

Estrategias para educar a nuestros hijos e hijas adoptados



María Riega

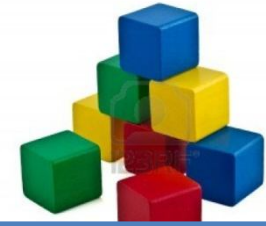
info@mariariega.com

Yurema de la Fuente

info@yuremadelafuente.com

info@sumando.org

Intervención psicológica y social

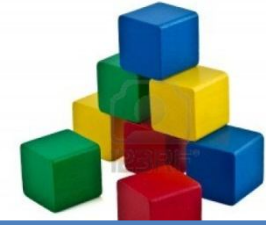


¿VINCULARSE?

- Encuentros y desencuentros de la pareja respecto a las reacciones de los niños

Testimonio de una familia adoptiva y biológica

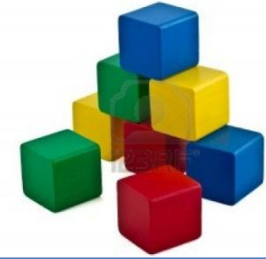




¿QUÉ VEREMOS HOY?

- La educación desde el punto de vista de las necesidades de los niños.
- Conocer prácticas educativas que favorecen las actitudes resilientes de niños y niñas.

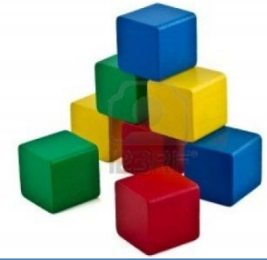




REACCIONES Y COMPORTAMIENTOS

- Conductas explosivas
- Mensajes hirientes y provocadores
- Bloqueos y baja tolerancia a la frustración
- Autoagresiones
- Mentiras
- Complacer
- Ansiedad, nerviosismo, tics
- Apego a objetos, desapego a personas
- Reacciones exacerbadas de miedo
- Conductas regresivas
- Demanda de atención continuada

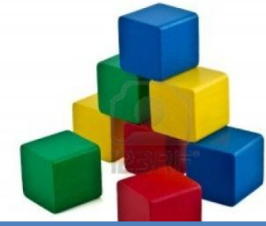




NECESIDADES

- Seguridad emocional ----- Fortalecimiento de la estima.
- Restablecer confianza en las personas.
- Nuevos aprendizajes de comportamientos.





EDUCAR EN LA ADOPCIÓN

Padres + Tutores de Resiliencia

Experiencias emocionales correctoras



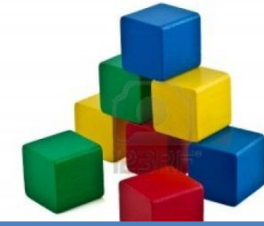


¿POR DÓNDE EMPEZAMOS?

- LA ACEPTACIÓN
 - Transmitir aceptación de sus sentimientos y de sus necesidades.

Mito: “si aceptamos a nuestros hijos tal y como son, éstos continuarán siendo tal y como son”



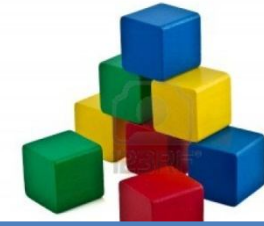


Y SEGUIMOS POR...

LA INFLUENCIA PARENTAL

- Ayudarles a buscar alternativas a sus reacciones (es más fácil sustituir un comportamiento por otro que dejar de hacerlo)
- Fomentar su participación: En la búsqueda y de la elección de alternativas:
 - “Ilusión” de alternativas
- Anticiparnos y preparar al niño con antelación en aquellas situaciones que son potencialmente conflictivas. (anticipar los cambios)



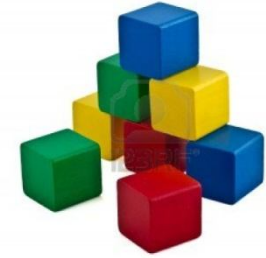


Y SEGUIMOS POR...

LA INFLUENCIA PARENTAL

- Y nosotros: ¡stop! Aprender a posponer las soluciones a los conflictos. *“el virus invasivo de la emoción”*
- Mensajes yo
- Ayudarlos a incorporarse en actividades acordes con sus gustos y en las que pueda desarrollar sus potencialidades *(el gran empuje a la resiliencia)*
- Las normas: disciplina positiva *“mano de hierro con guante de seda”*





¡Los aderezos!



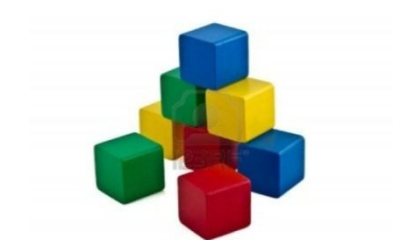
- *incondicionalidad*

- *paciencia*

Solo porque estés enojado con alguien no significa que dejes de quererlo.



Házselo saber constantemente a través de tus actos y no solo con tus palabras



Ideas para educar desde el respeto

Ejemplos para el análisis y la reflexión conjunta





Marta lleva viviendo con nosotros desde que tenía 6 meses. Desde entonces ha sido una delicia. Y ha continuado siendo una niña dulce, adorable, ahora ya tiene 10 años. No sólo la he considerado siempre mi orgullo y mi alegría, sino que le he dicho una docena de veces al día cuanta felicidad me ha traído a menudo. La niña siempre ha sido tímida y no suele expresar sus sentimientos. Me cuenta pocas cosas del colegio y a veces me entero por otros niños en el parque, y no por ella, de cosas que le han pasado en el colegio. Ahora cada vez me cuesta más sacarla de casa. Prefiere cualquier actividad individual y en el colegio tiene pocos amigos. Salvo alguna excepción nunca se enfada con nosotros, acata lo que le digamos y no muestra enfado. Siempre me ha parecido una niña muy sumisa y obediente. Ahora empiezo a preocuparme porque no expresa sus sentimientos ni gustos, no discute y cada vez quiere relacionarse menos con otras personas, sobre todo de su edad.

Claves: potencia de la estima que Marta se tiene a sí misma, mejora de la relación de confianza entre marta y su familia.

- Fijarnos en cuáles son las tareas/actividades en las que los niños y niñas se sientan bien, les gustan, resuelven con éxito... y fomentarlas.
- Entrenarnos en escuchar de forma activa: ¡solo escuchar! evitar intervenir o dar nuestras opiniones cuando la niña nos cuente algo referente a sus preocupaciones actuales. Preguntar sólo con el único objetivo de escuchar lo que la niña nos cuente.
- Sustituir nuestros elogios por descripciones lo más objetivas posibles de lo que nos gusta del comportamiento de Marta: *“me gusta cómo has hecho X”*, frente a *“has hecho X muy bien, realmente se te da bien hacer X”*.



Adán tiene 9 años y lleva cuatro con nosotros. Siempre ha sido un niño inquieto y travieso pero últimamente las cosas están yendo a más. Hoy me llamó la vecina porque le había visto cortando las flores de su jardín. Me puse fuera de mí. Pensé: "¡ya estamos otra vez! El negará haber tenido nada que ver como el día que desapareció el mando de la tele y encontré todas las piezas sueltas en su habitación, o cuando me dijo que le habían quitado un examen y luego la profesora me comentó que no estaba segura de la firma y por eso me citaba (lo había suspendido y firmado él sin enseñárnoslo). Últimamente miente más que habla, hasta su hermana dice: "Mamá, Adán te está engañando de nuevo" Sé que no lo he llevado con tacto. Le exijo que me diga siempre la verdad, y cuando no lo hace le llamo mentiroso, o le suelto un sermón sobre la mentira o le castigo. He debido empeorar la situación pero para nosotros la sinceridad es muy importante.

Claves: qué hacer para que aumente la probabilidad de que nos cuente la verdad frente a lo que hacer para que aumente la probabilidad de que deje de hacer estas conductas. Establecer nuestra prioridad.

- Cuando la prioridad es que mienta menos y el fomento de la sinceridad:
 - Tener en cuenta que los castigos y refuerzos suelen contribuir al aumento de las "mentiras", los niños utilizan éstas con el fin de evitar castigos o conseguir refuerzos positivos.
 - Transmitirle al niño que lo que queremos es que deje de mentir y centrar nuestra atención en esto , dejando de lado, incluso "pasando por alto" las travesuras y las acciones en las que éste rompe cosas . Hacer una diferencia clara entre estos dos aspectos ayudará al niño a perder el miedo a decir la verdad cuando ha llevado a cabo comportamientos que él identifica como "inadecuados".
 - Cuando preguntamos, estar dispuestos a confiar en que su respuesta es verdadera, aun a riesgo de que en ocasiones seamos engañados. "Presuponer" que el niño dice la verdad y actuar "como si" dijese la verdad.



Lin llegó hace 3 años de China cuando tenía 8 meses. Siempre mostró miedo al acostarse. No quería y retrasaba la hora de irse a la cama. Cuando empezamos a mostrarnos más firmes lloraba, se quejaba de dolor de barriga... a veces pedía agua, o un beso más o un cuento más. Desde hace un mes no se duerme si no hay una luz encendida y tenemos que esperar a que se duerma estando leyendo o acostados con ella. Si se despierta por la noche se va a nuestra cama. A veces ni nos despertamos. Si alguno se despierta la vuelve a llevar a su cama.

Claves: Diferenciar entre las necesidades de los niños y las de los padres, *¿necesita el niño dormir solo? ¿son los padres los que necesitan descansar?*

- Los miedos a estar solos por las noches son comunes a todos los niños, manifestandose de forma diferente en diferentes momentos de su desarrollo.
- Encuentro de un equilibrio entre las necesidades de descanso de los adultos y las de contacto de los niños.

(...)



Ananda llegó de la India hace 14 meses. Tiene 5 años. Rechaza todos los tipos de alimentos que no conoce y desde el principio quiso comer solo aquello que ella conocía. Hemos ido probando diferentes cosas pero ahora el problema ya nos preocupa más. Prueba menos cosas ahora que al principio. Come muy poca cantidad, casi todo en purés, de forma muy lenta y con la mano. No logramos que use de continuo los cubiertos. Si la obligamos a probar algo nuevo acaba vomitando. Nunca hemos sabido relajarnos como nos recomendaban con este tema. Ella sigue creciendo pero nos preocupa que esté correctamente alimentada.

Claves: los nuevos hábitos necesitan tiempo y su adquisición necesita paciencia y naturalidad. La utilización de estrategias autoritarias suele entorpecer más que ayudar.

- Dejar tiempo para que la niña se integre, sin introducir ninguna cuestión especial.
- Fomentar el atractivo de las comidas de los cubiertos y utensilios que son de la niña.
- Recordar y fijarse en cómo “aprenden” los niños más pequeños los hábitos de comida. Dejar que ella siga este proceso de aprendizaje natural (“todos los niños empiezan comiendo con las manos y poco a poco les va resultando atractiva la utilización de los utensilios que utilizan sus padres”)

(...)



Sergio tiene ahora 8 años y lleva con nosotros desde los 5. Nos preocupa sobre todo el tema escolar. En clase ha tenido muchas dificultades para adaptarse a la dinámica del colegio, para respetar las normas, para comprender los temas,... Pero es en casa donde más nos cuesta: va mejorando pero no es capaz de trabajar sin autonomía, nos requiere constantemente para hacer los deberes, manifiesta aversión hacia el colegio, no quiere hacer las tareas en su habitación, hay rabietas para no hacerlos, etc.

Claves: Nivel y exigencias escolares desajustadas con las capacidades y aprendizajes actuales; frustración; dependencia

- Cuando el nivel no se ajusta a la capacidad, los niños se sienten frustrados y se atascan en sus tareas
- Dedicar un tiempo limitado a la realización de los deberes, disfrutando también de otros momentos que permitan la satisfacción del niño.
- Asumir la necesidad de apoyo escolar del niño para la realización de las tareas. El apoyo que los padres le están prestando está haciendo que mejore en el colegio, retirarlo ahora, puede estar entorpeciendo el avance futuro.

(...)



Oleg nació en Rusia hace 11 años. Vino a vivir con nosotros cuando tenía 4 años. Siempre ha sido muy inquieto y presta poca atención a las cosas de continuo. En el colegio se quejan de que interrumpe las clases, que se levanta del asiento, que molesta a los demás... Además estamos preocupados porque han comenzado a desaparecer cosas de casa y hemos descubierto que ha sido Oleg. No son grandes cosas pero nos sentimos defraudados y engañados. Hemos intentado hablar con él pero nos evita y lo niega todo. Creo que no le falta de nada y le damos todo lo que necesita.

Claves: los sentimientos de decepción de los padres con respecto a comportamientos de los niños aumentan la frustración de éstos

- Necesidades emocionales frente a materiales.
- Dificultades de comportamiento en el ámbito escolar diferentes a las familiares. Saber separarlas y aprender a identificar las cosas que van bien en la relación familiar con independencia de que existan muchas dificultades en lo escolar. Nos repone fuerzas y nos evita transmitirle mayores sentimientos de frustración.
- ¿Cómo son los intentos de hablar con él? Diferentes cuando iniciamos las conversaciones desde la preocupación y transmitiendo las ganas de ayudarlo a cuando se inician desde nuestro enfado y nuestra decepción.

(...)

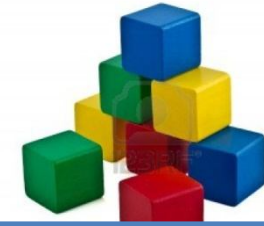


Nuestros hijos llegaron a nuestra casa muy pequeños, **Pablo** cuando tenía 8 meses y tres años más tarde **Juan**, con 10 meses. Ahora tienen 6 y 9 años. Las peleas son constantes. Nunca hay un momento de paz en nuestras vidas. Desde pequeños es así. Cuando lograba que el pequeño se quedara dormido para hacer alguna cosa el mayor se acercaba y le molestaba hasta despertarlo; si uno quiere un juguete el otro también; si quieren ver la televisión, aunque les gustan las mismas series, nunca coinciden en horario; Hemos probado distintas cosas. Nos dimos cuenta de que sin querer les comparábamos mucho, para lo bueno, no solo para lo malo: “tu hermano es un bebé pero tú ya sabes recoger tu habitación...”, “Ojalá tu hermano supiera leer tan bien como tú...”

Claves: las comparaciones, incluso cuando son en positivo, no favorecen.

- Reconocer las capacidades y los logros en relación a uno mismo y no en relación a nadie más. Cuando deseamos estimular podemos compararle con sus capacidades de cuando era más pequeño (“ahora que ya has cumplido 6 años ya puedes meter tu solo los juguetes en el cubo”), de cuando sea más mayor...
- Dejar que sean ellos quienes resuelvan sus diferencias

(...)

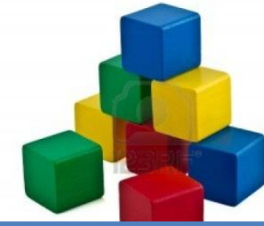


REFLEXIONES FINALES

¿Necesitan los padres y madres adoptivos estrategias educativas diferentes o especiales con respecto a los otros padres?

¿Son tan diferentes estas necesidades, estos comportamientos y estas reacciones a las del resto de los niños?





REFLEXIONES FINALES

Algunos de los comportamientos de los niños adoptivos muestran una mayor resistencia al cambio.

No requieren de estrategias diferentes, sólo de más tiempo, mayor constancia.

“Los padres adoptivos necesitan aplicar lo mismo que los otros padres pero desde lo que ya saben sobre las circunstancias y vivencias especiales que han experimentado sus hijos, es decir, con las gafas de la adopción”.

