

## **La importancia del asociacionismo en las familias adoptivas y acogedoras.**

José Ignacio Díaz Carvajal

Las familias estamos, en muchos casos, muy perdidas, mal orientadas y realmente necesitamos más ayuda de la que recibimos o encontramos. Por eso quiero hablar de la importancia de asociarse, para poder afrontar los problemas de la adopción.

Muchas familias están aisladas con sus dificultades, y no se les ocurre que una vía natural para solucionar esto es encontrarse con otras familias afines.

Me referiré a la idea de asociación, centrándome en los aspectos personales y psicológicos. Y no tanto como pertenencia a un grupo de presión, para conseguir cambios sociales o políticos relacionados con los problemas institucionales del acogimiento y la adopción. Voy a hablar de la importancia práctica que puede tener asociarse, cuando se vive esta realidad tan diferente de familia, que es la familia adoptiva o acogedora.

Necesitamos referencias directas, compartir experiencias, sentir el apoyo de otros, no estar solos en esta tarea, y encontrar con más facilidad, a través de otras familias, las soluciones que otros ya han ensayado, y que les han servido. Y así poder acortar los plazos de ensayo y error que tenemos que vivir en la crianza de nuestras criaturas.

Si os dais cuenta, asociarse tiene doble dirección: los que se asocian pueden aportar experiencias, conocimientos, recursos, tiempo, presencia, esperanza, etc. y pueden recibir apoyo, sostén, formación, otras soluciones y experiencias. Es muy importante tener la posibilidad de identificarse con lo positivo de otras familias, de compartir su creatividad a la hora de dar soluciones a los conflictos y situaciones intrafamiliares. Y sobre todo poder dejar de sentirse tan SOLOS, e incomprendidos por la sociedad.

Es decir asociarse permite encontrar un espacio de “ganar-ganar”, en donde no voy sólo a recibir o a pedir. Sino que con mi experiencia, al compartir mis búsquedas, mis pequeños logros, mi presencia, mi escucha...ya estoy aportando a otros algo.

Son muchos los ejemplos de familias que no pueden apoyarse en sus familiares directos, ni tampoco en amigos, porque no les comprenden. O se empeñan en criticarles sus maneras de educar o culpándolas directamente del comportamiento, muchas veces complicado, de sus hijos.

Por eso hay que crear, dentro de asociaciones de acogimiento o adopción, grupos de autoayuda, formados por padres afines, que tengan los mismos tipos de hijos y que estén abiertos a escuchar y hablar de sí mismos y de lo que viven. Y realizar actividades de ocio y de compartir lúdico, con hijos y sin hijos. Y también para los hijos solos.

Tenemos que aprovechar para darle la vuelta a la sensación de debilidad, de insatisfacción, de agotamiento por la lucha diaria, a la frustración, al dolor y la incompreensión. Pues al vivir la

experiencia grupal, conseguimos una ganancia en forma de sentimientos opuestos: la fuerza que transmite el grupo, la satisfacción por los logros que se van obteniendo, el descanso de la lucha diaria, el empoderamiento y la capacidad de aliviarnos al ser comprendidos, escuchados, sostenidos por otros iguales a nosotros.

Todo esto forma parte del apego seguro, que se supone que tenemos que transmitir a nuestros hijos e hijas, pero que difícilmente podremos, si lo que estamos es asustados, traumatizados, dolidos, agotados. Tenemos que buscar apoyo, cuidado, reconocimiento, valoración...y en quién mejor que en otros que ven la vida desde el mismo lugar.

El aprendizaje informal que se gana con grupos de autoayuda y asociaciones de padres y madres, es generador de apego seguro. Pues nos ayuda a sentirlo de otros y a poder darlo a otros. Es modelo para lo que tenemos que dar a nuestros hijos.

Las familias tenemos que salir de nuestros escondites y compartir más. Pero hay un factor de vergüenza y de culpa, que “va de serie” en la adopción. Es como si por ser padres adoptivos tuviéramos que hacerlo mejor, y cuando empiezan los problemas, tendemos a culparnos y a avergonzarnos: “¿Por qué lo estamos haciendo tan mal? ¿Cómo voy a contar las cosas que mi hijo hace o me dice, a mi familia o amigos? ¿Acabarán culpándome a mí?”

En esa culpabilización externa nos pueden decir lindezas como: “Pues no deberías haber adoptado”, o “tú te lo has buscado”, o “es que lo mimas mucho y no le pones límites”, o “¿no lo puedes devolver?”.

Además de ese frente externo está el de casa. El que no sabemos cómo hacer para que no pasen determinadas cosas (que el niño explote, o que mienta tanto, o que no acumule comida, o que se porte bien en clase, o que estudie, o que salga, o que...) ¡Cuánta confusión, cuánta impotencia...vivimos los padres y madres!

Compartir con otras familias tiene muchas ventajas:

- Que nos ayuda a relajar la ansiedad, a no sentirnos tan solos, a tomar perspectiva de nuestros problemas (tanto en casa, como en la escuela o con la sociedad).
- Ayuda a relativizar, a no angustiarse tanto con cosas que a solas nos pueden parecer terribles o muy duras.
- Conseguimos ideas prácticas para el día a día. Podemos compartir información de recursos: (los profesionales que nos han servido, de medicación, de centros, de cómo hemos resuelto escritos a instituciones...) E incluso la posibilidad de acceder a actividades de formación, talleres, congresos. O actividades de ocio en espacios seguros. Incluso que se nos ofrezca gente para ayudas concretas con nuestros hijos. Y obtener un poco de descanso familiar.
- Nos escuchan, que no es poco. Podemos encontrar un hombro amigo en el que apoyarnos y a quién desahogarnos.

Y sobre todo podemos aprender paciencia, a tener esperanza de que aunque la cosa vaya lenta, va para adelante.

Hay familias que en su soledad se desesperan, entran en situaciones de verdadera angustia traumática, que les lleva a sufrir enormemente. A veces con auténticas depresiones ante las situaciones que viven. Y no encuentran consuelo en profesionales, sean psicólogos, pedagogos, profesores, que muchas veces no entienden de esto.

A muchos profesionales les es todavía ajeno el tema del apego.

Y las familias dan muchos palos de ciego y se pierden en peregrinaciones de unos a otros, gastando mucho dinero o perdiendo mucho tiempo en instituciones que no ayudan de verdad.

Es verdad que nos hacemos los mayores expertos en nuestros hijos Pero no debemos creer que tengamos que estar solos. Otros han ido recorriendo nuestros mismos caminos, con los mismos problemas (escolares, de comportamiento, laborales, de problemas sociales o con drogas, delitos, lo que sea)

Por eso creo que es tan importante crear grupos de apoyo, en los sitios donde no haya asociaciones. Y potenciar las asociaciones que encontremos en nuestro entorno, para crear grupos de apoyo en ellas.