manera sabia que si queia em sostindrien, cosa que no passava a l'orfenat, on no tenia el suport que tot infant necessita per sobreviure i per desenvolupar-se de forma òptima.

La mare sempre m'ha dit que de seguida es van adonar que era molt trapella, i encara ho soc ara, amb 31 anys. És veritat que sempre m'he mogut en el límit de les coses. És el recurs que feia servir perquè s'aturessin i em miressin, per expressar la necessitat de dir: "Ei, soc aquí!"

Aquella Anna que sempre estava pensant quina malifeta podia fer va fer acte de presència poc temps després d'haver arribat. Era la meva manera d'expressar-me i de ser. La mare diu que sempre la feia anar de bòlit i li portava la contrària. I és així, però té la seva explicació.

Imagineu-vos un infant, amb les seves necessitats d'explorar, que es passa els seus tres primers anys de vida pràcticament entre les parets d'un orfenat, sense poder conèixer el món que l'envolta i, per tant, sense poder desenvolupar-se. I, de cop, d'un dia, es troba en un lloc totalment diferent, ple d'oportunitats, amb una persona que en té cura, amb un referent estable i sòlid. Totes aquestes mancances afectives i emocionals són molt difícils de pal·liar.

No trobo paraules per descriure aquesta necessitat tan intrínseca i vital de conèixer i de relacionar-me. I sé que els meus pares en van ser molt conscients des del principi, sobretot la mare, que és qui tenia més contacte amb l'escola o amb altres professionals o especialistes que em podien atendre.

Recordo que la mare se sorprenia quan la professora li deia que no parava de parlar. Però si a casa em costava molt desinhibir-me i em mostrava més aviat cohibida, poc expressiva i enèrgica... Quina diferència entre casa i l'escola, oi? Com ja he dit, el cos escolta i sent, i sap perfectament on es pot obrir.

Vaig començar l'escola el mateix any que vaig arribar. I de seguida es va fer palès que no podia seguir el ritme dels altres infants. L'Anna trapella també va aparèixer de seguida. Les malifetes eren una forma de comunicar-me, sobretot amb les professores. És a dir: cridava l'atenció, per exemple, tacant-me la bata de pintura perquè no sabia agafar bé el pinzell, o bevent-me l'aigua del cubell si fèiem activitats o, quan tots els infants estaven asseguts, aixecant-me i començant a fer voltes. A l'escola eren molt conscients que aquesta era la meva manera d'interactuar amb les persones i amb l'entorn, i es notava que no ho sabia fer d'una altra manera. La meva professora i tutora els primers anys, la Sílvia, ho sabia, ho respectava, i fins i tot promovia aquesta descoberta i aquesta expressió, espontània i lliure. Però també em va haver de posar molts límits, sobretot en coses que no em perjudiquessin, perquè em va costar saber identificar el perill. Això sí, mai tenia cap intenció de fer mal a ningú, simplement em comunicava i m'expressava com si fos encara un bebè.

La Sílvia, després de molts anys, es recorda perfectament de la meva arribada i adaptació. M'explica, rient, que sempre em veia a venir —és a dir, sabia per on li sortiria— i això feia que ella se'm pogués anticipar per guiar-me o ajudar-me. Per exemple, si fèiem alguna activitat d'experimentació, era la primera a qui posava la bata. Quan veia que estava cansada i s'acostava l'hora de la migdiada, se m'asseia a la falda. I em fa molta gràcia quan em diu que es recorda sempre de la meva mare, que m'havia de posar com a mínim dues mudes de roba a la motxilla.

La Sílvia tenia molt presents i identificades les necessitats que jo tenia, i tenia en compte que jo havia estat privada de tantes coses. Quan parlem del tema, sempre em remarca que té la sensació que probablement a l'orfenat m'havien embolicat amb molta roba per tenir-me controlada, igual que a la resta d'infants, i que per això m'havia costat tant caminar, córrer, és a dir, fer activitats motrius.

La mare m'explica que vaig anar amb cotxet ben bé fins als 5 o 6 anys i que quan m'havia de portar a algun lloc o sortíem, sempre se l'emportava per si de cas.

La Sílvia em va haver d'ensenyar amb tres i quatre anys coses com què era una pilota, un llapis, seure en una cadira, diferents hàbits —tant d'higiene com d'altres tipus— com esperar el meu torn, relacionar-me sense prendre les coses dels altres, comportar-me de manera més pausadament i gaudir del moment, entre d'altres.

Per sort, els companys i les companyes de classe van entendre que havia d'aprendre moltes coses que ells ja sabien. Gairebé era com un bebè al seu costat. Quan fèiem activitats d'aigua, si els altres infants veien que m'havia mullat, de seguida ho deien a la Sílvia. Em cuidaven. I em van ensenyar on eren les ales perquè després pogués començar a volar sola.

En definitiva, aquest primer curs de P3 va servir per constatar que necessitava més temps per tenir les mateixes capacitats i habilitats que els altres infants. I per això van prendre la decisió que repetís curs, i crec que va ser la millor opció per a mi. Perquè, si hagués continuat amb els infants del primer any, cada curs hauria estat un infern, ja que no hauria pogut aprendre de la mateixa manera que ells. Era impossible que pogués anar al mateix ritme que ells a causa de tot el temps que havia estat inactiva.

Crec que en un lloc com un orfenat, i més encara en aquells temps de postguerra, és impossible poder desenvolupar-se harmònicament, i això és el que em va passar a mi.

Sovint he pensat que si no hagués sigut per l'escola, i concretament per la Sílvia, hauria tingut un procés d'adaptació i d'aprenentatge diferent. Crec que vaig tenir molta sort.

En definitiva, l'etapa infantil la recordo com un temps molt valuós; va ser un punt d'inflexió en la meua vida, com un gir de 360 graus en positiu, i em va donar el sentit i les ganes de viure. Així doncs, aprofito aquest espai per agrair a la Sílvia el seu caràcter maternal i les seves ganes d'acompanyar-me en cada passa que feia. Sempre la tindrè present i la recordaré com una segona mare. Vaig ser molt feliç.

SEGONA INFÀNCIA

Després d'uns primers anys d'aprenentatge i descoberta constants i d'esprémer cada dia com si no hi hagués un demà, ara, d'adulta, sento que la segona part de la meua infància no va ser tan dolça com la primera. D'una banda, l'adopció es va silenciar, va desaparèixer de la meua vida. Sabia que formava part de mi, però en aquell temps no tenia cap voluntat ni necessitat de parlar-ne. De l'altra, van començar les grans dificultats de relació amb els iguals i les persones adultes, i això em va portar molts problemes, els quals es van manifestar amb molta contundència en l'adolescència.

En l'etapa de l'educació primària havia agafat molta confiança a casa, amb els meus pares i el meu germà, i també a l'escola. Havia millorat molt quant a motricitat, llenguatge, vocabulari, comunicació, etc. I això suposo que em va donar molta empena per actuar segons el que sentia en cada moment. Així doncs, havia superat un procés d'adaptació complicat i difícil i ara venia el repte d'adaptar-me a unes rutines, unes normes i uns models de relació nous, en concordança amb l'edat que tenia i el que s'esperava de mi.

L'Anna trapella, de la qual parlava al principi, es va accentuar encara més, cosa que va tenir un efecte negatiu en les persones del meu voltant. Em costava molt aturar-me, escoltar, comprendre el que m'estaven dient, i això feia que em castiguessin sovint sense que jo entengués per què ho feien. Les professores que vaig tenir a la primària em recorden com un cul inquiet, que em passava més hores fora de l'aula que dins. I això també té la seva explicació: després de fer-me diverses proves psicològiques van veure que tenia dèficit d'atenció (sense hiperactivitat). A partir de llavors, l'escola va poder entendre les meves necessitats i decidir el tipus d'ajuda més adient.

Quant a aquest diagnòstic, la mare sempre m'ha dit que l'escola va trigar a fer-me les proves i que, quan finalment me les van fer, ella es va enfadar i els va recriminar que havien estat massa temps sense saber realment què em passava.

L'escola em va dissenyar un currículum adaptat i vaig començar a anar a una aula que anomenàvem "peixera" per fer aquelles assignatures que em costaven més, amb una professora dedicada a mi.

El final d'aquesta època el recordo més aviat gris, perquè sempre acabava tenint conflictes o malentesos amb els iguals i això feia que no pogués tenir relacions d'amistat o pròximes. Imagineu-vos la frustració, la soledat i la ràbia que pot sentir una nena de 9 o 10 anys —en aquests anys el grup i la integració són molt importants— al veure que les persones que té al costat se'n van i ella no pot comprendre per què. D'altra banda, el que em passava és que en relacionar-me mostrava certes actituds possessives que m'allunyaven de les amistats. Si jo notava que algú volia estar amb mi, feia els possibles perquè no se n'anés, i acabava dient mentides o dient coses que realment no eren certes sobre altres persones. En conclusió: la majoria dels conflictes amb altres infants —produïts per actituds receloses, d'enveja o impulsives—, me'ls buscava jo.

Recordo perfectament, com si fos ahir, quan vaig començar a sentir-me sola. Els infants es distanciaven de mi i preferien jugar o fer una activitat o un treball amb altres. Això va fer que jo mateixa també m'aïllés: si havia de rebre rebuig, era millor estar sola. I ara puc adonar-me que no era així, però en aquell temps no sabia, no podia o no volia escoltar o demanar ajuda, la qual cosa va fer que entrés en una espiral molt fosca d'autoexigència i de menyspreu cap a mi.

Crec que en aquell moment de la meua vida es va anar fonent l'Anna riallera que es passejava per tot arreu amb la intenció que la miessin. Preferia passar desapercebuda.

A tall de resum, crec que els meus pares no van poder entendre ni per què em mostrava abans tan impulsiva i/o alterada ni per què vaig començar a mostrar-me més aviat invisible. I no els culpo perquè no ho compreguessin: simplement és que tota la part aquesta de les emocions i dels sentiments sempre se'ls ha escapat, ja que només tenien en compte el meu comportament, com si no hi hagués res més darrere d'aquest, i, per tant, no podien ser conscients dels motius de la meua conducta.

A finals d'aquesta etapa, a punt de passar a la secundària, l'adopció es va començar a passejar per la meua ment, com si em digués "ei, soc aquí". És a dir: vaig tornar a tenir més present l'adopció, però sense intenció ni necessitat de pensar en coses concretes ni d'indagar res. Era com si em saludés de tant en tant, i jo també a ella, com si estigués a les portes de reobrir un món oblidat, sense tenir l'impuls d'entrar-hi de nou.

ADOLESCÈNCIA

Abans de tot, m'agradaria ressaltar que aquesta època va ser la pitjor de la meua vida, va ser un malson, i malauradament tinc la sensació que es va allargar fins als 19 o 20 anys. Crec que quedaria curta si l'anomenés "època fosca", i no tant per les coses que van passar, sinó per com em van impactar.

Venia d'una infància inestable, tant amb mi mateixa com amb el meu entorn. **Recordo sentir que alguna cosa, des de molt endins meu, s'estava despertant i es preparava per sortir.** Pràcticament van haver de passar dos anys perquè pogués exterioritzar, d'alguna manera, el que feia temps que estava reprimint.

Els primers anys de la secundària continuava aïllant-me cada vegada més, perquè havia perdut la confiança en mi mateixa, tant per expressar-me com per fer-me escoltar. La

situació es va anar agreujant, ja que havia de conviure gairebé cada dia amb alguns nois que tenien la necessitat de fer el pinxo davant dels més dèbils o sensibles —com jo, que m'havia tornat lenta de pensament i de reacció. Era molt fàcil ficar-se amb nosaltres i fer-nos sentir cada cop menys valuoses. La falta de confiança i amor cap a una mateixa provoca inseguretat, dubte i incertesa. No podia reaccionar a temps, defensar-me o, simplement, saber el que volia o no volia aleshores.

Recordo passar moltes estones al pati sola, perquè no sabia amb qui anar o estar. Realment em sentia incòmoda amb tothom. Suposo que com millor estava era amb la meva soledat, però aleshores no la veia com una cosa positiva, sinó com a enemiga. Recordo que els dies, les setmanes, els mesos... passaven tan lents, i eren molt dolorosos, com si et clavessin molt lentament un ganivet que no t'acaba de travessar.

Vaig tenir el mateix tutor els dos últims cursos, és a dir, a tercer i quart de secundària. L'Eduardo, en pau descansi, era una benedicció de persona, un professor a qui agradava anar a l'arrel del problema. S'asseia amb tu i, directament, amb la sinceritat que el caracteritzava, et preguntava: "*A ver, Anna, cuéntame, mi niña, qué te pasa.*" Al principi em va sorprendre molt que em parlés d'aquesta manera tan transparent i pròxima. Però li vaig agafar confiança i parlava amb ell moltes estones, sobretot durant el pati, i li explicava com em sentia. L'Eduardo va esdevenir una figura de referència transcendental i cabdal en aquella època, però també en la meua vida, ja que va fer que aquesta prenguéss un altre camí. L'Eduardo va ser aquell tutor que necessitava per aprendre a navegar entre tantes onades que em podrien arribar a ofegar en qualsevol moment.

Una de les situacions que em van obligar a indagar va ser quan vaig haver de fer un arbre genealògic a l'institut. Puc dir, que realment, ho vaig passar molt malament, perquè vaig haver de fer memòria i de posar en un full de forma molt resumida els meus antecedents familiars. I què fas quan no n'hi ha o quan no els coneixes? Aleshores sorgeixen molts dubtes sobre el passat, sobre els inicis de la teua història de vida que provoquen malestar i desconcert.

Com que no sabia res sobre la meua vida passada, no podia saber qui era realment. Era com si em faltessin algunes peces d'un puzzle. Vaig sentir que no podia construir la meua identitat perquè no sabia quins eren els meus orígens.

Amb totes aquestes emocions a flor de pell, a més del sentiment de menyspreu cap a mi i cap al món que m'envoltava, vaig estar un temps molt tancada en mi mateixa. Gairebé només sortia de casa per anar a l'institut i a la psicòloga, i la resta del temps em quedava a l'habitació. Vaig refugiar-me molt en l'escriptura i la poesia, i vaig començar a escriure un diari —m'ho havia recomanat la psicòloga. Després, en adonar-me que escriure em servia per evadir-me, despullar-me i sanar-me, van començar els escrits en forma de poesia. Escriure representava un bàlsam per a mi.

Al mateix temps, vaig començar a anar a una nova psicòloga. Tenia moltes dificultats per obrir-me i explicar com em sentia, què volia o què m'agradaria fer. Però tenia molta necessitat d'explicar tot el que s'estava remonent dins meu. Era com si tingués un mal d'estómac i no sabés com fer-me'l passar. Crec que l'Eva, la psicòloga, em va anar adreçant cap al camí del retrobament amb l'adopció i, al mateix temps, de l'acceptació de mi mateixa.

Vaig començar a preguntar als meus pares coses de quan em van adoptar: si sabien qui eren els meus pares, com em van conèixer, on era abans que m'adoptessin, etc. Crec que tenia una necessitat de buscar persones amb qui em pogués identificar, amb qui tingués una semblança física, ja que en aquell temps no em sentia part de cap grup de nois i noies i no tenia cap amiga de debò. Així doncs, més que necessitar saber qui eren els meus pares biològics, necessitava omplir un buit de socialització i identitat. Tot i així, crec que de forma molt tímida, va començar a néixer en mi la necessitat de saber els meus orígens, les meves arrels.

Amb l'Eva vaig començar a deixar anar pensaments, preguntes i dubtes sobre l'adopció. Amb ella vaig establir una relació de confiança. Ella no em jutjava, igual que l'Eduardo. Així mateix, aquest espai terapèutic també va ser crucial per començar a posar nom a tot el que em feien sentir a l'institut. Vaig començar a treballar i a formar la meua primera identitat i, alhora, l'autoestima. Sortia de la consulta i em posava a plorar sense parar. Em trencava abans d'arribar a casa. Però tenia molt clar que el treball amb l'Eva estava començant a donar els seus fruits, després de dos anys intensos de descobrir-me i obrir-me, d'escoltar i d'acceptar.

El malestar encara seguia dins meu, sentia encara molta ràbia, incomprensió, frustració i solitud. Però, per sort, l'escriptura i la poesia m'ajudaven a apaivagar els moments de crisi, contenien les ganes de trencar amb tot i impedié tant la destrucció com l'autodestrucció. Però no van poder evitar que entrés en el tram més difícil i complex de l'adolescència, perquè tot el que portava a dins, contingut durant tant de temps, va començar a sortir com en explosions volcàniques, que no podia o no sabia controlar. I vaig començar a tenir episodis d'explosió de la ràbia que havia conviscut amb mi durant tant temps.

Els meus pares van ser les persones contra les quals més vaig projectar totes les meves frustracions, pors, inseguretats i incerteses, i em sap greu que fos així. Però és el que em sortia en aquell moment de tanta inestabilitat i incomoditat. Ells em veien susceptible, em deien que saltava per no res, i com que em portaven la contrària, vaig començar a anar amb companyies que no em van portar per bon camí i que no eren amistats veritables, sinó per interès.

Al principi d'anar amb aquest grup de gent em sentia reconfortada i important. Per fi formava part d'un grup d'iguals on podia sentir-me una més. No és fins més endavant que no vaig adonar-me que no em feien cap bé.

Just en aquesta època de rebel·lió vaig començar a experimentar el sentiment d'abandó, ja que notava que cada cop m'allunyava més dels meus pares. Em sentia rebutjada per ells. No em deixaven fer el que volia, i discutíem sempre que estàvem junts.

Al mateix temps que et sents abandonada fins i tot pels pares adoptius, et fas la víctima i penses que potser t'han abandonat perquè t'ho mereixes, i, francament, és un diàleg amb una mateixa molt destructiu i colpidor. I aleshores costa molt tornar a valorar-te, veure els teus mèrits i reconèixer que mereixes alguna cosa, perquè tens una autoimatge i un autoconcepte distorsionats i et penses que tot ho fas malament i que fas mal als que més estimes i creus que t'estimen.

La sensació que em rebutjaven la vaig extrapolar a les relacions d'amistat. M'envaïa un sentiment d'abandó, sentia llàstima per mi mateixa i, fins i tot, fàstic. I potser us preguntareu com surts d'aquesta foscor. Doncs caient fins on hakis de caure. Es tracta de deixar-te desfer en mil trossets, com si fossis un mirall que es trenca, i deixar-te collir per qui estigui al teu costat i vulgui sostenir-te.

Recordo que l'Eva em va fer fer molts exercicis incòmodes consistents a reflexionar sobre les meves accions, les conseqüències i els impactes d'aquestes, en mi i en els altres. I vaig tocar fons. Li vaig revelar coses que havia pensat i viscut i que tenia guardades de feia molt de temps. I això és el que em va ajudar a agafar impuls per tornar a alçar el vol.

Quan penso en aquesta època, m'imagino una noia continguda que, de cop, es desinhibeix i així es presenta al món, no precisament amb les millors maneres. De totes maneres, estic convençuda que vaig haver de passar tot el que vaig passar per poder reconeixe'm positivament, per primer cop.

PRINCIPI DE L'ADULTESA

Després de deixar enrere tanta tempesta i erupció, vaig deixar d'anar a teràpia. Em sentia més estable, mentalment i emocionalment. És a dir, més connectada amb tot el que creia que m'identificava. Vaig quedar-me en un cercle petit, sa i estable, d'amistats, cosa que em va donar molt de confort. Ja no tenia aquell buit de no sentir-me part de cap grup ni de no tenir cap lligam estable.

D'altra banda, el sentiment d'abandó, experimentat intensament a finals de l'adolescència, es va dissoldre. Em sentia segura amb les relacions socials que tenia, tot i que m'havia tornat una mica desconfiada, cosa que m'impedia establir lligams forts de seguida, com abans havia fet.

Em vaig construir una cuirassa, que privava la majoria de persones d'accedir a la meva part més íntima o privada. Dit d'una altra manera: vaig crear com un mur per protegir-me de tothom en general, i em prometia a mi mateixa que ningú no em tornaria a fer mal. I, en conseqüència, actuava a la defensiva quan veia que algú em volia prendre el pèl o quan em feien una broma que no m'agradava o que, simplement, no entenia. Mantenien una actitud hipervigilant amb l'entorn. Molta gent em deia: "Tranquil·la, que és una broma" o "No et posis així; ho has entès malament". Aquella cuirassa distorsionava i condicionava en certa manera les relacions socials i impedia que fluïssin. Només em sentia completament lliure i relaxada amb les amistats d'aquell moment, que podia comptar amb els dits d'una mà.

En aquesta època havia guanyat seguretat i estima cap a mi mateixa, però, alhora, hi havia una petita part de mi que se sentia incòmoda, tot i que no era ben bé un malestar. Vaig tornar a iniciar un diàleg amb l'adopció, i em preguntava per primer cop coses que mai m'havia preguntat o que no havia volgut saber. Vaig demanar a la meva mare que m'ensenyés el document en què es ratifica l'adopció i en què també s'esmenten alguns antecedents familiars. Aleshores tenia vint-i-dos anys aproximadament, i recordo que vaig tenir un gran impacte, perquè vaig poder llegir el nom dels meus pares biològics i saber que, just després de néixer jo, la meva mare havia decidit firmar la renúncia a la meva tutela. I des d'aquell moment vaig viure a l'orfenat, fins que em van adoptar. A

més a més, em vaig assabentar que tenia un germà més petit, amb qui em portava poc més d'un any.

Recordo que va ser una informació que em va costar molt de digerir. En llegir-la vaig sentir calfreds, debilitat muscular i certa sensació de mareig. Crec que mai m'havia imaginat que m'impactaria d'aquella manera. En resum, se'm va desmuntar per complet la identitat que fins aleshores m'havia construït i amb la qual em sentia segura. Vaig experimentar sentiments de rebuig i menyspreu vers la meua mare biològica. No podia entendre com havia pogut abandonar la seva filla en néixer i per què, en canvi, s'havia quedat el meu germà biològic. Allò em va sobrepassar i em va connectar de nou amb el sentiment d'abandó, amb aquella sensació horrible d'haver sigut rebutjada.

Definitivament, va ser un punt d'inflexió tan dolorós i desconcertant que la meua ment de seguida va defugir l'adopció. No parlava amb ningú del tema. I ara entenc els anys posteriors de silenci; em resistia a reconciliar-me amb l'adopció perquè no volia tornar-me a sentir rebutjada, ofegada per un sentiment d'abandó que em feia sentir desvalorada, petita i insignificant.

Pocs anys més tard, vaig estudiar un grau superior en educació infantil. Aleshores no sabia encara què volia estudiar si anava a la universitat, tot i que tenia clar que volia seguir relacionada amb el món de la infància, però no em veia com a mestra. Fins que vaig començar una assignatura que tractava sobre famílies en risc d'exclusió social. Vaig poder conèixer alguns dels serveis que hi ha per atendre-les i quines són les causes de l'exclusió, la marginació, l'abandonament, etc.

Una professora ens va explicar què eren els centres de protecció de menors i quina era la seva finalitat. I vaig tornar a connectar amb l'adopció i l'abandonament: volia fer alguna cosa per aquells infants que devien viure situacions semblants a la meua.

Estava segura, com molt poques vegades ho he estat, que havia d'anar per aquell camí, ja que quelcom dins meu em deia que l'educació social seria la meua vocació.

Així doncs, vaig començar a estudiar Educació social. Vaig haver d'anar-me'n a viure a Girona, amb tot el que això va suposar: un nou context social, noves relacions, nous ambients, noves maneres de fer, etc. Puc dir que se'm va obrir tot un món per descobrir, redescobrir-me, i sobretot, sorprendre'm.

Recordo aquesta etapa com la millor oportunitat que m'ha donat la vida per trencar amb molts esquemes mentals amb els quals havia conviscut tota la vida, amb idees preconcebudes que em feien actuar jutjant, d'una manera moralista injusta, i m'impedien obrir-me per conèixer i perquè em coneguessin. Per això, aquella etapa d'estudiant, separada de la família, em va obrir els ulls en molts sentits, a banda d'introduir-me en uns estudis que m'empenyien constantment a reflexionar, tant sobre mi com sobre l'entorn. En resum, Girona em va servir per trencar moltes cadenes que no em deixaven sentir-me lliure, tant de pensament com d'acció.

En l'assignatura d'antropologia, vaig tenir un professor que era un autèntic geni. Ens explicava que conèixer bé un territori o context permet entendre la seva cultura i tot el que aquesta engloba. Doncs bé, va ser aquest professor el que em va acabar d'obrir la porta de l'adopció fent-me reflexionar sobre la llengua materna, com un dels trets principals de la seva cultura d'origen. De manera que el factor cultural va ser el

desencadenant per preguntar-me per primer cop a la vida sobre la meua identitat cultural, i vaig tornar a desembocar en els orígens.

Vaig començar a buscar informació sobre Romania, concretament sobre la llengua romanesa. Em xocava el fet de pensar que havia nascut a Romania i havia perdut la meua llengua original. Les persones adoptades a l'estranger poden oblidar quasi per complet la seva cultura d'origen, ja que passen per un procés d'aculturització, immediat i obligat.

No sabia explicar com vaig començar a assimilar i a acceptar que era romanesa. Això representava haver de trencar molts prejudicis sobre les persones romaneses, perquè el primer que un fa és relacionar la cultura romanesa amb persones d'origen gitano. I això era quelcom que negava per a mi. Aquest dilema moral em feia moure'm entre l'agraïment a la cultura d'origen i el rebuig d'aquesta.

Cap a finals de la carrera, havíem d'escollir un tema per fer el treball final de grau. I, francament, tenia clar des de pràcticament el primer any que seria sobre l'adopció. Volia investigar fins a quin punt impactava l'adopció en la persona adoptada. Així doncs, en aquest nou escenari, amb molta més càrrega emocional que en l'època d'estudiant, per primer cop l'adopció es va situar al centre de la meua vida.

Vaig posar fil a l'agulla i vaig començar a posar-me en contacte amb associacions i/o fundacions que s'ocupaven de l'adopció, i sobretot, que acompanyaven famílies i persones adultes adoptades. I va ser llavors que vaig compartir en un context específic d'adopció la meua història. Al principi, amb resistències i certa por al judici, però de seguida vaig adonar-me que eren espais idonis per despul·lar-se, compartir i debatre. Això també va suposar un punt d'inflexió en la relació que havia tingut fins aquell moment amb l'adopció, perquè les relacions que vaig començar a establir amb responsables d'entitats i persones adoptades allunyaven possibles tabús.

D'altra banda, sense pretendre-ho, vaig començar a submergir-me al fons del mar, vaig arribar a la part més profunda, i em sentia feliç, agraïda i acompanyada. Així doncs, **el treball final de grau em va permetre obrir la porta de l'adopció i endinsar-m'hi i veure-hi claror i fosc.** Abans, en canvi, quasi tot era fosc, perquè em sentia sola, sense poder compartir tanta incertesa i malestar.

Quan vaig acabar la carrera, continuava anant a debats, compartint alguna taula rodona o fent alguna xerrada sobre l'adopció. Fins i tot, amb altres persones adoptades, vam crear una associació amb l'objectiu primordial d'acompanyar persones adoptades com nosaltres i evitar-los l'aïllament i la soledat. En definitiva, volíem pal·liar l'angoixa que es pot sentir en molts moments per causa dels molts dubtes i incerteses que envolten l'adopció. Malauradament, aquesta iniciativa conjunta no va arribar a bon port, però aleshores ja sabia com n'és d'important tenir referents, ja siguin persones i/o entitats, amb qui puguis compartir els teus sentiments i sentir-te acompanyada.

La recerca dels orígens és la qüestió que més conflicte m'ha generat. Primer, sents un sentiment de rebuig o repulsa cap a la mare biològica, però el que realment rebutges és el sentiment d'abandó. I com a vegades passa, cal trobar culpables per projectar tota la ira o ràbia acumulada, que és deguda a la incapacitat per comprendre els motius que porten una dona a abandonar un fill voluntàriament. Aquest sentiment, però, se'm va anar esborrant fins a desaparèixer després d'uns quants anys d'haver començat a

treballar com a educadora social i de tractar casos d'abandonament i negligència en general i de comprendre que una acció es deu sempre a diverses causes, és a dir: que mai hi ha un sol factor que interfereix en les nostres accions.

Aleshores vaig poder posar-me en la pell d'una dona en situació de vulnerabilitat que prefereix que el seu bebè pugui viure una vida millor que la que ella li pot oferir. Sincerament, em sembla un acte de valentia i de fortalesa mental molt gran que cal posar en valor. Quina percepció més diferent en tenia ara! Quan era més jove, m'havia imaginat moltes vegades preguntant a la mare biològica, en un to d'exigència, per què m'havia abandonat. Però ara no li preguntaria exactament això, sinó que havia hagut de viure per arribar a prendre aquella decisió, i ho faria des de la compassió i l'escolta. Així doncs, encara que hagi passat èpoques que no volia saber res d'ella o que feia veure que mai no hagués existit, actualment, i des de fa uns quants anys, crec que si veiés la meua mare biològica el primer que li diria és això: "Gràcies per obrir-me les portes a una vida digna, plena d'oportunitats, on m'he pogut desenvolupar i, sobretot, ser."

En conclusió, la recerca dels orígens, ja sigui des de la fantasia, la necessitat o la curiositat, crec que et porta per terrenys límit a nivell emocional i posa a prova la teua capacitat de tolerància, frustració i acceptació. M'he mogut a vegades pel desig de voler saber i trobar la meua família biològica, però quan t'adones que no pots fer aquest pas per omplir buits emocionals i afectius, és quan has de frenar, per evitar obrir portes que després et puguin sobrepassar. Així doncs, ara mateix puc dir que no sento necessitat de retrobar-me amb la meua part biològica, però sí que continuo preguntant-me on deu ser el meu germà biològic, si deu ser amb els pares, si el van acabar donant en adopció o si, situant-me en el pitjor escenari, està en una situació de vulnerabilitat social i es pot haver perdut per algun camí de difícil retorn. En tot cas, quan penso en la família biològica, el primer que em ve al cap és ell, i després la meua progenitora, i per ella ara mateix només puc sentir agraïment.

Alguna vegada he pensat que podré reprendre i acabar la recerca dels orígens quan els meus pares ja no hi siguin. D'una banda, hi ha una part de mi que se sent malament pel fet de voler saber sobre el meu passat, perquè sento que trenco com un pacte de fidelitat, que encara que no estigui escrit ni expressat verbalment he notat en moltes converses —moments marcats per la incomoditat bidireccional, en què cap de les parts sap què dir o evita dir res per por de ferir l'altre, en què les emocions estan a flor de pell i es pot percebre el que pensa i/o sent l'altra persona. Però ara mateix no hi penso, no és per mi una prioritat.

VIDA ADULTA RECENT

Quan em veig com una nena vulnerable, tinc ganes d'abraçar-me ben fort i de dir-me que tot ja ha passat, que soc aquí, que estic bé, que continua el camí, que puc plorar molt, però que després faig un somriure de gratitud ple de llum.

A vegades miro enrere, i més enrere, i em remunto a l'Anna que es va trobar un dia de juliol de 1994 amb els seus pares adoptius, i m'imagino perduda, desorientada i confusa, amb una motxilla ben carregada —tot i la seva edat— de mancances quant a protecció, afecte i cura. Veig una nena vulnerable que havia estat abandonada i que havia hagut de passar els tres primers anys de la seva vida en un ambient purament institucional.

Així doncs, tenint en compte les situacions adverses que he hagut de passar, els hàndicaps que m'han suposat per desenvolupar-me amb normalitat, tots els problemes de relació amb mi mateixa i amb els altres, que m'han aïllat o exclòs, les situacions de risc provocades per una distorsió de l'autonconcepte i un malestar emocional, només puc sentir compassió per mi mateixa, però, alhora, em felicito per haver-me adonat de tot el que em feia mal i haver pogut desentendre-me'n.

No és fàcil viure sentint-te com si estiguessis empresonada en tu mateixa, creient que les persones del teu entorn no et valoren i no et volen bé. Aquesta lluita contra una mateixa és un llast al qual només es pot posar fi quan t'adones de qui ets realment i què és el que vols i què no vols.

I ara miro on soc i veig que he pogut transformar tot el que he viscut en positiu, i això m'ha servit per poder acompanyar les persones, les famílies i els infants amb qui he treballat. He esdevingut una figura de referència, sense cap afany de protagonisme, només amb la plena i única intenció de poder oferir unes bones pràctiques educatives i una socialització positiva que repercuteixin en uns models de relació i lligams estables i saludables. Tot un procés d'enquadrar, d'ajudar a assimilar i de tornar a enfocar, per fer aflorar aquesta força interior que fa possible el procés d'empoderament.

Sempre he pensat que l'adopció em va permetre veure i conèixer el món amb unes altres ulleres, amb les quals vaig poder, per fi, viure. Perquè a l'orfenat no es viu, sinó que se sobreviu. A l'orfenat els infants estan privats d'autonomia i de llibertat, no poden fer i ser. I els nens i les nenes es mereixen una família on es puguin desenvolupar correctament, sentir-se atesos, protegits i estimats.

Crec que els meus orígens em van portar al meu propòsit de vida: acompanyar infants i famílies que viuen situacions complexes i difícils. I per això vaig estudiar Educació social i, més tard, Treball social. I mai no he dubtat que aquest era el camí correcte, que va molt més enllà del que seria estrictament professional: és com un deute que tinc amb la vida. Mentre tingui forces i les capacitats i habilitats adequades em tindran al seu costat, perquè són un dels grans motors per mi, m'impulsen a voler ser una millor versió de mi mateixa, a continuar formant-me i interessant-me per acompanyar-los de la millor manera.

Quan estic amb infants, vull que trobin en mi un suport i un model relacional i educatiu basat en l'amor, la compassió i l'autenticitat. I, òbviament, els vull proporcionar el que jo no vaig poder tenir: protecció, seguretat i confort.

Una de les experiències laborals que més m'ha marcat va ser a l'últim centre d'acollida on vaig treballar. Abans no havia pogut connectar amb aquesta Anna vulnerable que només buscava afecte humà i comprensió. No tenia la voluntat, la predisposició ni la maduresa per escoltar-me i poder sentir el que habitava dins meu. Per tant, era normal que em relacionés amb els infants des de la superfície. Però en aquest últim centre em vaig sentir enormement diferent, i això va fer que em relacionés des d'una altra posició, amb una altra intenció bàsica i fonamental i que, per tant, creés un altre impacte en els infants.

No em sentia vulnerable, però podia relacionar-me des de la vulnerabilitat, des del que més els podia doldre. I això em va sacsejar per dins, tot i que no m'influïa. Vaig poder

recordar com em sentia a l'orfenat, plena d'impotència, ja que no entenia per què era allà.

Vaig arribar a entendre, per exemple, que la ment d'un infant abandonat havia d'assimilar on es trobava cada vegada que obria els ulls i no trobava la seva mare. Vaig arribar a entendre per què al principi no permetia que el toquessin i, al mateix temps, no deixava que te n'anessis perquè sabia d'alguna manera que et necessitava al seu costat.

Van ser moltes les situacions que em van fer adonar que sabia per què se sentien a vegades tan confusos o desorientats. En definitiva, l'experiència en centres de protecció m'ha servit per recordar els meus orígens, i veure com aquests m'han impactat i han repercutit en mi i, alhora, m'han enlairat per agafar forces i seguir prosperant i avançant.

Actualment soc al capdavant d'un projecte per a infants en situació de risc, l'objectiu del qual és fer un treball de prevenció per acompanyar-los i protegir-los de la millor manera que puguem perquè puguin sentir-se lliures, protegits i estimats.

Moltes vegades he pensat que si no m'haguessin adoptat la meua vida hauria estat molt diferent, però estic infinitament orgullosa d'haver passat pel que he passat, perquè si no hagués viscut tot el que he viscut, ni seria on soc ara, ni estaria connectada amb el que la vida m'ha brindat i el propòsit que m'ha llançat.

L'adopció em va ensenyar la pitjor versió de mi mateixa en un moment de gran vulnerabilitat i desesperació per saber qui era, però a la vegada m'ha repetit reiteradament com és l'Anna i com pot ajudar a viure en un món amb més fe, esperança i humanitat compartida.

Gràcies a totes les persones que m'han ajudat a sortir de la foscor, a veure la vida de colors i, sobretot, a permetre'm ser.

A flor de pell

EMMA PARICIO

SENTIR O DEIXAR DE SENTIR?

Estar *a flor de pell*, i més després d'una pandèmia mundial que ha mantingut la meua pell força aïllada, em recorda que cal preparar la pell per al contacte i l'obertura a la vida tal com és.

La pell és l'òrgan més gran que tenim. Amb la pell percebem la majoria de sensacions: la calor, el fred, el plaer, el dolor...

La pell ha estat la barrera o la via de comunicació en les meves relacions, i té una importància cabdal en els meus primers anys de vida. Per mitjà de la pell experimento sensacions: interrompo i tanco una sensació concreta i deixo d'existir per uns moments, em protegeixo d'un entorn completament hostil, violent. Aleshores em dissocio, em desconnecto.

Connecto amb la possibilitat de sentir-ho **tot**, allò agradable i allò desagradable: amor, alegria, pena, ira, calma, por... aleshores soc en l'aquí i l'ara.

Mitjançant l'expressió *a flor de pell*, converteixo la meua vivència i sensibilitat en eines de lluita i protesta social per visibilitzar-me com a dona adoptada i visibilitzar un col·lectiu tan sovint menystingut, estigmatitzat i silenciats.

La meua intenció és promoure i reclamar ben fort el nostre dret a ser escoltats, a conscienciar i a poder despertar l'empatia i la comprensió cap a la nostra realitat i també a fer entendre que, com a societat, som un conjunt de persones que ens cuidem les unes a les altres més enllà de la nostra família i les nostres quatre parets. Hem de deixar de banda l'adultocentrisme que impera i escoltar què ens diuen els infants. Nosaltres som responsables, com a societat, de protegir les víctimes. Els infants tenen drets, i és vital nodrir la seva mirada perquè són el nostre futur. També hem de deixar de costat el paternalisme, la mitificació de l'adopció i la "síndrome del salvador" que l'ha acompanyat sempre. Cal aprendre a escoltar les seves protagonistes.

Al llarg de la meua vida m'he trobat moltíssimes situacions de falta de sensibilitat i respecte cap a la meua persona, com a adulta però també com a nena adoptada, com a nena tutelada, com a nena òrfena. Són molts els col·lectius que han estat víctimes de comportaments de superioritat i *mansplaining*: dones, persones radicalitzades, persones amb diversitat funcional, LGTBI, etc.

Jo soc una dona catalana nascuda a Barcelona, d'un pare que mai hi va ser i d'una mare que era impossible que pogués cuidar una menuda com jo, ja que primer havia d'aprendre a cuidar-se a si mateixa i a deixar-se cuidar i ajudar. La meua història biogràfica tan violenta és la mateixa que la de moltes de les dones de la meua família biològica. Vaig passar el primer any i mig de la meua vida amb la meua mare, en unes condicions lamentables i de desatenció molt grans. Vaig anar sobrevivint fins que vaig

ser ingressada d'urgències per un incident molt greu que va posar la meva vida en risc. Després d'aquell incident tan greu, em van apartar de la meva mare i em van portar uns dies a la casa de la maternitat de Barcelona mentre estudiaven la situació. El meu germà ja havia estat separat d'ella també per problemes importants que el posaven en risc. Finalment, van decidir separar-me de la meva mare i passar la tutela a la meva família extensa amb un seguiment per part de Serveis Socials. Això no va agradar gens a la meva família biològica, per la qual cosa van decidir fugir a l'Aragó per estar lliures de control. Tant el meu germà com jo vam quedar desprotegits. La família extensa no era la solució: era part de la profunda problemàtica d'un sistema familiar molt violent, difícil de treballar per aconseguir-hi una millora (molts informes que després llegiria així ho confirmaven i ho confirma la meva experiència). Una família amb una problemàtica molt enquistada i generacional, i l'única via de solució era protegir els infants separant-los-en i alliberar la següent generació de tota aquesta càrrega. Els drets de l'infant han d'estar per sobre de tot, sempre.

Un dia de principis d'estiu...

Fa calor i el sol intensifica el moviment de la gent. Jo, en canvi, camino perduda sense forces per alguns dels carrers principals del centre de Saragossa, arrossegant el meu cos petit i feble, tan adolorit que ni tan sols sento que sigui meu, amb els cabells llarguíssims i rossíssims però sense vida, completament apagats. Estic molt abatuda, he après a viure fora d'aquest cos meu de pell molt blanca, on, com si d'una pissarra es tractés, he vist com es dibuixaven taques blavoses, marronoses, vermelloses..., de formes constants i intermitents, que s'esborren gradualment. Alguns d'aquests dibuixets, però, no desapareixeran mai, quedaran gravats en la meva pell per sempre, com si volguessin explicar una història dolorosa, punyent, silenciada.

Aleshores recordo la pregunta d'aquell senyor de camisa blava que va venir fa mesos a la meva escola per sorpresa.

—*¿Te pegan mucho?* —em va preguntar amb cara de preocupació. Ell em mirava fixament, com volent conquerir la meva confiança. Estàvem asseguts en una sala de la meva escola —on anava a vegades, ja que passava llargues temporades sense poder-hi anar, tancada amb pany i clau entre quatre parets fredes que m'asfixiaven. Quan no estava empresonada entre aquelles quatre parets, cuidava la meva àvia o em preocupava per l'estat del meu germà Gabi, a qui havien apallissat.

—*Umm... Solo un poco...* —mentia atemorida i completament confusa per la presència d'aquell home desconegut de camisa blava, dissimulant, fent una cara com si tot allò no tingués cap mena d'importància. Un calfred em recorria el cos i una sensació de gran vertigen s'apoderava de mi. **"Puc morir."** **"Em matarà."** I com si d'un disc ratllat es tractés, sentia paraules, insults, crits, cops, trencadisses, objectes volants, mobles que queien, pallisses, plors... a gran velocitat. Recordo els crits de dolor i de desesperació del meu germà Gabi mentre l'apallissava davant meu i jo no podia fer-hi res. Quan t'estan pegant a tu sense parar, pots sortir del teu cos i no sentir, però quan fan això a algú que estimes davant teu, és una de les pitjors tortures, és una perversió; l'agressor et fa sentir còmplice de la violència si és més fort que tu. Mai no he pogut oblidar aquells moments. Jo només tenia cinc anys i em van trencar l'ànima. Recordo quan em tancava en aquella habitació durant dies i dies i jo abandonava el meu cos. Tallo la respiració de

cop, miro un punt fora de l'entorn que s'ha creat en la nostra conversa, ja no sento què més em diu, ja no sento el meu cos, ja no sento **res**, estic salvada una vegada **més**. Així vaig aprendre a sobreviure dia rere dia durant els set anys del meu captiveri.

Pujo amb l'ascensor acompanyada del meu germà Gabi i de gent que ens acompanya. Al cap de poca estona ens asseiem en una taula plena de platets amb diferents menjars, una taula amb menjar abundant com no havia vist mai a la vida, amb molts colors i **vida**. El meu cos tan garratibat, tan enroscat, tan prim, encara tremolava. Tot m'havia fet oblidar la gana que tenia, la gana que passava. Patia desnutrició.

—Prométeme una cosa, por favor, es importante. No los dejes volver bajo ningún concepto, no dejes que regresen a este lugar jamás. La próxima vez no lo podrán contar, te lo aseguro —deia, amb cert penediment i por, el veí que ens va trobar completament espantats a les escales. Des de feia anys se sentien sorolls que provenien d'aquell pis, sorolls subtils i punyents.

—No te preocupes, van a estar seguros a partir de ahora —li va respondre MC.

Davant d'aquella taula, asseguts en rotllana, amanyagats i acaronats per les persones que ens acompanyaven, podia menjar tot el que volgués i necessités. A poc a poc el cos es relaxava, i rebia una informació completament diferent per primera vegada a la vida. El meu cos es debatia entre confiar i no confiar, però què hi podia perdre si l'exposava a aquella informació nova? Feia certa por, però alhora a poc a poc m'il·lusionava. No podia rebre això tan desconegut sense relaxar el cos, no podia rebre-ho sense tornar a habitar el cos i no podria saber realment què era si no em donava el permís i l'oportunitat d'experimentar-ho. Jo havia estat una nena morta (dissociació) en vida per poder suportar tant de dolor durant anys. Començava el meu renaixement.

La vida se sosté de formes inimaginables...

Demano d'anar al lavabo a MC. M'agafa de la meva mà i m'hi acompanya. Tan bon punt obre la porta, puc veure'ns totes dues reflectides davant el mirall. Veig el meu cos menut i tibet, amb els cabells rossos apagats i la pell pàl·lida, al costat del cos d'ella, fort i sa, decidit, fiable i protector. És un moment d'intimitat especialment vulnerable. Agafa una pinta i mentre em desenreda els llargs cabells rossos apagats em pregunta què em semblaria si els propers dies talléssim aquella cabellera que fa tant de temps que no es talla. "Podem provar un serrell també", em diu en un to juganer acaronent-me la cara. Em mira amb molta tendresa als ulls. Els meus ulls blaus, apagats i tristos, amb una mirada completament perduda que miraven un punt fix d'una paret quan em va trobar tirada en una habitació en aquell pis que ja no vull recordar, ara comencen a emetre una petita espurna d'un blau més intens i li responen que sí. En el mirall també em veig dibuixat a la cara un petit somriure que abans no havia tingut pràcticament mai espai per manifestar-se. Em costa molt mantenir-lo, em fa sentir molt estranya. Faig encara unes ulleres molt pronunciades per no poder dormir a les nits, però el mirall em retorna una mirada força diferent de la que havia vist quan em mirava al mirall en aquella presó. És una espurna de vida. És un obrir-se pas. És un confiar a cegues i tornar a aprendre amb la pell, el cos, la mirada, l'ànima. És fer les meves primeres passes en el camí de l'Amor, de la Vida.

PRIMERA NENA D'ALDEAS INFANTILES SOS ARAGÓ

Estimo tant la vida que la faig meva moltes vegades.

Montserrat Abelló

—Emma, soc aquí. Sents l'abraçada?

—Sí, la sento.

Començo a viure el poder hipnòtic d'un any que per mi serà màgic. Neixen les primeres vegades del despertar a la vida, la llavor del desig i la il·lusió; comencen a brotar en mi les bones sensacions a flor de pell.

Carícia suau. Un petó. Els braços al voltant del coll, l'esquena o la cintura, mantenint-me molt a prop i estrenyent-me amb força. Un somriure. Aigua salada que cobreix el meu cos, es mou de forma ondulada i rítmica cap a mi. Un raig de llum solar. El meu berenar: un fruit de color vermell, carnós i sucós, amb la superfície llisa i brillant i la polpa plena de llavors planes i groguenques, tallat a rodanxes. Grans de color blanc tallats molt petits. A sobre fulles verdes tripinnades i dentades d'una planta molt característica de la cuina mediterrània. Tot acompanyat d'un suc que extrec fent pressió amb les mans d'una fruita rodona i lleugerament allargada, cítrica i groga. Narracions curtes a les nits abans de dormir que expliquen històries boniques de personatges que actuen en un lloc i un temps determinats i que van reparant, gradualment, l'insomni crònic que patia. El meu germà desplega la seva creativitat en un espai segur, en llibertat, quiet, en pau, respectat. La naturalesa i els espais naturals que descobreixo m'extasien, em connecten amb la vida i m'ajuden a apropiat-me de la meua llibertat. Veure nevar per primera vegada. És nata!! Pugem al punt més elevat, estenc un mantell transparent prou gran on cap el meu cos assegut, agafo amb les mans els extrems davanters i aixeco les cames tant com puc, m'inclino cap enrere i llischo per aquesta superfície freda i flonja, cosa que em produeix una explosió de sensacions, un augment de l'energia, una acceleració del ritme cardíac i de la respiració, sensació plaent, visualització d'estímuls de l'entorn a gran velocitat... Plenitud i vitalitat, ganes de cridar i de riure. Després, acumulem capes i capes d'aquesta neu, fem un ninot de neu. Ballet, gimnàstica, dansa, l'ús de diversos aparells com la corda, l'arc, la pilota, les maces i la cinta em fa experimentar el moviment del meu cos harmònicament. Una festa amb música i confeti. Cantar. Jugar i jugar. Petar-se de riure.

Guspires de vida que van empenyent cap enfora el meu patiment, el meu dolor.

EL VIATGE DE RETORN CAP A BARCELONA

Falta sensibilitat quan cal prendre decisions que tindran un impacte molt gran en la vida d'una nena en estat de desemparament i de desprotecció, encara que sigui amb la millor de les intencions. Per mi el més important és considerar **la manera** de fer aquestes accions, el respecte màxim cap als sentiments de la criatura que haurà de suportar tanta duresa. I, sobretot, no mentir-li i acompanyar-la en tot el que vindrà.

En el meu cas, crec que les formes no van ser les apropiades i em van produir un mal afegit. Ficar-me en un cotxe abans d'acabar el curs rumb a Barcelona, sense cap explicació, dient-me una mentida —que hi anava de vacances i tornaria al cap de pocs

dies—, arribar allà i trobar-me sola en un nou centre, separada bruscament de totes les persones amb les quals m'havia vinculat i especialment del meu germà, sense preparar-me per a això, trobar-me a dues setmanes d'acabar el curs en una nova escola, on no tenia temps a adaptar-me i menys encara d'aprendre el català en tant poc temps... Un viatge de no retorn per donar-me una bona hòstia contra la realitat de la meua situació.

La meua única esperança era l'adopció, i per això aniria a un nou centre de protecció a Barcelona, per preparar-me per a aquesta adopció. No podia perdre més anys de la meua vida de centre en centre o creixent tota la vida institucionalitzada. Estic agraïda a la Generalitat, que tenia la meua tutela, que prengué partit i em fes tornar a Catalunya per reparar possiblement l'error de no haver-me pogut protegir abans que la meua família fugís dels serveis socials a l'Aragó. Però les pèrdues dels vincles van ser extremament doloroses per a mi, la traïció i les formes de separar-me de la nova vida que havia viscut durant un any i mig juntament amb el meu germà i tota una "família" a la qual estimava. Les formes no van ser les adequades. Les decisions han d'anar acompanyades de molta cura per no ferir encara més l'infant.

Tot i així, vaig viure un període que em va fer créixer com a nena i persona en molts sentits i em va enriquir. Al centre on vaig viure, tot i tenir un funcionament més institucionalitzat que el d'Aldeas, estava cuidada per voluntaris en la fase més inicial i vaig sentir de nou la unió com d'una petita família transitòria. La quantitat de nens i cuidadors a l'habitatge era similar. A l'escola, els nens em van rebre contents quan vaig arribar en aquelles circumstàncies tan incomprensibles per a molts. Jo era aquella nena òrfena, dolça i tímida que vivia amb monges. En aquesta escola molts alumnes em deien Marisol i vaig anar rebent l'afecte que acabava de perdre a Saragossa. Durant aquell període feia visites periòdiques, totalment vigilades, a la meua mare biològica, les quals em creaven molt de malestar i no eren positives per a mi. Les feia perquè s'havien de fer. També feia visites regulars al meu germà, progressivament més disteses, acompanyada d'una persona adulta. Aquestes visites m'agradaven, eren afectuoses i, alhora, em removien la meua història i el nostre vincle, em posaven al davant de la nostra situació. En Gabi i jo vivíem processos bastant diferents: ell s'apropava a l'adulthood i jo intentava reconstruir els vincles i preparar-me per a una adopció per poder tenir l'oportunitat d'una família. Aquestes visites van ser les últimes en què vaig veure físicament el meu germà abans de ser adoptada. Amb 10 anys, vaig prendre la difícil decisió d'anul·lar les visites amb ell i la meua mare per facilitar el trànsit d'emocions durant l'adopció. No demanaria veure el meu germà fins que no aconseguís la meua plena autonomia als 18 anys, ja que volia actuar des de la meua adulthood en cas que jo el pogués ajudar. Això faria que durant l'adopció no parés de pensar en ell i que jo mateixa em posés una pressió afegida per fer-me adulta com més aviat millor per poder-lo "salvar" en cas que fos necessari. El desig de la recerca d'origens tan d'hora, als 18-19 anys, va ser sempre conseqüència de l'anhel d'assegurar-me que ell estava bé.

CINC ANYS D'ADOPCIÓ

L'adopció suposa una ruptura entre la biologia i la biografia.
Deny Rayn

El tema de l'adopció s'ha tractat des d'una visió única i esbiaixada, mitificada i sovint "exotitzada", però també des d'una visió dramàtica de les problemàtiques que pot tenir

una persona adoptada, o des d'una glorificació automàtica dels pares adoptius, ja que l'adopció s'entén com salvar un nen o una nena del seu fatídic destí. Cal ampliar la mirada, perquè l'adopció és molt més complexa i profunda. Queden moltes coses per dir sobre l'adopció, sobretot per part de les persones que han viscut aquest procés, i també és important comprendre sense judici les famílies biològiques —cosa que no vol dir justificar les seves accions.

En tot aquest tema, hi ha dos estigmes socials: el de la mala mare i el de la mala filla. Molts, abans de conèixer la realitat d'una nena en aquesta situació de tanta vulnerabilitat, pensen que alguna cosa deu haver fet per estar en aquesta situació de desemparament, que deu ser una nena conflictiva. Això és violència implícita i revictimització. La nena que viu una adopció no entra només en un procés heroic d'adaptació a un nou entorn, amb tota una sèrie de dinàmiques i nous codis familiars que haurà de fer seus ràpidament, sinó que ha de fer tots els dols de tot el que perd al llarg del camí en soledat: família biològica, vincles forts que ha tingut en el seu creixement, amistats importants... Es posa en joc tota la teva identitat, amb l'impacte també del canvi de cognoms... Què cal prioritzar, *ser* o *pertànyer*? Evidentment que per sobreviure prioritizes *pertànyer* per sobre del teu *ser*, cosa que probablement creï una forta ferida interna. Et parteixes en dos. "Ara seré una nova Emma, abans dels 10 anys no vaig existir", em deia. Això és lícit per la situació que vius, però és una forta amputació, és un fort rebuig a una mateixa. I m'autoexigia moltíssim per ser una filla perfecta, per no queixar-me i ser molt bona en tot el que podia (tant acadèmicament com en altres àmbits), perquè sentia que tot se'n podia anar a la merda de cop, com m'havia passat altres vegades. Sentia que mai n'hi havia prou i pensava fins i tot que jo era la culpable de tot el que m'havia passat fins llavors. En realitat, no em sentia mereixedora d'amor perquè era una nena amb una profunda ferida d'abandonament. I no vaig sentir-me segura del tot, no vaig perdre la por que no "m'abandonessin" de nou fins que no es va legalitzar la meua adopció, als 15 anys. Vaig viure durant cinc anys un procés llarg d'adopció amb diferents fases per raó de la meua edat. Crec que el fet de viure cinc anys amb dues identitats i amb la por sempre present que et puguin retornar és necessari per a l'Administració durant tot el procés ferm de l'adopció, però, alhora, crea molta inseguretat a la persona adoptada.

Al cap i a la fi, els adoptats som com nens refugiats: canviem de lloc de viure perquè la nostra vida i la nostra integritat perillen. El que s'hauria de fer és protegir-nos, per damunt de tot, de les "microviolències" degudes a l'estigma que encara existeix. S'ha de cuidar el llenguatge que fem servir per relacionar-nos amb les persones adoptades, en totes les esferes, ja que es creen, de forma més o menys inconscient, abusos de poder i discriminació, o bé es retraumatitzen les seves vivències o la seva identitat o bé s'exerceix directament violència de forma malintencionada per humiliar-les.

Jo vaig ser una nena que estimava molt els llibres, la música, l'art i la natura. Passés el que passés, tot això em feia evadir de la meua problemàtica. Em meravellava aprendre coses noves, descobrir altres realitats que tant anhelava i descobrir-me a mi mateixa molt lluny del que havia viscut. El meu comportament era el d'una nena molt més madura i responsable, cap a mi i cap als altres, que el d'una nena de la meua edat. L'escriptura i la pintura em van permetre extreure allò que era incapaç d'expressar verbalment. Tenia la sensibilitat a flor de pell. Era bona acadèmicament en diferents àmbits i sovint era massa autoexigent amb mi mateixa.

Quan vaig ser adoptada, la mestra de l'escola va conèixer la meva família adoptiva i els va dir: "*Os lleváis una joya.*" Tot i tenir aquest comportament tan impecable, vaig patir discriminacions sense sentit durant anys. Cal prendre'n consciència i protegir les persones adoptades de tot això en el procés d'adaptació i adopció. No vull obrir ara aquest meló perquè necessitaria molt d'espai per tractar aquesta qüestió, però sí que vull assenyalar tot allò a què ens enfrontem.

Malgrat tot, l'adopció és una de les coses més boniques que m'han passat a la vida, i els meus pares i els meus germans són cabdals per a mi. Tant la suma d'expectatives i incomprensions que pot tenir una família que adopta com la suma de les expectatives i incomprensions que pot tenir un fill adoptat són complexes, ja que no oblidem que la família que adopta (com qualsevol altra família) també té la seva història i ha de fer un esforç d'obertura cap al que no comprèn i no coneix de si mateixa.

LA RECERCA D'ORÍGENS

Just abans de fer la recerca d'origens, en començar la carrera, després de complir la majoria d'edat, vaig ser víctima de submissió química per part d'uns companys de feina més grans que jo.

Afortunadament la força d'una gran amistat em va salvar. Aquest incident em va fer recordar que el nostre cos de dona està envoltat de violència, en els diferents contextos socials. En aquell moment, encara no havia aflorat l'abús infantil soterrat en el meu subconscient. Seria més endavant...

Tan bon punt vaig complir la majoria d'edat, el meu focus era fer la recerca d'origens i moure fils per trobar el meu germà, una promesa que m'havia repetit des dels 10 anys. Així doncs, em vaig informar i vaig demanar el meu expedient un cop m'havia adaptat a la carrera que estava començant a cursar per poder afrontar tot el que em pogués venir a sobre. Tenia 19 anys acabats de fer quan vaig tenir el meu gruixut expedient a les mans. Me'l va entregar una educadora social molt amable, que es va preocupar per mi i em va aconsellar que no el llegís de cop per raó de la gran quantitat d'informació que contenia i la duresa d'aquesta. I també em va dir que tenia una sorpresa per a mi: una de les persones que m'havien cuidat en el passat m'havia escrit algunes cartes durant uns quants anys. Esperava que jo les pogués llegir quan fos adulta en cas que decidís anar a recollir el meu expedient. Llegir-les va ser una abraçada gegant a tot el dolor a què m'enfrontava.

Ella era MC, una dona molt culta, amb un càrrec important en el món cultural a l'Aragó, amb la seva família, amb els seus fills. Sempre va tenir una empenta molt forta i una sensibilitat molt gran cap al patiment infantil. Ella va ser qui va engegar el projecte d'Aldeas Infantiles SOS Aragó i qui ens va acollir a mi i el meu germà.

Li vaig trucar al cap de pocs dies de llegir les seves cartes. Va tenir una sorpresa brutal i una gran alegria en sentir la meua veu i en saber que estava bé, que tot havia anat sortint bé, que tenia una bona família. Aquesta era la seva màxima preocupació. Aleshores vam començar a escriure'ns cartes i vam fer la primera retrobada. Vaig viatjar amb els meus pares i vam trobar-nos amb totes les persones que van cuidar-me de petita a Saragossa. Va ser una trobada molt bonica que em va fer molt de bé.

Vegeu un trosset d'una de les moltes cartes que ens vam escriure:

Querida Emma:

He leído otra vez tus cartas. Me parece, de nuevo, todo un sueño. Que te haya encontrado, que estés bien, todo.

No creas, hacía tiempo que no lloraba y ahora miro tu foto del mar y me caen unos lagrimones que no veas.

Fíjate, qué cosa, yo normalmente no acabo de ser feliz porque el dolor de la gente, el de los niños, me lo impide. Cada vez que leo cosas sobre sufrimientos infantiles me angustio.

Pero desde que has aparecido de nuevo en mi vida es como si hubiera recibido una bocanada de felicidad que no te puedes ni imaginar. Quizás tantos años esperando son el motivo. Eres grande, Emma.

En la recerca d'orígens vaig haver d'afrontar, però, una notícia devastadora:

"Dice que no sabe del miedo de la muerte del amor. Dice que tiene miedo de la muerte del amor. Dice que el amor es muerte, es miedo. Dice que la muerte es miedo, es amor. Dice que no sabe."
Alejandra Pizarnik.

Vull abraçar ben fort totes les persones que han perdut un germà i, especialment, les que l'han perdut per suïcidi, les que somiaven durant anys poder tornar a abraçar el seu germà i no ho han pogut fer mai. En definitiva, totes les supervivents que ens quedem en aquest món amb aquest dolor tan trencador.

He pensat molt què havia d'escriure en aquest apartat, però tinc tantes coses a dir que decideixo quedar-me en silenci i escriure només aquestes paraules: **Gabi, sempre estàs amb mi, sempre. T'estimo per sempre.**

La pèrdua del meu germà va ser tan punyent que vaig trigar molts anys a poder començar el dol. Vaig continuar la carrera amb un bon rendiment i vaig continuar la meua vida sense poder sentir el dolor. Em vaig quedar durant molts anys en la fase de negació. Però el malestar va començar a fer senyals quan arribava a les últimes etapes de la carrera i vaig sentir una gran necessitat de marxar molt lluny. Vaig buscar diverses vies i vaig demanar i aconseguir una plaça i una bona beca d'estudis per fer el meu projecte final de carrera a l'altra punta del món, concretament a Xile, lluny de tot. Allà vaig connectar amb mi mateixa endinsant-me amb la meua motxilla en la natura més abrupta i salvatge. Allà vaig tenir espai i moments de connectar amb parts de mi desconegudes. Allà vaig poder començar a sentir la bellesa de la vida i el dolor intrínsec d'aquesta.

En tornar, i amb la carrera finalitzada, vaig prendre la decisió de començar a cuidar el meu interior, vaig iniciar un procés d'autoconeixement. Per fi em donava l'oportunitat de començar a elaborar i exterioritzar tot el que havia viscut al llarg de la meua història i, principalment, d'iniciar un procés de dol per la pèrdua del meu germà. Amb aquest

treball profund també vaig connectar amb el que jo necessitava i vaig prendre la decisió ferma de no retrobar-me amb la meva mare biològica. Per amor a mi i per amor a ella. Desitjo amb totes les forces que en el seu camí pugui topar amb persones que la puguin ajudar i li puguin oferir l'amor i la protecció que no va poder tenir i els bons tractes que es mereix qualsevol nena i qualsevol dona; en definitiva, que puguin ajudar-la a reparar tant de patiment i tantes ferides de violència intrafamiliar. Per part meva, jo m'he responsabilitzat d'estar bé i d'alliberar el llinatge femení de tanta violència i abús. Sanar com a dona i sanar totes les dones de la meva família.

Viatjo fictíciament en el temps i tinc una conversa amb la meva mare. Jo tinc 5 anys i ella també en té 5. La meva nena parla amb la seva nena:

—Jo: Sento molta por. Sento que em passarà de nou alguna cosa greu. Tinc por de morir.

—Ella: Em mataran. (Crit d'horror i acceleració de la respiració.) Aaaaahh! (Abaixa el cap i s'abraça per protegir-se.)

L'abús sexual infantil que vaig patir durant els primers anys de vida va ser tan greu que va quedar soterrat en el meu inconscient durant moltíssims anys. L'inconscient va despertar en una sessió de teràpia ja en la meva vida adulta. A partir d'aquell moment vaig iniciar un procés de sanació. Sí, l'abús sexual infantil es pot sanar i es pot transcendir, i ho dic per l'experiència pròpia i també com a terapeuta que soc. Al cap d'uns anys amb tot aquest cúmul de vivències, vaig participar en una dinàmica terapèutica grupal anomenada No és No.

Estic dreta. Tinc un home a mig metre davant meu, ens observem, descalços, en una sala gran. Em va repetint "no, no, no, no..." sense parar.

Està seriós i l'energia de l'escena em fa sentir tensió. Jo només escolto i respiro. Cada NO sona amb més força i sento de fons els altres NO difuminats del grup. Em posen nerviosa aquests ecos, tots aquests NO repetits. Es comença a despertar en mi una energia que brota del meu cos i ascendeix com un formigueig. Em pertorba i em remou tota per dins, em contrau, em tensa... Torno a sentir tots aquests NO davant meu que m'incomoden cada vegada més...

De cop, el meu cos es col·lapsa per complet, les cames em fallen, m'enfonso, caic a terra literalment. La meva respiració s'accelera alhora que sento que em falta l'aire. M'ofego!

S'acosta el terapeuta. M'ajuda a incorporar-me amb suavitat. Em posa amb molt de compte la seva mà a la nuca.

Arrenco a plorar i sento molt de dolor...

Tot el grup, consternat, s'atura en silenci. Em miren i em bressolen tots amb la mirada.

INICIANT UN DIFÍCIL COMIAT

Camino pels carrers principals de Saragossa amb l'orquídia més preciosa que he trobat en una floristeria del centre. Fa un vent fort, com és habitual en aquest període de l'any. Som a mitjan gener i es va acostant *San Valero ventolero*. Me l'han embolicada per protegir-la fins que arribi a les mans de la seva merescuda receptora, però l'esveltesa i la delicadesa d'aquesta flor tan entranyable ho fa difícil. Mentre camino entremig de la

gent que passeja contemplativa aquell ventós dissabte de gener, amb una mà sostinc l'orquídia blanca i violeta i amb l'altra intento crear una barrera protectora al seu voltant. Desitjo arribar abans que un cop de vent inesperat parteixi la llarga tija en dos. M'acompanya la meva mare. He escrit una breu nota per adjuntar-la a la flor. La hi ensenyo pel camí perquè la pugui llegir abans. Ho fa i me la torna emocionada. M'adono, gràcies a la seva reacció, que he pogut plasmar les paraules exactes i directes que vull transmetre a MC.

Arribem al pis de Saragossa on viu MC, el mateix pis on amb 6 anys MC em va "refugiar". El mateix pis on m'he quedat a dormir en els viatges que he anat fent al llarg dels anys des del moment que començo la recerca d'orígens, amb l'accés al meu expedient i la lectura de les cartes que MC escrivia cada any a la Generalitat esperant que amb la meva majoria d'edat hi hagués la possibilitat que les pogués llegir. Arribo amb l'orquídia més preciosa de la floristeria, que ha sobreviscut al fort vent. Truquem. Ens obren i ens reben amb molta estima els seus familiars. Entrem a la sala on ella està asseguda a prop de la finestra. I la seva cara d'alegria és brutal al veure'm. Ens fem dos petons. La meva mare també la saluda i totes dues també mostren molta alegria per la trobada. Li ensenyo l'orquídia que li porto. Li agrada. Li faig saber que a dins hi he deixat una nota.

Les meves resistències han estat involuntàriament grans per tot el dolor que em provoca iniciar aquesta mena de comiat a una de les persones més cabdals de la meva vida. La fundadora d'Aldeas Infantiles SOS Aragó i la primera nena (juntament amb el meu germà) d'Aldeas ens retrobem. Aquesta vegada necessitava anar-hi acompanyada, i va ser molt encertat fer-ho amb la persona indicada, la meva mare.

Ens mirem i a estones li acaricio la mà. Aquest és un moment transcendent i d'una extremada delicadesa, d'una bellesa tan aclaparadora que em resulta difícil de plasmar en paraules. Parlem una estona més a soles, per posar-nos al dia de les nostres vides després d'uns anys en què la comunicació s'havia aturat. La meva mare participa una bona estona en la conversa. La sala on som s'impregna d'un amor tan pur i indescriptible que mai no ho podré oblidar. Tinc davant meu la meva mare i MC donant-se les gràcies mútuament per haver-me cuidat. Dues mares que es donen les gràcies mútuament.

Pel delicat estat de salut de MC i per la forta intensitat emocional que suposa aquesta retrobada, no allarguem gaire la visita. Ni la tornarem a repetir.

Visitem els voluntaris que em van cuidar de petita, familiars de la meva família adoptiva a Saragossa i alguns dels nens, ara ja adults, que van viure amb mi aquella infància a Aldeas Infantiles SOS Aragó.

L'endemà tornem a Barcelona amb tren. Quan arribo rebo una trucada de MC: està completament commoguda pel que diu la nota que vaig adjuntar a l'orquídia violeta i no para de dir-me gràcies i que la guardarà com el tresor més preuat d'aquest món. La nota de l'orquídia deia:

"Siempre estaré profundamente agradecida, MC, de que me devolvieras a la vida. Te quiero mucho. Emma."

Caminante no hay camino, se hace camino al andar.
A. Machado

Passen els dies i sento que acabo d'obrir una porta de no retorn amb aquest viatge. Sento molt d'amor i molt de dolor alhora. Sento que el meu dia a dia ja no pot continuar sent com abans. La proximitat de la mort de MC fa que jo em replantegi tota la meua vida. Van passant les setmanes i començo a sentir una gran necessitat d'anar a fer el camí de Santiago en aquest moment vital. No vull ajornar més aquesta idea que tinc pendent. Finalment, decideixo fer un parèntesi en la meua feina —ho puc fer ja que soc una de les responsables del projecte d'ecoemprenedoria en què fa molts anys que treballo. Necessito com l'aire que respiro deixar-ho tot al marge i endinsar-me en el silenci i el repte de fer un bon tram del camí. Així doncs, el dia 1 de maig, Dia del Treball, em planto a Lleó per iniciar la ruta. En total, seran 23 dies, amb uns últims dies guardats per passar-los a Santiago i per a imprevistos que puguin sorgir.

Durant el camí vaig passar per moltes fases i vaig connectar profundament amb mi, amb els meus orígens, amb la relació amb MC i amb les diverses persones que m'han donat amor al llarg de la meua vida. Vaig trobar els meus *tempos*, vaig recuperar la meua autonomia, em vaig fer forta per encarar el procés de dol d'MC quan fos el moment. El vaig fer sola, amb la motxilla que em vaig preparar perquè no pesés gaire, amb tot allò indispensable: les botes, la farmaciola... No vaig tenir temps de fer un bon entrenament abans de començar el camí. Vaig haver d'aprendre a escoltar el cos quan, després de tres o quatre dies de caminar moltíssims quilòmetres, va començar a donar senyals de cansament. Vaig parar un dia sencer a causa d'un refredat, encara que no volia. Em van sortir butllofes, que vaig aprendre a curar (de vegades eren altres pelegrins els que volien curar-me). Em trobava persones que feien el camí per molts motius diferents. Hi havia espais de temps perquè es creessin connexions i moments entranyables. El més important no era arribar, sinó tot el que passava pel camí: aquest era l'aprenentatge. Aprenia a descobrir el que necessitava en cada moment. També quan m'endinsava plenament en mi o en la natura o quan feia alguna etapa al costat de persones que acabava de conèixer. Els vincles amb els pelegrins que ens anàvem trobant als albergs al vespre s'anaven creant.

En aquest procés vaig agafar consciència plena de la veritat que feia anys que em rondava: que jo era molt més jo mateixa lluny de la meua parella, em sentia molt més lliure i feliç, em sentia molt més respectada i valorada. No vaig trobar a faltar cap dia la meua parella des de feia 12 anys. No podia enganyar-me més en aquest sentit. No volia casar-me, ni tenir fills amb aquesta persona, tal com li vaig dir al tornar. Em vaig dir a mi mateixa que havia de tenir el valor de deixar aquella relació i de fer un trencament molt gran en la meua vida per honrar-me a mi. I així també honoraria MC. Quan vaig arribar a Santiago de Compostel·la i a Finisterre (la fi del món), jo ja havia perdut la meua por pel camí. Renunciava a una vida que havia construït.

També em vaig adonar que no podia pensar tant en la pèrdua de MC ni recordar que ella m'havia retornat a la vida.

- **Un dels molts adeus a MC**

Ignorem la nostra veritable alçada fins que ens posem drets.
Emily Dickinson

Vaig aparèixer de nou davant MC, amb cara de satisfacció. MC, confusa, em va preguntar d'on venia. Jo li vaig mostrar l'amulet que portava penjat al coll amb molt d'orgull, com si fos la joia més preciosa del món. Sentia que tot estava adquirint nou significat a la meua vida. La mirava com si encara pogués sentir el cansament d'uns peus que havien caminat de forma descomunal durant el camí de Santiago en recerca de "la veritat", esgotada, feliç.

"Tot això que estic fent és gràcies a tu. Tu m'has connectat de nou a la vida, m'has fet honrar la meua vida, m'has ajudat a recordar què és l'amor de veritat i l'amor per la veritat. MC, soc lliure, per fi tot té un altre color! Sento el present a flor de pell, tu m'has donat la valentia de posar-me de nou davant del meu captiveri, davant la cicatriu que forma part de mi i actualitzar-la. Avui, després de molts anys, m'he aturat de nou davant del portal de la casa on vaig viure la meua primera infància i el meu primer malson a Saragossa. Les sensacions físiques i emocionals que he sentit han estat completament diferents de les que vaig sentir quan ho vaig fer amb 19 o 20 anys, en el meu procés d'integració de la recerca d'orígens. Aleshores el meu cos va reaccionar amb un pànic brutal i vaig haver de marxar ràpidament del lloc. Aquesta vegada no: aquesta vegada he estat just al davant i he sentit que estava segura, he sentit com era el lloc, el barri en aquells moments, he sentit que jo no era la mateixa persona i he pogut respirar amb molta pau. Gràcies a tu he après a acollir la meua cicatriu i a convertir-la en la meua fortalesa. T'estimo, MC."

LA PROTECCIÓ A LA INFÀNCIA EN LA NOSTRA SOCIETAT...

- Per què el maltractament en la infància i l'adolescència és un tema tan tabú?
- Per què fa tanta por parlar-ne?
- Per què es dibuixa com un problema completament llunyà a nosaltres?
- Per què parlem de violència de gènere sense incloure la violència infantil al mateix nivell d'importància?
- Per què vivim en una societat tan adultocentrista?
- Per què hem d'amagar que vam patir violència infantil les supervivents? Per què ens hem de fer invisibles? Per què s'ha d'amagar aquesta realitat social?

I jo dic que...

M'hauria agradat que no em deixessin sola amb això.

M'hauria agradat que no s'haguessin aprofitat de la meua ferida.

M'hauria agradat que no canviessin de tema.

M'hauria agradat que no minimitzessin els fets amb una anècdota ("I a mi em va passar un dia que...").

M'hauria agradat que no em donés consells qui no en té ni idea.

M'hauria agradat que no em culpessin per parlar-ne: "És que no era el moment." No: és que mai és el moment.

M'hauria agradat que parlar-ne no fes emmudir qui m'escolta.

M'hauria agradat que algú hagués tingut el valor de trencar aquest silenci social i hagués pronunciat les paraules següents: "Emma, no estàs sola, i em trenca el cor que et fessin tant de mal." Sense deixar de mirar-me.

M'hauria agradat...

En el cas dels adoptats, estem en procés de construir espais d'escolta i d'empoderament, d'aconseguir una contenció real i la reparació a supervivents de traumes individuals, col·lectius i socials. Tenim veu pròpia. Necessitem començar a creure més en nosaltres mateix@s com a col·lectiu. Necessitem sentir que la societat ens té en compte i enderrocar aquest mur d'incomprensió que ens en distancia. Perquè vam ser víctimes, sí, però avui som supervivents. La paraula *trauma* ha de començar a formar part de la nostra sobretaula i deixar de ser tabú, no com a adoptats, sinó com a persones que tenim històries generacionals traumàtiques (guerres, fam, malalties, orfandat...). El que fa realment que el trauma es perpetui és l'aïllament, la soledat, la sensació de sentir que t'has d'avergonyar de tot el mal que t'han fet. I això, a part de ser insà, és injust. La medicina consisteix a abraçar el propi dolor, que també és el dolor de l'altre i el dolor col·lectiu. Això és el que ens humanitza com a cultura. Deixem un moment les pantalles i mirem-nos més als ulls els uns als altres. Cal que el que li passa a l'altra persona ens importi. Cal que ens adonem que el suport entre nosaltres té un impacte poderós i és decisiu per transformar el nostre món i les futures generacions.

ABANS DE FLORIR, HAS D'APRENDRE A BROTAR

Les meves intencions amb *A flor de pell* són que les línies que has llegit t'hagin eriçat la pell i t'hagin ampliat la mirada, que hagi pogut sentir a flor de pell la vida des d'un altre punt de vista, que hagi pogut comprovar que les meves sabates eren força semblants a les teves, que aquelles sabates que havien quedat amagades com una vergonya ara les puguis espolsar perquè, si mai una persona les necessita, també pugui fer-les servir en un nou caminar i no se senti mai més tan completament perduda, abandonada i sola.

DEDICATÒRIA

Dedico el meu capítol amb molta estima a Gabi, MC, Marisa i Paula. Vull també expressar el meu agraïment profund a tots els voluntaris de Aldeas Infantiles SOS Aragó, a Llar Claudina i molt especialment a la meua família adoptiva.

Oreo, la història d'una noia negra adoptada per pares blancs

LAIA MUÑOZ

De sobte, sento la part més coneguda de la cançó que molts cops em repetien al pati de l'escola: *"Yo soy aquel negrito del África Tropical, que cultivando cantaba la canción del Colacaoooo..."*

I mentre passejava pel pati de l'escola del poble i xutava les pedres, en el meu interior aquella cançó no m'agradava, però no acabava d'identificar per què no m'agradava. Era la cançó d'una infància, de la infància de la majoria dels nens i nenes negres d'Espanya que conec, la qual no era gens agradable. Lamentablement ho patia en silenci, perquè mai vaig arribar a explicar als meus pares que aquella cançó em feia sentir malament. Pensava que era una cançó innocent d'un anunci de Colacao a la qual no donava importància. Jo era una alumna exemplar, aquella alumna a qui tots els professors hauria agradat tenir i que sempre treia bones notes, la que havia estudiat totes les lliçons i mai no havia tingut cap taca en el seu expedient.

Aquell era un matí com qualsevol matí. Vaig arribar a casa, vaig pujar les escales, em vaig dirigir a la cuina, vaig agafar un fregall i em vaig fregar tot l'avantbraç. Era un gest aparentment innocent, però en realitat era un acte que amagava els sentiments ocults, uns sentiments que em feien mal, encara que no en fos conscient. De sobte, la mare em va preguntar:

—Laia, què fas?

—M'estic fregant —li vaig dir.

—Per què?

—Perquè vull ser com la resta de nens i nenes —li vaig respondre.

Era un mal que em perseguia, perquè jo volia ser igual que la resta, jo volia passar desapercebuda i no volia cridar l'atenció; és més, volia ser igual que els meus pares, volia ser del mateix color que ells per tenir un sentiment de pertinença, per sentir que formava part d'aquella família. Jo, però, em sentia blanca, de manera que sentia que pertanyia a aquella família, la família que m'havia vist créixer, tot i que ara soc conscient que allò era una falsa sensació, un autoengany per fer-me creure que havia sortit del ventre de la mare que m'havia criat, però no era així, perquè aquella mare no era la que m'havia parit.

La mare era qui vivia de prop aquella situació, perquè el pare no hi era gaire ja que viatjava molt. Recordo que un dia vam anar a Montserrat, a la màgica muntanya de Montserrat, la mateixa muntanya davant la qual jo vaig passar moltes hores quan vaig tenir parella. Devia tenir 6 o 7 anys, o potser 8, i recordo pujar les escales i veure la verge de Montserrat, la Moreneta.

—Ho veus? Hi ha una verge negra —em va dir la mare.

—Sí.

—Negra —va insistir.

—Sí.

—És negra com tu.

—Sí.

I a partir d'aleshores vaig entendre que ja no tenia sentit fregar-me i vaig deixar de passar-me el fregall pel braç. Per mi, el gran problema era ser diferent, ser diferent de la resta de persones, ser diferent dels meus pares i la resta dels meus germans, ser sempre diferent..., i no trobar ningú amb qui poder compartir aquest sentiment de soledat.

"Si plores, et rapo el cabell al zero" era la frase que moltes vegades m'havia repetit la mare quan jo era petita. Ella intentava domesticar aquell cabell: m'hi posava clares d'ou, cervesa... i ja no sabia què més fer per poder pentinar-me d'una forma mitjanament acceptable sense que el meu cap semblés un fregall, com molta gent ens deia als nens i nenes negres quan ens deixàvem anar el cabell afro.

La meva mare estava tan desesperada que va anar a visitar el famós perruquer Llongueras i li va explicar la seva preocupació pel meu cabell arrissat, molt arrissat, i la seva incapacitat per pentinar-lo. Llongueras ens va donar el contacte d'una perruquera de Sierra Leone, negra, que hi havia a l'avinguda del Paral·lel de Barcelona.

A Lleida havíem passat molts moments. Era un lloc on anàvem sovint per comprar, sobretot a l'Unipreus, que era un gran magatzem de roba d'esport pel qual m'encantava passejar i sabia que la majoria de vegades em cauria alguna cosa. Potser per aquest motiu em va venir la passió per l'esport i per voler fer després la carrera universitària d'INEFC, Ciències de l'Activitat Física i l'Esport, a Barcelona. Era entrar allà i venir-me ganes de fer esport i tenir un estil de vida saludable.

A mi m'encantava passejar per les botigues d'esports. I és que l'esport sempre havia estat important a la meva vida. Als 3 anys vaig començar a patinar i durant els anys posteriors vaig practicar atletisme, handbol, salt de llargada... i sempre era de les millors nenes en la meva disciplina. L'esport em permetia —i encara em permet— alliberar tota l'energia que tenia —i tinc—; l'esport em feia sentir còmoda i capaç d'aconseguir tot el que em proposava.

Tornant a la perruqueria, recordo el primer viatge que vaig fer a l'avinguda del Paral·lel. Per mi, el moment d'entrar a la perruqueria es va convertir en el moment fictici de trepitjar Àfrica, ja que la perruquera era l'únic contacte que jo tenia amb aquell continent.

A casa meva mai no s'havia parlat detingudament d'Àfrica ni de Guinea Equatorial. En aquella època jo tampoc hi tenia interès i veia Àfrica com un lloc molt llunyà i del qual no em sentia part, com si el meu color de pell fos un senzill accident i jo pertanyés de sempre a aquella família blanca. Però a l'entrar en aquella perruqueria m'apropava d'alguna manera al continent que ni els meus pares ni els meus germans adoptius havien trepitjat i que jo tampoc imaginava visitar.

Guinea Equatorial és un país de difícil accés, no està obert al turisme i jo no coneixia ningú que fos d'allà, —ni tan sols sabia que el meu país d'origen era aquell, ni que la meva ètnia era la bubi.

És curiós, perquè a l'escola mai m'havien parlat de Guinea Equatorial com d'una colònia espanyola. Em vaig assabentar no fa gaires anys que va formar part d'Espanya fins a l'any 1968 i que és l'únic país d'Àfrica on es parla espanyol. Realment és una pena que hi hagi tan poc coneixement d'un país que ha tingut tants vincles amb Espanya. El famós Floquet de Neu del zoo de Barcelona venia de Guinea Equatorial. O la mateixa verge de Bisila, patrona de Guinea Equatorial, va ser esculpida per un escultor de Reus, Modest Gené, que es va inspirar en la verge de Montserrat.

Hi ha molts punts d'unió entre Espanya, Catalunya i Guinea Equatorial que estan invisibilitzats, que no interessa que se sàpiguen, tot i que cada vegada sorgeixen més iniciatives per donar a conèixer aquesta part de la realitat.

Les primeres vegades que la noia de Sierra Leone em va pentinar em va fer trenes, i als meus pares els va agradar tant que la segona vegada que vaig anar a la perruqueria va ser per treure'm les trenes que ja portava i fer-me'n unes de noves. Van trigar per fer-me-les al voltant de 12 hores! I aquelles segones trenes van ser que les vaig lluir el dia de la meva primera comunió.

Quan entraves en aquella perruqueria, sabies a quina hora hi entraves, però mai sabies a quina hora en sortiries. Literalment: allà s'esmorzava, es dinava i se sopava, si feia falta. I això va passar el dissabte abans de la meva primera comunió. Em van treure les trenes antigues i me les van tornar a fer amb unes llargues extensions que m'arribaven a la cintura. L'endemà, al poble, la mare, la tieta i la parella del meu germà (la meva entrenadora de patinatge) van començar a cosir perles petites de color blanc a cada una de les meves trenes. Ens vam quedar despertes fins a altres hores de la nit. Elles cosint i jo fent esforços per no adormir-me, tot perquè estigués radiant el dia de la meva primera comunió.

I què va passar aquell dia? Doncs que la meva mare va voler invitar la perruquera i la seva ajudanta, també d'origen africà, juntament amb el seu fill, que devia tenir uns 5 mesos. Quan vam arribar a la plaça de l'església, totes les nenes anaven vestides de comunió, impecables, de blanc, perfectíssimes. Darrere seu van aparèixer les úniques persones negres d'aquell poble de 2.000 habitants. Dies més tard, ens vam assabentar que la gent del poble anava dient que aquella noia era la meva mare biològica! Al poble la gent parlava per parlar, moltes vegades sense saber de què parlava —fins i tot havien arribat a dir que m'havien trobat abandonada a les escombraries i que per aquest motiu els meus pares m'havien adoptat! Allà els rumors circulaven a base de bé, sobre tothom, però especialment sobre mi, ja que era l'única persona negra del poble. No és que recordi haver patit situacions de racisme explícit, però sí que després em van explicar que els meus germans grans es barallaven per mi al pati de l'escola, de manera que ells actuaven com dos àngels protectors perquè jo no visqués situacions violentes, ja que m'insultaven mentre jo no me n'adonava. Era un fet subtil que s'anava naturalitzant.

Oreo és una expressió que fa referència a aquelles persones que són negres per fora però blanques per dintre, és a dir: persones que físicament són negres, que semblen d'un altre país però que tenen una forma de pensar, de parlar, d'actuar com la d'una persona blanca europea. També hi ha altres termes, com *plàtan*, que la gent aplica als nens i

nenes adoptats a la Xina o d'origen xinès, que tenen un color de pell semblant al groc, però que són blancs per dintre (pel que fa a la forma de pensar, d'actuar...), o *poma*, per designar els nens i nenes adoptats a Llatinoamèrica o provinents d'allà, que tenen un color de pell rosat a fora, però són blancs per dintre.

El que era més dur per a mi era no assemblar-me als meus pares adoptius pel que fa a la pell. Encara que des de petita sabia que jo era adoptada, em feia mal ser diferent, no saber a qui em podia assemblar, de qui hauria heretat els ulls, les orelles... i especialment el cabell.

A l'època de l'institut jo no havia interactuat amb cap persona negra, llevat de la meva perruquera, i en arribar a la universitat vaig coincidir amb un parell de noies negres. Una era mestissa i tenia la pell més clareta que jo i l'altra la tenia més fosca, semblant al meu to de pell. Jo sentia que no teníem res en comú, i no tenia la curiositat de parlar amb elles pel senzill fet de ser negres.

No va ser fins que tenia quasi 30 anys que vaig tenir una crisi personal existencial d'identitat, i en aquell moment vaig començar a treballar la meva ansietat. Vaig anar a teràpia i la psicòloga em va explicar que hi havia dos temes (o problemes) importants a la meua vida: el primer era el fet de ser adoptada i el segon, el fet de ser negra. En el meu cas, era més important treballar el segon tema perquè jo no em visualitzava com a tal i sempre m'havia vist diferent de la resta de persones negres que em trobava pel carrer. Jo em veia i em sentia superior a elles i no m'interessava el món de la gent negra o afrodescent, ni tan sols la gent de Guinea Equatorial (per mi, Guinea Equatorial era un país desconegut del qual no m'interessava saber res, i gairebé el vaig descobrir a la pel·lícula *Palmeras en la nieve*, en què sortia Mario Casas).

Anys més tard vaig poder fer un procés de creixement personal en què les constel·lacions familiars em van ajudar de forma considerable. A qui no conegui les constel·lacions familiars li recomano que indagui sobre aquest tema, especialment a partir de Bert Hellinger. És un recurs que permet treballar qüestions personals, professionals, el bloqueig... Per a les persones adoptades pot ser una bona estratègia per sanar certes ferides.

Curiosament, després d'haver participat en una sessió de constel·lacions familiars, al cap d'uns mesos vaig poder localitzar la meua família biològica i fins i tot vaig poder trobar-m'hi. En un primer moment, vaig conèixer la mare biològica.

Quan vaig comentar a la meua mare que havia conegut una persona que em podia ajudar a buscar la meua família biològica, em va dir que em faria costat. Recordo quan em va facilitar el nom de la meua mare biològica i el vaig escriure al Google. Immediatament, em va aparèixer una adreça postal de Barcelona i un telèfon. Seguidament, va sortir una altra noia al LinkedIn que tenia els mateixos cognoms que la meua mare biològica i que havia estudiat a la universitat en la mateixa franja d'anys que jo. La meua mare ràpidament va dir que podia ser la meua germana biològica. En tornar del locutori, vaig ensenyar al pare la fotografia de la que suposadament podia ser la meua germana biològica i va dir:

—Mira, sí, aquesta noia s'assembla a tu.

Jo vaig pensar: "No pot ser, perquè ella és negra."

I em vaig adonar que, si aquella noia era la meva germana i era negra, jo també era negra! Aleshores el meu cap va fer un clic i va començar a emergir la meva consciència de Laia com a persona negra.

El fet de ser negra ha condicionat diversos aspectes de la meva vida, un dels quals és l'àmbit laboral. Recordo que pensava que pel fet de ser negra potser em costaria més trobar una feina, i com que soc una persona pràctica, vaig decidir estudiar oposicions: així la meua vàlua professional quedaria demostrada per haver superat una sèrie d'exàmens que poca gent és capaç de superar. Imaginava que així la promoció professional seria totalment objectiva, ja que a l'Administració es promociona mitjançant mèrits professionals com els anys d'experiència, la formació, els títols aconseguits...

En algunes feines no m'he atrevit a portar el meu cabell natural, afro, arrissat, ja que ni jo mateixa no l'acceptava, i he vist que molts cops socialment es veu com a poc professional. En entorns masculinitzats, encara em costava més perquè sempre he desitjat passar desapercebuda.

A poc a poc, he anat fent un procés d'acceptació del meu cabell fins al punt de veure'l com un factor característic de la meua personalitat. Sembla un tema superficial, però no ho és gens, ja que el cabell és un reflex important de la personalitat i, alhora, és un factor d'empoderament personal, especialment per a la comunitat negra. Tinc un vídeo penjat a YouTube que vaig gravar per Playground titulat *No toques mi pelo afro*, amb més de 500.000 visualitzacions. Antigament, quan les dones negres eren esclavitzades, amb el cabell afro es marcaven les rutes que seguien les persones esclavitzades per sortir de l'àrea on eren. Per exemple: a les muntanyes per on passaven els rius, les trenes simbolitzaven els recorreguts que havien anat traçant les persones que podien aconseguir la llibertat. Per tant, aquest és un tema que va molt més enllà d'un senzill pentinat de cabell!

El procés d'acceptació del cabell afro és bastant complicat, i qualsevol noia negra (o noi) que estigui llegint aquest escrit m'entendrà. Aquest procés s'anomena *transició*. Hi ha noies que opten per rapar-se el cabell, però després torna a créixer arrissat; altres decideixen deixar d'allisar-se el cabell, fer-se trenes i anar tallant a poc a poc el cabell que queda llis, ja que quan va creixent l'arrel creix arrissada. Jo vaig optar per fer la transició amb trenes, de manera que quan vaig treure'm les trenes vaig començar aquest camí. Casualment, va coincidir amb la tornada del primer viatge que vaig fer a l'Àfrica. Recordo el dia que vaig anar a la perruqueria convençuda que era el moment per fer el pas. Després de desfer-me les trenes, la perruquera va començar a tallar-me el cabell fins a arribar als rissos que m'anaven creixent, i mentre ho feia m'anaven caient les llàgrimes...

Podria explicar molts episodis més, però aquests són representatius de l'experiència de ser una noia negra adoptada per uns pares blancs, una noia *oreo* que va trigar molts anys a ser conscient del seu color de pell.

Retrobant els orígens

ESTEVE RAMÍREZ

Quan em pregunten per la meua història, sempre m'agrada tornar als orígens, abans de néixer. Els meus pares van tenir unes experiències que també formen part de la meua història, ja que jo he nascut on he nascut i he tingut unes vivències que, en part, són conseqüència de les seves decisions de vida. Recordar-ho m'ajuda a trobar-me quan estic perdut, em fa sentir part d'un tot que va més enllà de mi mateix. Tornar als orígens em dona forces per tirar endavant en els moments difícils. Els esforços que ells van fer per tenir una vida millor i per donar-me el millor en una època i un context molt més complicats dels que jo tinc ara em motiven i m'han motivat fins ara a seguir endavant. Escriure aquestes pàgines és una manera d'honrar-los i d'agrair-los el seu camí i d'expressar la meua admiració per tant d'amor, valentia, superació, inconformisme i resiliència.

La meua història comença a finals dels anys vuitanta, quan la meua mare (Grace) i el meu pare (Samuel) es van conèixer a Nigèria. Ell va néixer a Ghana i es va mudar a Nigèria per feina. Ella va néixer a Umueri, una ciutat a l'est de Nigèria, on es van conèixer. En aquell moment la meua mare havia tingut 6 fills amb el seu exmarit, i al cap de poc temps de conèixer el meu pare van decidir que vindrien a Espanya en cerca d'oportunitats laborals per obtenir més ingressos i millorar l'economia familiar. Va ser dur per a tots dos deixar les seves famílies durant una temporada, però la falta d'oportunitats a Nigèria els va impulsar a buscar-les a Europa, més concretament a Barcelona.

Vaig néixer l'any 1990 a Barcelona. Fins als 3 anys vivíem tots tres a Vic. Aleshores la meua mare va haver de fer un viatge a Nigèria perquè una de les seves filles estava malalta, i va confiar que el meu pare em cuidaria. El cas és que el meu pare no estava preparat en aquells moments per ocupar-se de mi, i em van trobar una tarda freda de gener plorant al pis tot sol. Els veïns van trucar a la policia i em van portar a un centre d'acollida. Quan la meua mare va tornar, jo ja vivia en aquest centre i no va poder recuperar-me.

Vaig estar-me dos anys en aquest centre d'acollida a Barcelona i no en tinc gaires records clars. Només recordo en Ricard, un cuidador molt amable i entregat que ens portava a tots els nens i nenes del centre a jugar al parc de la Ciutadella. Estar amb ell em feia sentir acceptat i cuidat. També tinc el primer record de ser percebut com un nen diferent de la resta. No recordo si era l'únic nen negre del centre, però sí que tinc el record de ser diferent. Tenia la sensació de sentir-me fora de lloc, una sensació que s'ha anat repetint al llarg dels anys i que ha marcat el meu caràcter i la meua manera de relacionar-me amb el món.

Recordo molt lleugerament el dia que vaig sortir d'aquell centre perquè la que seria la meua família adoptiva em venia a buscar. Vaig viure aquell moment amb una barreja de sentiments contradictoris. Sentia tristesa i inseguretat per deixar un lloc que coneixia i

que era segur per a mi i, alhora, alegria perquè sabia que una nova aventura començava. Una nova vida començava per a mi. Tenia una família amb un pare, una mare i dos germans més grans que jo i anava a una escola amb molts companys i companyes nous. Tot i rebre'm molt bé, vaig notar que no hi encaixava. Fins aleshores no havia tingut consciència que el meu color de pell era diferent del de la majoria de persones que tenia al voltant. Potser ho havia sentit al centre, però no hi havia posat paraules ni pensaments conscients. A l'escola i a les activitats extraescolars m'adonava d'aquestes diferències perquè de seguida havia de donar explicacions als companys pel fet de ser diferent. No entenien per què jo era negre, per què tenia uns cognoms espanyols, per què no m'assemblava als meus pares... Em sentia desprotegit davant de tantes preguntes perquè en aquell moment jo no podia descriure els motius que feien que jo fos allà, sense els meus pares biològics, sense saber els meus orígens. Això em generava vergonya, tristesa i frustració. A tot arreu cridava l'atenció per ser diferent i sentia que sempre havia de donar explicacions per ser-ho, perquè la gent entengués la meva història. Sempre hauré de donar explicacions per ser com soc i ser on soc? Podré passar desapercebut i no cridar l'atenció si em ve de gust? O sempre seré diferent? Recordo que en aquella època em vaig començar a fer aquestes preguntes sense resposta.

Tant la meva família adoptiva com els professors em van tractar com si fos un més de la família i de l'escola, no com si fos diferent. Però la realitat era que quan sortia al carrer era diferent, i així m'ho feien notar les persones. Per mi va ser un xoc bastant gran, ja que no estava preparat per aguantar el pes de les mirades curioses. En aquell moment no entenia el perquè, però no em sentia gaire còmode quan em cantaven la cançó del Colacao o quan veia que al meu poble el rei negre era una persona blanca pintada. No recordo com va ser el procés, però ja des del principi vaig entendre que ser negre no estava ben vist o valorat i que podia ser objecte de burla i humiliació en la majoria de contextos. Em semblava estrany que hi hagués cançons i dites que fessin referència al color negre de la pell, en la majoria de casos despectivament, i que, en canvi, no n'hi hagués que fessin referència al color blanc de la pell. Ja aleshores vaig interioritzar que ser negre com jo era alguna cosa estranya. Això em feia sentir molt vulnerable, ja que la meva presència podia despertar preguntes, interrogatoris, mirades curioses, burles, etc. I el que em feia sentir més indefens és que no sabia com defensar-me'n, ja que, la meva família, amb la bona voluntat de no parlar del tema racial, perquè per a ells no era un problema, no van tenir en compte que necessitaria eines per sentir-me orgullós de ser negre i poder defensar-me de les burles que tan normalitzades estan en aquesta societat. És per això que recomano als pares adoptius blancs que tenen fills negres que tinguin això molt en compte, que s'informin i que donin eines als fills, ja que, per més que ells no vulguin que els seus fills visquin el racisme, desgraciadament el viuran d'una manera o d'una altra, i això pot afectar la seva autoestima, la seva confiança i les seves relacions.

Tot això em feia tancar-me en mi mateix, em sentia sol entre la multitud. Sentia que les persones que tenia al meu voltant no em podien entendre perquè no vivien les mateixes experiències ni passaven pel mateix que jo. La situació es va normalitzar i es va anar fent "suportable" perquè vivia en un poble petit on tothom es coneixia. El cercle d'amistats i familiar era sempre el mateix i es va convertir en una "bombolla" més o menys segura, ja que la gent em coneixia pel meu nom i em tractaven com a la resta de persones. De fet, en els últims anys, he compartit experiències amb altres persones negres adoptades

que s'han criat a Catalunya i totes, en algun moment de la nostra vida, hem tingut la sensació de ser persones blanques o, més ben dit, la sensació de no ser negres. M'explico: des de ben petits les referències que hem tingut de persones com nosaltres a través de la TV, la ràdio, els dibuixos animats, les cançons i els mitjans de comunicació en general estan polaritzades, van d'un extrem a l'altre. D'una banda, hi veiem futbolistes, jugadors de l'NBA, cantants famosos i, de l'altra, persones que creuen el mar Mediterrani i moren en l'intent, nens amb la panxa inflada i desnodrits, persones que delinqueixen... Però entre els dos extrems no hi veiem persones amb les quals ens puguem identificar, com presentadors de TV, polítics, advocats, policies... Aquesta falta de referents fa que sigui difícil que ens identifiquem com a persones negres i estiguem orgulloses de ser-ne, perquè, a més, percebem que dins d'aquestes "bombolles" familiars i d'amistats se'ns tracta millor que a les "persones estrangeres" perquè parlem català, perquè tenim noms o cognoms catalans o perquè som amics o familiars de persones blanques i, per tant, "no venim de fora". En aquestes bombolles ens hi podem sentir segurs perquè se'ns tracta com si fóssim blancs, però, en el meu cas, durant l'adolescència van deixar de servir-me com a protecció, ja que vaig canviar d'escola, d'amistats i vaig començar a sortir. Tornava al punt de partida, aquell en què era diferent, estrany, curiós. Era objecte de burles cruels fruit de l'adolescència.

Tornava a ser "el negre" a tot arreu on anava. Em pensava que havia superat aquella etapa, però començava a assumir amb resignació que probablement hauria de donar explicacions tota la vida per ser com soc. També vaig assumir que no podia passar desapercebut. Ni tan sols ser discret i reservat em funcionava. I en l'adolescència vaig començar a rebel·lar-me i a expressar la ràbia, la frustració i la incomprensió acumulades. Em trobava en un món d'adults on a la gent li estranyava que fos capaç de parlar català. Una conversa que es podia repetir molt sovint —i que avui en dia encara es repeteix— pot ser aquesta:

—Com és que parles tan bé el català? Enhorabona!

—Vaig néixer a Barcelona.

—Ahhh, doncs et felicito, parles molt i molt bé!

—Sí, m'he criat i he viscut a Barcelona!

—Ahh! I d'on ets?

—Vaig néixer a Barcelona.

—Ah, molt bé. I els teus pares?

Contínuament em trobava immers en converses amb persones que no feia ni cinc minuts que em coneixien i que em preguntaven pels meus pares, avis i rebesavis per entendre com era possible que una persona negra parlés català o que visqués a Barcelona i portés una vida "normal". Jo no els quadrava amb la imatge negativa que s'acostuma a tenir de les persones negres. Com era possible que un negre parlés català, no ballés, no fos immigrant... "Quina mena de negre ets tu?"

Durant l'adolescència i a mesura que anaven passant els anys, recordo que cada cop em sentia més desprotegit. Als 19 anys, per exemple, un dia caminava tranquil·lament pel carrer i em va parar la policia, de cop i volta. Recordo el nus que vaig sentir a l'estómac quan em van demanar la documentació, com si hagués fet alguna cosa il·legal. El que

més m'entristeix és que en aquell moment jo ja tenia assumit que per ser negre era normal que em demanessin els papers d'aquella manera. El cas és que em van fer firmar uns papers (que al cap d'uns anys vaig saber que no estava obligat a firmar si no volia) per fer de "voluntari" en una comissaria de la zona aquell cap d'una setmana, ja que havien de fer una roda de reconeixement per tal que una noia pogués identificar un noi que li havia robat la bossa uns mesos enrere. Els policies necessitaven quatre figurants per a la roda de reconeixement, i el més curiós és que el noi que havia comès el delictes era blanc, d'origen marroquí. Però, en canvi, com a figurants van voler dos nois negres, un noi llatinoamericà i un noi marroquí. No ens assemblàvem gens al "culpable", però complíem el "perfil de delinqüent". Ens van col·locar davant d'una paret blanca amb línies negres horitzontals, com a les pel·lícules. Vam sentir com a l'altra banda del vidre tintat la noia identificava el noi que li havia robat la bossa. Encara tinc presents la incomoditat i la injustícia de trobar-me en aquell lloc, tractat i observat com un delinqüent simplement per ser negre, sense haver-ho escollit ni demanat. I aquesta és una sensació que m'acompanya encara avui dia. La sensació que quan vaig pel carrer puc ser vist com un delinqüent o sospitós de qualsevol cosa perquè tinc "el perfil". Curiosament, quan vaig pel centre de Barcelona, em creuo amb dones blanques que "aparten" la bossa de la meua vista abans de creuar-se amb mi. Això fa que vigili els passos que faig per no ser considerat un delinqüent, i de fet, a diferència de moltes persones que se senten segures quan es creuen amb la policia, a mi se m'activa automàticament una alarma interna que m'avisa que compleixo "el perfil" i que puc ser interrogat o que poden demanar-me els papers en qualsevol moment. Podria explicar moltes anècdotes de controls aleatoris als aeroports, de les vegades que m'han demanat la documentació pel carrer o al metro, però aquella primera vegada em va marcar molt i va marcar un abans i un després en conscienciar-me de com es podia llegir la meua presència a l'espai públic.

Recordo que en aquella època també vaig començar a buscar feines temporals per pagar-me les meves coses. Enviava el meu currículum, amb la meua experiència i els meus estudis, que en aquell moment eren pocs, i l'enviava a moltes empreses per tal de tenir més oportunitats. Després d'haver-ne enviat molts, em vaig sorprendre a mi mateix, ja que m'havia "oblidat" de posar-hi una foto meua. De fet, en els primers currículums que vaig enviar sí que hi havia adjuntat la meua foto, però d'un dia per l'altre la intuïció em va dir que era millor que l'eliminés. Em va sortir de dins sense meditar-ho, però més tard em vaig adonar que no hi havia posat la foto perquè havia interioritzat que el fet de ser negre em restava possibilitats a l'hora d'aconseguir una feina i podia ser una barrera d'entrada. Preferia que l'entrevistador/a es fixés en la meua experiència, en els meus estudis i en la carta de motivació que hi afegia. A més, el meu nom i els meus cognoms no eren sospitosos de ser estrangers. Però les sorpreses venien el dia de l'entrevista, quan jo em presentava a l'hora acordada, em feien passar a la sala d'espera i em miraven amb cara d'estupefacció:

—Hola, he vingut per l'entrevista de feina.

—Ahhh, ets l'Esteve?

—Sí, soc jo.

—Ahh, no m'esperava que fossis tan... mmmm... alt!

Efectivament, el meu color de pell no els quadrava amb la idea que s'havien fet llegint el meu currículum, però almenys jo tenia la sensació que, d'entrada, no em discriminarien pel meu color de pell i que una vegada allà la persona em valoraria per les meves capacitats. Aquesta és una anècdota que no em va passar una sola vegada, ni dues ni tres... I l'explico perquè defineix molt bé la sensació que hem viscut moltes persones negres a Catalunya: hem de demostrar el que no som per poder mostrar el que som. És a dir, sentim sobre les nostres espatlles el pes d'unes etiquetes que ens han posat socialment i cal esforç i lluita constant perquè ens tractin sense tenir en compte aquests estereotips que sabem que existeixen.

En aquella època també era quan començava a sortir de festa i a passar-m'ho bé de noves maneres. Una de les primeres vegades que vaig anar a una discoteca de Barcelona també em va marcar per sempre. Aquell episodi va ser del tot inesperat i el recordo amb molta tristesa, injustícia i impotència. D'entrada, no era un noi al qual motivés sortir de festa. Tal com he comentat abans, havia après a ser discret i a passar desapercebut i em sentia més còmode en cercles petits, amb persones conegudes.

Aquella nit va ser una de les primeres que vaig decidir anar a una discoteca després de sopar amb cinc amics blancs. Recordo la il·lusió que tenia de poder anar en una discoteca i d'entrar oficialment, per fi, en el món dels adults... Quan ens tocava entrar, el porter de la discoteca, que havia deixat entrar les cinquanta persones que havien fet cua davant nostre, ens va mirar a tots, especialment a mi i ens va dir que no podíem passar. Vam preguntar el motiu i ens va dir que perquè no i que sortíssim de la cua, sisplau. Jo no entenia res, ja que havia vist com tothom hi entrava. Vaig preguntar als meus amics si sabien què passava. I un d'ells, avergonyit i sense mirar-me als ulls, em va dir assenyalant-me el braç: "No ens ha deixat entrar pel teu color de pell. En aquesta discoteca sol passar." En aquell moment em va caure el món a sobre... Em vaig sentir culpable, vaig sentir molta ràbia, molta tristesa. Però el pitjor va ser veure com jo, igual que els meus amics, tenia normalitzat el fet que el meu color de pell podia ser un motiu vàlid per no permetre'm entrar a una discoteca. No tenia forces per expressar la ràbia que sentia per dins. De fet, no vaig parlar del tema amb els meus amics i vam fer com si no hagués passat res. No vaig parlar-ne amb ningú perquè no tenia ningú que pogués entendre el que sentia i que pogués empatitzar des de l'experiència amb aquella situació. La veritat és que, les altres vegades que havia explicat situacions de discriminació a persones blanques del meu entorn, aquestes, per tal de protegir-me, treien importància al tema i l'aïllaven d'altres vivències racistes del mateix tipus que havia tingut, dient, per exemple, que aquell porter de discoteca en concret era un imbècil. El que aquestes persones feien des de la bona intenció per protegir-me en realitat era una manera d'invalidar el problema i feia la sensació que havia tingut mala sort aquell dia en concret, però la veritat és que aquest tipus de situacions es repetien massa sovint. Amb el temps, i sense adonar-me'n, vaig aprendre a guardar-me aquest malestar per a mi mateix, ja que les poques vegades que n'havia parlat la gent intentava canviar de tema ràpidament, però precisament jo necessitava un espai on poder comentar lliurement aquestes vivències, un espai on poder mostrar-me vulnerable, plorar, cridar, sentir la ràbia i la injustícia. Crec que és imprescindible que, com a pare o mare adoptiu, generis aquests espais, que, tant a casa com fora de casa, facilitis que el fill adoptat es pugui trobar amb persones com ell per tal de sentir-se menys sol. No tenir aquests espais ens debilita molt emocionalment. Aprenem a fer-nos els "forts", a

allunyar-nos del que sentim, i anem tirant, però aquest sentiment de ràbia i injustícia ens crema per dins. Simplement, necessitem normalitzar i validar aquestes situacions i emocions.

Que en certs casos no expliquem aquestes situacions no vol dir que no les visquem o que no ens afectin. En el meu cas, fa poc també em vaig adonar que no en parlava per no fer patir els meus pares adoptius i per no posar-los en evidència. Eren els meus referents, i inconscientment evitava crear situacions en què quedés palès que no en sabien prou i que no em podien protegir tal com necessitava. Per això crec que és imprescindible que, si vols adoptar fills negres, t'informis a fons, que aprofundeixis en el tema i que entenguis que, dit d'una manera molt simplificada, el racisme funciona com una estructura que beneficia les persones blanques i dificulta i perjudica la vida de les persones que no són blanques. I una vegada entenguis això, cal que donis eines al teu fill per defensar-se si li cal i per sentir-se orgullós de ser com és en un entorn que diàriament li recordarà el color de pell i li farà creure que és inferior.

Un altre aspecte que crec que és imprescindible que tinguis en compte com a pare o mare adoptiu és que revisis profundament com et relaciones —si és que t'hi relaciones— amb les persones que no són blanques. Pot ser un exercici incòmode, però crec que és molt necessari. El teu fill aprendrà a relacionar-se amb la diversitat en funció de com tu t'hi relacionis, perquè els fills aprenem amb l'exemple. No n'hi ha prou de dir que tots som iguals i que no importen els colors (al carrer sí que importen, de fet). Et convido que vagis més enllà i que reflexionis si aquestes relacions amb persones no blanques són d'igual a igual o si hi ha algun tipus de jerarquia. Potser no és blanca la persona que et neteja la casa? O la persona que t'atén al basar i que anomenes *xino* en lloc de dir-li pel seu nom tal com fas amb el farmacèutic o el forner del teu barri? O la persona que té una botiga de queviures i que anomenes *paki*, encara que potser és de Bangladesh, en lloc d'anomenar-lo pel seu nom tal com fas amb el banquer o el mecànic del teu barri? Crec que la reflexió pot ser interessant. Cal que entenguis que el teu fill està aprenent a relacionar-se amb si mateix i amb les altres persones no blanques a través del que tu fas i dels comentaris que sent sobre les persones gitanes, negres o asiàtiques, per exemple.

En el meu cas vaig començar a relacionar-me amb persones com jo quan vaig ser més adult, i això em va ajudar a validar totes aquestes situacions viscudes i a posar-hi nom, però m'hauria agradat fer-ho de més petit, ja que de ben segur m'hauria sentit més acompanyat i entès.

Als 20 anys vaig retrobar-me amb la meua mare biològica. Ella es va posar en contacte amb mi quan vaig ser major d'edat, encara que ja sabia on era abans. Al principi va ser xocant i inesperat per a mi. No sabia com gestionar el fet de tenir dues mares i de tornar a relacionar-me amb ella com si res, al cap de tants anys, però em va tranquil·litzar que hi fos i saber que podia comptar-hi quan jo estigués preparat. Retrobar-me amb ella i conèixer la meua família d'origen a Nigèria va significar un canvi radicalment positiu en la meua vida, perquè em va donar moltes respostes que havia estat buscant des de petit i em va permetre canviar el relat que m'havia creat dels fets, i ara puc estar orgullós de ser com soc i de la meua història. La sensació de no encaixar enlloc segueix. Ja fa anys que vaig acceptar que, a Catalunya, ni parlant un català perfecte ni ballant sardanes, se m'acceptaria com a català, ja que el meu color de pell indica que els meus orígens no són d'aquí, i les preguntes segueixen encara que digui que he nascut a Barcelona. Des d'aleshores he estat dues vegades a Nigèria i tampoc sento que hi encaixi, perquè els

meus costums i les meves maneres de fer tampoc són les d'allà, però almenys quan hi he anat no em qüestionen pel meu color de pell ni pressuposen que soc de tal manera o tal altra. De fet, l'última vegada que vaig estar-m'hi un mes em va passar una cosa molt curiosa i difícil d'explicar... Vaig sentir una sensació de lleugeresa, de treure'm un pes de sobre recorrent els carrers de Lagos. De cop i volta em vaig oblidar que era negre, perquè allà ser-ho no era un problema. I vaig saber que no m'havia de protegir i que no havia de donar explicacions, i per fi podia passar desapercebut, observar el món sense ser observat, podia ser jo sense etiquetes...

FAMÍLIA BIOLÒGICA

Les mares biològiques: el dolor de l'absència

NEUS TOMÁS SANSILVESTRE

TÈCNICA DEL SERVEI DE RECERCA D'ORÍGENS BIOLÒGICS

*...i parlarem del dolor i de l'esperança.
Parlarem del secret i la seva fondària,
d'aniversaris celebrats sense espelmes.
Parlarem de la soledat en la decisió
i de penitències insuperades.
Parlarem, o no, del que no està permès parlar,
perquè parlar-ne és un luxe que no s'han pogut permetre.*

Totes les persones tenim la nostra "prestatergia vital".

En aquesta prestatergia hi tenim col·locades totes les nostres vivències, ja siguin bones o dolentes. Records, emocions, aprenentatges..., els anem guardant en capsos i col·locant-los en els prestatges de forma més o menys ordenada i més o menys accessible.

Cada cert temps donem una ullada a aquesta prestatergia, hi fem un repàs, i ens entretenim mirant el que hi ha en una o altra capsa.

Hi ha persones que un d'aquests prestatges el tenen buit. Una buidor que els intranquil·litza, inquieta i preocupa. És el cas de les persones adoptades, i també el cas de les mares que van donar el seu fill o filla en adopció.

Tot i que en la resta de la prestatergia hi pugui haver capsos plenes de vivències i records positius, de tant en tant no poden evitar que la vista s'adrexi al prestatge buit.

Les persones adoptades que he pogut acompanyar en el procés de recerca dels seus orígens biològics m'han confirmat que això és cert. Que aquest prestatge buit, on sovint adrecen la vista, és el prestatge de la informació sobre els seus antecedents familiars, de la seva càrrega biològica, del perquè no van créixer en la seva primera família...

Hi ha persones que senten la necessitat d'obtenir respostes des de ben joves i inicien la recerca tan bon punt la llei els ho permet, als 18 anys. N'hi ha d'altres que no es decideixen a iniciar la recerca fins després d'haver complert els 50. Sigui quan sigui que decideixen fer el pas, sempre és per necessitat de resoldre un assumpte, molt íntim, que tenen pendent.

Tal com diu Marta San Marino Pomés,² *"el menor adoptado necesita resolver su historia para resolver su identidad [...] tiene un pasado, una historia previa a la vida en la que inició*

² SAN MARINO POMÉS, M. (2014). "Identidad y orígenes en el menor adoptado". *Temas de psicoanálisis*, núm. 8.

su existencia y, por tanto, su identidad. [...] Siente que en su vida ha habido un hilo discontinuo: algo esencial se rompió y empezó una nueva vida”.

Hi ha persones adoptades per a les quals aquest prestatge buit de què parlàvem és insignificant, no té gaire importància ni transcendència en la seva vida, i no han sentit prou la necessitat de conèixer les circumstàncies que van motivar la seva adopció com per fer el pas de buscar respostes, d’emplenar la capsa.

Per a altres, aquest espai buit, aquest prestatge sovint desert, és tan present i tan important en la seva vida que s’han decidit a buscar respostes tot i saber que, de ben segur, no seran agradables.

Segons Fabrice Delfieu i Joëlle de Gravelain, “Un pot construir la seva personalitat sobre un passat, encara que sigui difícil i dur, si el coneix i l’assumeix. En canvi, no pot construir sobre el buit, sobre una mena de forat en la vida o en el naixement.”³

Per a les persones adoptades que cerquen els seus orígens és molt important saber el perquè.

- Per què no van poder créixer amb ella?
- Per què va decidir no fer-se càrrec de mi...?
- Què va passar?
- Quina cara té? M’hi assemblo?

També és molt important per a aquestes persones conèixer el nom de la seva mare biològica, poder anomenar-la. A molts els costa anomenar-la *mare biològica*, i no ens hauria d’estranyar gens.

De mare ja en tenen (així ho diuen) i afegir-hi el mot “biològica”, com si d’un cognom es tractés, costa.

Si no sabem ni el seu nom, com podem parlar d’ella als altres?

“Per què li dius *mare*?”, pregunta N. a la tècnica. “Ja en tinc una, de mare. No sé per què l’anomenem *mare*. *Mare* és una altra cosa.”

«No sé com anomenar-la. Sempre penso en ella com “*la chica*”», diu R.

«Creus que podrem trobar “la senyora aquella”?», pregunta M.

A algunes persones adoptades se’ls fa difícil connectar amb les possibles situacions i sentiments de la dona que hi ha darrere d’aquest anonimat. Sembla com si la dona que hi ha darrere del sintagma *mare biològica* no existís fins que l’anomenem. Posar-li nom ajuda a situar-la dins d’un discurs més real. És com si, de cop i volta, la féssim present.

Fins que no anomenem la Maria, la Dolors, l’Anna, l’Antònia... és com si no existissin. Com si fossin “algú” que, de forma fortuïta, va aparèixer en un hospital, va donar a llum i va marxar. Això, que dit així pot semblar una astracanada, és fruit de no saber, de no tenir informació, però també és una manera d’autoprotegir-se, tant d’algunes persones adoptades com d’algunes mares i pares adoptius. Relegar la mare biològica al paper de

³ Citats per Marta San Marino Pomés (citació 1) i Ana Belén Martínez Ocaña (referència bibliogràfica del seu article “Agencia y demanda en la construcción de la identidad; Variaciones asociadas al proceso de adopción”, *ENE*. vol. 12, núm. 3. Santa Cruz de La Palma, desembre 2018).

dona que va parir en un hospital i que va donar el seu fill en adopció perquè tenia “problemes”, en genèric, és negar un vincle que existeix, que és real.

Per aquest motiu no és gens estrany que hi hagi persones adoptades que necessitin posar nom a la seva mare biològica i saber d'ella. Aquesta és una de les raons per iniciar la recerca dels orígens, i és una decisió que no sempre és entesa. L'objectiu del Servei de Recerca d'Orígens Biològics és acompanyar les persones adoptades en la descoberta d'aquestes i altres dades.

Siguin poques o moltes les dades que s'aconsegueixen esbrinar, són importants per a la persona adoptada. Poder interpretar-les plegats serà rellevant, sobretot quan la realitat que hi hagi darrere les dades sigui dura o quan hi hagi poques dades i calgui construir una hipòtesi plausible que doni resposta satisfactòria a la pregunta del perquè.

Parlo de resposta satisfactòria, no pas de resposta que coincideixi amb allò desitjat o imaginat, parlo d'una resposta plausible. És a dir: una teoria que sigui lògicament acceptable sobre el que va passar.

“La nostra funció és treballar amb les expectatives de la persona que busca els seus orígens en el moment que decideixi fer-ho, i intentar compaginar-les amb les dels progenitors biològics, acostant-los si és el cas” (Eduard Hernández, 2018⁴).

QUAN EL DRET A SABER NO ES POT EXERCIR

En el cas d'adopcions nacionals dels darrers 20 o 25 anys, la informació bàsica existeix en els expedients de protecció i d'adopció. Això ens permet respondre ràpidament algunes de les preguntes que se'ns plantegen a l'inici de la recerca. Però, malauradament, no sempre podem donar respostes.

I no ens referim al cas del qual tenim poca informació, sinó a casos sobre els quals no hi ha cap informació. Hi ha casos en què no podem emplenar la capsa ni una mica... Això passa, majoritàriament, en els casos en què la mare “renuncia” al nadó en el moment del part i, alhora, es dona algun d'aquests altres factors:

- **Casos “antics” d'adopcions**, anteriors a l'inici de competències de l'Administració en relació amb la tramitació de les adopcions, en què no es va deixar constància del nom de la mare.
Anys enrere, les adopcions eren gestionades per associacions i congregacions religioses que acollien la dona que volia donar el seu nadó en adopció. En aquests casos, i en aquella època, el dret a l'anonimat de la mare passava per sobre de qualsevol altre dret.
En aquells moments no es pensava que el fill o la filla volgués o necessités mai tenir informació sobre la mare biològica (“Tenen molta sort d'haver anat a parar en una bona família i no estar amb la perduda de la seva mare”).

⁴ Frase extreta d'un document intern (Vistes expedients de protecció a l'ASJTET, 2017) que va elaborar Eduard Hernández, responsable de la Unitat de Recerca d'Orígens de la Direcció General d'Atenció a la Infància i a l'Adolescència (2012-2020).

- **Casos en què no es va especificar el nom de l'hospital on van néixer.**
En els casos en què en la partida de naixement consta, per exemple, un "Barcelona" genèric, hi ha la possibilitat que es tractés d'un part al domicili o que la mare sortís de l'hospital fent veure que s'endua el nadó a casa i que el deixés a les portes de l'església o de l'antiga Maternitat, per exemple. Estem parlant de naixements de fa més de cinquanta o seixanta anys.
També es troben en aquesta situació persones que, tot i que van néixer en un hospital, com que les van recollir en un lloc diferent de l'hospital, els pares no saben ni l'hospital ni l'hora de naixement quan volen registrar-les al Registre Civil.
- **Casos en què la mare va donar un nom fals.**
Recordem que fa anys l'anonimat era possible. A la dona que era acollida en una residència religiosa fins al moment del part no se li exigia cap document d'identificació. Podia donar el nom que volgués. No va ser fins a l'any 1999 que un jutge va dictaminar que en els casos de renúncies es contemplava la confidencialitat del nom de la mare, però no l'anonimat.
- **Casos en què la mare va donar a llum en una clínica o un hospital privat del qual no s'ha conservat cap tipus de documentació.**
És a dir: no tenim accés ni a les històries clíniques dels pacients, ni als llibres de parts ni tan sols als llibres d'ingressos de l'hospital. Aquest és el pitjor dels escenaris possibles, ja que no hi ha cap document on es pugui trobar el nom de la mare biològica. En la documentació dels tràmits de l'adopció, que són els únics que tenen les famílies que adopten, en cap cas consta el nom de la mare biològica. Amb sort, hi haurà alguna referència a la seva edat, però poca cosa més. En aquests casos l'única possibilitat de relacionar un fill o una filla amb la seva mare biològica és que aquesta hagi vingut al Servei de Recerca d'Orígens i hagi manifestat la seva voluntat de ser avisada, "localitzada", en cas que el seu fill o filla iniciï un procediment de cerca.
L'antiga Clínica de Sant Cosme i Sant Damià, per exemple, és un dels hospitals dels quals no tenim documentació. És impossible en aquests moments poder trobar les mares biològiques de les persones adoptades que han volgut conèixer els seus orígens i van néixer en aquest hospital. Tant de bo algun dia es descobreixi que els documents no van ser destruïts i que algú, amb bon criteri, els ha conservat i ha decidit posar-los a l'abast de totes aquestes persones que necessiten respostes.

La realitat és que, quan una mare renuncia al seu fill, aquesta renúncia no consisteix només a deixar-lo a l'hospital a càrrec d'una altra persona: la renúncia esdevé un "per sempre", un "no hi ha volta enrere". I, per aquest motiu, només en casos molt excepcionals en els quals la renúncia no ha estat plenament volguda o consentida, la mare, i a vegades el pare, ve al Servei a manifestar que voldria posar-se en contacte amb el seu fill que va ser adoptat.

Quan és impossible identificar o localitzar la mare biològica, hi ha moltes preguntes que quedaran per sempre sense resposta. Perquè, no ens enganyem, hi ha preguntes que només la mare biològica pot respondre:

- Qui és el meu pare?
- El meu engendrament va ser un acte d'amor?
- Has pensat en mi tots aquests anys?
- Tinc germans?
- Algú de la família sap que existeixo?

En casos en què no trobem res de res, la capsa queda carregada d'una buidor desbordant.

ALGUNES RESPOSTES AL PERQUÈ

En aquest article exposem situacions, vivències i diversos perquès de mares biològiques que han estat ateses al Servei de Recerca d'Orígens Biològics.

Tot i que cada cas és diferent, i que s'han atès al Servei algunes situacions significativament diferents de les que es recullen en aquest escrit, sí que podem assenyalar punts de concordança que es poden observar en gairebé tots els casos. En algun cas pot haver tingut més pes una circumstància que una altra a l'hora de prendre la decisió de deixar el fill en adopció (l'edat, la manca de suport de la parella, el què diran...). Hi ha casos més tràgics que d'altres (qualsevol persona adoptada se'ls pot imaginar i, de fet, se'ls imagina) i n'hi ha que possiblement s'haurien pogut evitar si s'hagués pogut comptar amb un mínim de suport de l'entorn. Sigui com sigui, el que totes les mares biològiques diuen és que no van veure cap altra possibilitat, cap altra sortida, que la decisió que van prendre.

No cal dir, o potser sí, que en tots els casos el que sí que hi va haver és molt de dolor. Totes les dones coincideixen que va ser una vivència que ha marcat la seva vida.

S.: "Tenir un fill i deixar-lo ha estat el més dolorós que he fet en la meua vida."

L.: "No me'l van deixar abraçar. No me'n vaig poder acomiadar."

P.: "Vaig insistir i insistir a les monges fins que me'l van portar. El vaig abraçar, li vaig fer un petó i li vaig dir que l'estimaria sempre."

La majoria d'elles relaten que recorden el dia de l'aniversari del seu fill i que cada any el celebren, en silenci. Expliquen que sovint es descobreixen buscant-lo, intentant reconeixè'l entre les persones que es creuen pel carrer.

Els motius pels quals van prendre aquella decisió són diversos:

- Per la inexistència o impossibilitat de suport familiar.
- Per la manca de mitjans econòmics.
- Per la seva joventut.
- Per haver quedat embarassada de forma involuntària.
- Perquè era un embaràs associat a un fet traumàtic.
- Per decisió dels pares perquè ella era menor d'edat ("El pare va decidir i la mare va callar").

- Per la pressió social i familiar que hauria suposat tenir una criatura sense estar casada en l'entorn on vivia, etc.

A més de tots aquests probables motius sociofamiliars, qualsevol persona adoptada pot incloure en el perfil de la seva mare biològica dues característiques:

- El fet de viure l'embaràs, el part i la decisió de donar-lo en adopció en el més absolut secret (un secret que, en la immensa majoria de casos, l'ha acompanyat tota la vida).
- La immensa soledat, no només en la vivència, sinó també en la decisió d'entregar-lo en adopció.

La falta de recursos econòmics, tot i ser un element important i rellevant (i a vegades determinant en el moment de la decisió), és un fet que pot o no tenir continuïtat en el temps. En canvi, tant el secret com el sentiment de soledat és una "marca de fàbrica".

El secret es converteix en un tret característic i distintiu de la personalitat d'aquestes dones. És un fet que marca la seva vida i les seves relacions personals. Com en el cas de R.:

R.: «Les amigues em deien: "Però, R., què et passa? Sempre estàs molt trista!"»

L'OMNIPRESENT SECRET

El secret i la seva rellevància en la creació de pautes de relació i comunicació en el sistema familiar està àmpliament estudiat en el camp de la psiquiatria, el treball social i la psicologia. Penso que no cal estendre's en aquest fet comprovat.

El secret s'estén i passa factura també als adoptats. Als adoptats que no saben que ho són fins que són adults. Als adoptats que, per por de fer mal a les persones que estimen, no poden parlar de la seva necessitat de buscar els seus orígens... i que, quan s'atreveixen a explicar al seu entorn de coneguts que volen iniciar la recerca dels seus orígens, sovint es troben amb aquestes reaccions:

- Però que no estàs bé com estàs? Si tens de tot!
- No sé per què vols buscar res. Per què ho vols saber?
- Has tingut molta sort d'anar a parar a una família que t'estima.

Un dels fets més dolorosos per als adoptats (per sort, en el cas dels més joves això ja no passa) és no haver pogut parlar tranquil·lament de l'adopció amb els seus pares. Expliquen que, cada vegada que ho intentaven, o bé els sortien amb evasives, o bé la mare es posava a plorar... I no parlem ja del fet d'assabentar-te que ets adoptat quan has passat dels 40 i de la forma menys "delicada" possible.

Per a aquests pares adoptius (estic parlant de pares i mares que ara tenen ja més de 70 anys), el fet de no parlar-ne, de sentir que havien d'amagar alguna cosa (sense que hi hagués res a amagar), també ha estat una font de patiment. De molt patiment.

Per sort, el secret és molt menys freqüent com més recent en el temps és l'adopció. Els més joves, parlo dels que tenen 18 anys i estan fent actualment el procés per conèixer els seus orígens, venen moltes vegades acompanyats pels seus pares. Pares i mares que no els han amagat mai que eren adoptats i que, tot i el neguit i les pors que els

desperta el fet que el seu fill o filla estigui fent la cerca dels seus orígens, els acompanyen i els donen suport en el procés.

Però, com deia, per desgràcia no sempre ha estat així:

J.: "Tinc 54 anys i m'acabo d'assabentar que soc adoptada. El que més em dol és que tota la família ho sabia menys jo."

Z.: "Cada vegada que he intentat parlar d'això amb la meva mare, s'ha posat a plorar. Ja no li ho pregunto. No vull fer-li mal."

B.: "Els meus pares han mort. Penso que ara és el moment per buscar alguna informació sobre els meus orígens. Sempre ho havia volgut, però no havia fet el pas fins ara per no fer-los patir."

A vegades el secret juga a tres bandes: la mare biològica,⁵ les persones adoptades i les mares i els pares adoptius.

A les mares biològiques, el secret les acompanya tota la vida.

T.: "Mai més en vam parlar. Per a la meva mare és com si no hagués passat. A ell [al pare biològic] el coneixia el meu pare (tenien la mateixa edat), però sempre em van culpar a mi. No van fer res."

L.: "Vaig anar a Barcelona amb l'excusa d'anar-hi a treballar. Vaig arribar amb una mà davant i l'altra darrere. Vaig passar molta gana. Ningú va saber mai que havia tingut un fill. És la primera vegada en 47 anys que en parlo amb algú."

P.: "Això que t'estic explicant només ho sap el meu terapeuta... i no vull que ho sàpiga ningú més. Seria un terrabastall en la meva vida."

No haver pogut explicar a ningú que havien tingut un fill i que l'havien hagut de donar en adopció és un patró que es repeteix en la majoria de casos que hem pogut atendre. Les dones que sí que n'han parlat amb algú solen ser les que ho van explicar al seu futur marit abans de casar-se per ser sinceres amb ell.

També n'hi ha que han compartit el secret amb dues persones, rarament amb tres, i sempre ha estat perquè no hi havia una altra opció. És el cas de noies molt joves, algunes d'elles sense edat per entendre exactament què estava passant, els pares de les quals van prendre la decisió d'entregar la criatura en adopció. Sigui com sigui, en aquests casos tampoc en van poder seguir parlant després del part. En aquests casos el secret és compartit, però doblement silenciats... i doblement culpabilitzats.

⁵ No tinc dades sobre els pares biològics que van decidir que el seu fill fos adoptat. No he tingut l'ocasió de parlar-ne amb cap. Pel que expliquen les mares, sé que, en aquells casos en què l'home coneixia el seu embaràs, havia declinat assumir cap tipus de responsabilitat. D'aquí que parlem de l'aspecte de soledat inherent a aquestes experiències vitals. Sí que tinc informació sobre pares (i mares) els fills dels quals van ser adoptats a instàncies de l'Administració. Però les seves circumstàncies són unes altres, i en aquests casos sí que hi ha informació a l'abast de la persona adoptada que cerca els seus orígens.

LA INTERMEDIACIÓ TÈCNICA

La intermediació, a diferència de la mediació, s'inicia a proposta d'una de les parts. Això és important tenir-ho en compte, ja que en la mediació són les dues parts en conflicte les que acorden buscar ajuda per trobar una solució.

En la intermediació és una de les parts, l'adoptat, qui proposa, qui mou fitxa, qui demana que l'altre respongui.

Hem parlat de la necessitat i del dret dels adoptats a tenir respostes, del secret a tres bandes —mare biològica, adoptat i mares i pares adoptius— i del patiment inherent a fets relacionats amb l'adopció.

Ara explicaré, breument, com contactem amb les mares biològiques per iniciar la intermediació entre les parts implicades. Però primer voldria assenyalar la conveniència d'utilitzar el Servei de Recerca d'Orígens de l'Administració per contactar amb les mares biològiques i no fer-ho de manera particular mitjançant les xarxes socials (o els programes de TV) .

Hem de ser molt conscients —no em cansaré de repetir-ho— que, si no anem amb cura, amb molta cura, segons com contactem amb la mare biològica li podem fer molt mal, tant a ella com al seu entorn relacional. I hi incloc també els germans que van ser adoptats i que no han iniciat el procediment de recerca. Fer aquests contactes de forma descontrolada i sense tenir en compte la seva situació, les seves necessitats i la seva voluntat podria tancar definitivament qualsevol possibilitat d'establir-hi contactes futurs.

Quan una persona adoptada fa la cerca pel seu compte per Facebook, per exemple, o a partir de les proves genètiques, no és conscient de la destrossa que pot fer en la vida de la mare biològica o dels germans biològics. En molts casos, per arribar fins a ells, els ha d'exposar al món. És a dir, per arribar-hi ha de parlar abans amb altres persones del seu entorn. Per contactar-hi no té més remei que explicar el seu secret a familiars llunyans, al nucli familiar, als amics o coneguts que no tenien ni idea del que li havia passat... i a qui ella o ell no els havia volgut explicar mai res de res.

Una altra cosa que no es té en compte quan es fa la cerca i el contacte mitjançant les xarxes és el perill a què es pot exposar la persona adoptada.

Tots sabem que a les xarxes rarament es mostra la realitat de la persona, però, a més, quan es contacta directament, no hi ha ningú que valori les expectatives de cadascú i faci d'intermediària. I ja hem vist que, almenys d'entrada, les expectatives poden ser molt dispars. De fet, l'experiència ens diu que les expectatives mai coincideixen i de vegades fins i tot poden ser divergents. És el cas de la mare que, al veure que el seu fill l'ha buscat, imagina que el pot "recuperar", sense ser conscient que aquella criatura ja no existeix, que és un home de més de trenta anys amb una família pròpia, posem per cas (de fet, no una, sinó dues famílies pròpies, l'adoptiva i la que ha construït amb la seva parella i els seus propis fills). La persona adoptada no busca una mare, no busca una família (habitualment), sinó que busca respostes.

Per sort, no sempre les expectatives són tan divergents com en aquest exemple, però en tots els casos cal aclarir quines són aquestes expectatives, posar límits d'entrada, tant per una banda com per l'altra, per saber què poden esperar tant l'un com l'altre.

El Servei de Recerca d'Orígens, si s'ha pogut identificar i localitzar la mare biològica, és l'encarregat d'iniciar l'etapa que anomenem d'intermediació. La intermediació és una actuació que recull la Llei del dret a conèixer els propis orígens, i cal fer-la abans de donar el nom complet de la mare a la persona adoptada.

En la primera etapa d'intermediació, i sempre d'acord amb la persona adoptada, ens posem en contacte amb la mare biològica. El contacte es fa per telèfon (si es té) o per carta.

En ambdós casos hem d'anar molt amb compte de fer-ho de la manera més confidencial possible i no donar informació a ningú que ens respongui al telèfon, o a la carta, fins que no estiguem segurs que la persona amb qui parlem és la persona interessada.

A l'iniciar la intermediació, la persona adoptada ha de tenir present que ha tingut temps per decidir fer el procés de recerca, procés que pot haver iniciat als 18 anys i un dia o als 50. La persona amb qui contactem no espera una trucada com la nostra i, no cal dir-ho, no ha tingut la possibilitat de preparar-se per rebre-la. La mare biològica no espera la notícia que el seu fill o la seva filla l'està buscant i que vol saber d'ella! No l'espera..., tot i que en alguns casos s'ha imaginat que la rebria, i fins i tot ha desitjat rebre-la. Tot i així, no cal dir que, en la majoria de casos, la sorpresa és majúscula.

Rebre una trucada d'aquest tipus provoca, sens dubte, un garbuix d'emocions i pot comportar un daltabaix considerable a la persona que la rep.

La resposta que ens donarà al saber que el seu fill o la seva filla l'està buscant dependrà de factors com aquests:

- El moment vital en què es troba aquesta dona: si viu sola o en parella, si conviu amb algun fill que va tenir després...
- Si la seva parella sap de l'existència d'aquest fill anterior.
- Si té cap de trastorn psíquic o discapacitat intel·lectual.
- L'estat d'ànim en el moment de la trucada.
- El record del fet: si va ser més o menys traumàtic.
- Si havia imaginat o desitjat rebre algun dia una trucada com aquesta.
- Les característiques personals de la persona contactada.

En la majoria de casos la resposta depèn, en gran mesura, de si en el seu àmbit familiar ho saben o no. És molt freqüent que la persona amb qui contactem no n'hagi parlat amb ningú o amb ningú amb qui convisqui.

Al trucar aquestes persones afloren en elles sentiments de sorpresa, alegria, patiment, por... Quan contactem amb elles, no solament fem que revisquin una època —de segur que ben trista—, sinó que en molts casos les aboquem a una lluita interna entre la necessitat de protegir i preservar el que ara tenen (la pròpia família) i el desig de saber del fill que va donar en adopció. Certament, tant si accepten establir algun tipus de contacte com si no ho accepten, les coses ja no tornaran a ser iguals per a elles que abans de la nostra trucada.

Sempre que sigui possible, li proposem —durant la primera trucada o en una entrevista posterior, si vol fer-la— diferents maneres d'iniciar el contacte.

Quan la mare accepta establir contacte amb el fill o la filla, tot i la por i el neguit que comporta fer aquest pas d'iniciar la relació, apareixen altres pors:

- Por de no agradar al seu fill o filla.
- Por de no estar a l'altura.
- Por del que li preguntarà.
- Por de com pot explicar-li el que va passar.
- Por de si la culpabilitzarà.
- Por de decebre...

De vegades la por guanya la necessitat de conèixer el fill/a i es produeix un replegament i un allunyament defensiu difícil de modificar o reconduir en aquell moment. Però aquest replegament no és cosa només de la mare biològica; hi ha casos en què la persona adoptada atura el procés i es pren un temps per assimilar tot el que li està passant.

Sempre, en aquests casos, cal que tots (tècnics i altres persones implicades) respectem aquesta decisió tant si ve d'una part com de l'altra i que deixem oberta la porta per si més endavant arriba el moment de poder fer una intermediació satisfactòria.

Un cop la mare i el fill o la filla accepten el contacte, al començament aquest no és mai presencial, sinó a través de cartes i fotografies que la tècnica s'encarrega de transmetre entre l'un i l'altre per tal de preservar la intimitat d'ambdós. Això facilita que hi hagi un intercanvi d'informació i, sobretot, que comencin a conèixer-se, ja que són dos complets desconeguts. Habitualment no cal intercanviar més de tres cartes cadascun.

La primera d'aquestes cartes és la més difícil de redactar, ja que es tracta d'escriure a algú molt important en la teva vida, però que en realitat no coneixes de res. Ni tan sols saps l'aspecte que té.

Dubto que es doni una situació igual a aquesta en cap altre tipus de relació. No és estrany que ens faltin paraules per definir-la, entre altres motius per què se n'ha parlat molt poc. De fet, en molts casos, tant les persones adoptades com les mares biològiques expressen la seva dificultat per definir què senten:

V.: "És que com expliques una cosa com aquesta? No sé com definir els sentiments que tinc."

P.: "És que és tan fort el que sento que no sé com explicar-ho."

Després de l'intercanvi de cartes (recordem que es fa a través de la tècnica), un cop la necessitat de conèixer-se en persona es manifesta en ambdues parts, s'acorda una data per fer una primera trobada al Servei perquè sigui en territori neutral (no m'he trobat mai que hagi calgut fer una segona trobada al Servei). Al final d'aquesta primera trobada, mare i fill acostumen a intercanviar-se els telèfons i acorden ja la següent. A partir de llavors la freqüència de les trobades (si és que n'hi ha) i la qualitat d'aquestes dependran d'ells.

Però, malauradament, en molts casos la trobada entre ambdues parts no és possible.

Tant de bo les respostes que hem pogut anar recollint de les mares biològiques que han estat ateses al Servei de Recerca d'Orígens Biològics puguin servir, ni que sigui una mica, a totes aquelles persones adoptades que mai no podran tenir respostes de la seva pròpia mare biològica.

Tant de bo puguin conèixer una mica la situació d'aquella dona a través del relat d'altres dones que, molt possiblement, es van trobar en circumstàncies similars i que van haver de prendre, com ella, la decisió d'entregar el seu fill o la seva filla perquè formés part d'una altra família.

Gràcies a la Maria, la Neus, l'Anna, la Cristina, la Maria Teresa, la Puri, la Josefa, la Paquita, la Delfina, la Dolores, la Mònica, l'Antònia...

Gràcies a elles i a totes les altres mares per la seva confiança, per haver respost la nostra carta "Per un tema del seu interès" i per haver-nos obert espais seus tan íntims, tan amagats que en la majoria de casos no havien sigut mai compartits ni explicats.

Les seves històries són la història de moltes dones que no van tenir més remei que donar el fill/a en adopció, dones que han suportat soles, tota la vida, el pes i la tristor d'aquella decisió.

Tant de bo les poguéssim trobar totes per donar resposta a la pregunta que sempre ens fan les mares quan contactem amb elles: **"Però... està bé?"**

Un nom qualsevol

ANTÒNIA

Em dic... Maria, Neus, Anna, Antònia, Cristina... Qualsevol d'aquests noms és vàlid i cert. Soc una de les mares que van haver de donar el seu nadó en adopció per circumstàncies molt diverses, perquè era jove, perquè estava mal vist tenir un fill si una no estava casada... Sempre hi havia un perquè.

El meu perquè va ser que jo, en aquells moments, era una nena de 13 anys. Vaig haver de donar el meu nadó en adopció, no per voluntat pròpia, sinó perquè els meus pares així ho van decidir: jo no vaig tenir ni veu ni vot en la decisió.

Va ser una experiència traumàtica: no sabia gaire bé el que em passava, i quan vaig ser conscient que tindria un fill vaig haver d'afrontar que no me'l podia quedar, que havia de donar-lo en adopció.

Han passat 53 anys des que el 14 de març de 1970 vaig donar a llum un nadó —dic un nadó perquè no se'm va permetre veure'l ni saber si era un nen o una nena.

Quan els meus pares es van assabentar que estava embarassada, van decidir, juntament amb la que en aquell moment era la directora de l'escola on estudiava, traslladar-me a un convent de monges de Barcelona, on em van tenir reclosa mentre va durar el meu embaràs.

Tenia 13 anys i no havia sortit mai de casa. Durant aquells mesos al convent vaig madurar de cop i vaig haver de fer front a moltes coses que una nena no hauria de viure mai.

Va arribar el dia del part. Em van deixar sola en una habitació petita i fosca que després vaig identificar com una sala de parts. No vaig veure ni una cara coneguda, ni vaig rebre una paraula amable. Les persones que entraven i sortien només es preocupaven de quan seria el moment d'adormir aquella nena per prendre-li el nadó. Hi havia una infermera que em va tractar molt malament. Jo cridava perquè no podia suportar el dolor. Ningú m'havia preparat per a allò. La infermera només deia: "Calla, pocavergonya, et mereixes tot el que et passa." Això em va quedar gravat, i en certa manera durant molts anys m'ho vaig creure. Però el que ella no sabia ni s'havia molestat a preguntar era què havia passat, no em coneixia ni sabia qui era: una nena de 13 anys, espantada i sola, sense ningú que la tranquil·litzés. Jo tenia tant de dolor que només volia que tot allò acabés. Però, realment, només va ser el principi d'una experiència que ha durat tota la meva vida.

Ara tinc 66 anys i escric aquest article precisament el mateix dia que fa 53 anys vaig donar a llum el meu nadó.

I dic que aquí va començar la meva experiència perquè durant tots aquests anys no se'm va permetre mai parlar d'ell o d'ella, com si no hagués passat res, com si no existís. Els meus pares mai em van permetre parlar-ne, ni expressar els meus sentiments. Al

principi jo no entenia per què, però a mesura que vaig anar creixent vaig adonar-me que per als meus pares era una vergonya que havien d'amagar.

Durant aquests anys he estimat el meu fill o la meva filla en silenci, sempre per mi, sempre pensant com és, què fa..., i el dia del seu aniversari l'he celebrat sempre d'una manera o altra, en silenci.

Em vaig casar —i vaig perdre el marit molt jove— i vaig tenir dos fills més, però mai no he pogut parlar del meu primer nadó. Vaig aprendre que era un episodi de la meva vida que havia de viure sola, si més no mentre visquessin els meus pares.

És una vivència dolorosa, solitària, amb moments molt durs, però la vida continua i l'has de viure de la millor manera possible. O sigui, que guardes el record en un racó de la memòria, l'aparques fins que hi puguis accedir i parlar-ne obertament.

Ara ha fet quatre anys que van morir els meus pares, i ha sigut el moment de començar a treure els meus records de mi. Records dolorosos però plens de sentiments. Ho he pogut explicar a la meva germana, al fill que em queda, a la meva jove i a un amic.

A mesura que en vaig parlant van sortint records que creia oblidats, però us asseguro que no s'oblida res, tot queda en un racó de la memòria, i dono gràcies de poder recordar-ho.

Després de tants anys, em sembla com si ara el tingués al meu abast, com si pogués tocar-lo, sentir-lo... Per això he iniciat un expedient: per si mai ell o ella em vol buscar i trobar, per saber qui soc, per saber que el vaig estimar des del moment en què vaig tenir consciència que tindria un fill/a, per saber que l'he estimat sempre, per saber que no he deixat mai de pensar en ell o ella.

Sempre he volgut pensar que té una família que se l'estima, que ha estat feliç, que ho ha tingut tot o gairebé tot.

Amb aquest escrit vull deixar constància que som moltes les mares que per unes circumstàncies o unes altres ens vam veure obligades a donar els nostres fills, que cada cas és únic i particular i que cada una de nosaltres ha viscut aquest procés de la manera que ha pogut o li han permès viure'l.

Podria parlar de moltes coses, de com de malament em van tractar, de la poca comprensió, del menyspreu, però no crec que ens hàgim de sentir ni malament, ni incompreses ni menyspreades. Som dones que hem viscut una experiència que poques ens hem atrevit a explicar, que hem viscut molts anys en silenci —per una raó o altra, però en silenci— i ja és hora que se senti la nostra veu.

Gràcies per deixar-me expressar els meus sentiments.

Per cert, soc l'Antònia.