



Adozione e ricerca delle origini

Il caso di F: quando l'incontro non è una riparazione ma un processo di integrazione

INDICE:

1. Implicazioni operative per il lavoro psicologico
2. Bibliografia
3. Altre letture su HT

Qualche tempo fa un amico mi ha raccontato una storia che mi ha colpito, non solo per quello che è successo, ma per quello che dice, in modo molto concreto, sul tema delle origini nelle adozioni. Premetto che ho avuto il permesso di raccontarla e lo faccio perché può far bene a tanti ragazzi e ragazze adottivi e a tanti genitori che stanno per intraprendere (o l'hanno già fatto) questo percorso.

F (iniziale di fantasia) è stato adottato da neonato in Brasile e cresciuto in Italia, all'interno di una famiglia presente, affettuosa, che non gli ha mai nascosto nulla.

Ha sempre saputo di essere stato adottato ma per tanto tempo questa informazione è rimasta sullo sfondo.

Non negata o rimossa ma nemmeno approfondita o interrogata, sapeva da dove veniva, ma non sentiva il bisogno, l'urgenza, di approfondire.

Questo è un primo elemento molto importante anche dal punto di vista psicologico, **quando l'adozione viene raccontata in modo trasparente e inserita dentro una relazione affettiva stabile, non necessariamente genera una frattura da ricomporre.**

Può diventare una parte della propria storia che non chiede di essere "risolta", ma semplicemente riconosciuta e integrata nel tempo.

Studi longitudinali sull'identità adottiva suggeriscono che la trasparenza precoce sull'adozione è associata a un migliore adattamento psicologico e a una maggiore integrazione dell'esperienza adottiva nel corso dello sviluppo (Grotevant et al., 2017); (Highland, 2021).

Ogni tanto emergeva un pensiero, il desiderio di andare in Brasile, di vedere i luoghi, di conoscere una parte della propria origine culturale, ma non c'era una vera spinta a cercare la famiglia biologica.

Poi, a un certo punto, è successo qualcosa.

In una fase della vita caratterizzata da cambiamenti e riorganizzazioni personali, parlando con un'amica, relativamente all'ipotesi di un viaggio di piacere in Brasile, nasce quasi per caso una domanda:

"Perché non provi a cercare la tua famiglia di origine in Brasile?" Non era un'urgenza, non era una ferita aperta ma una possibilità.

Anche questo è un passaggio molto significativo perché spesso, nel lavoro con adolescenti e giovani adulti, vediamo che **le domande identitarie emergono proprio nei momenti di passaggio,**



quando alcune certezze si interrompono e si apre uno spazio nuovo di riflessione su di sé. Ricerche suggeriscono che tali domande emergono con forza in fasi di crisi evolutive o cambiamenti personali, specie per adottati internazionali (Rosnati & Iafrate, 2023); (Von Korff, 2021).

Ha deciso di provare, senza aspettative particolari.

Aveva poche informazioni come il nome della madre biologica e un certificato di nascita.

Ha iniziato a scrivere a varie ambasciate, contatti, un po' alla cieca, forse non credendoci neanche fino in fondo.

Poi qualcuno gli risponde, indicandogli una persona che, per scelta personale, aiuta gratuitamente ragazzi adottati a fare ricerche sulle proprie origini.

Gli scrive, passano pochi giorni e succede qualcosa che non si aspettava.

Inizia a ricevere richieste di contatto sui social da persone con nomi portoghesi.

"Vieni in Brasile", "Crediamo di essere la tua famiglia", "Ti stiamo cercando".

Poco dopo arriva la conferma, hanno trovato un collegamento con la sua famiglia biologica.

Una zia, poi altri parenti.

Nel frattempo lui aveva già precedentemente organizzato una vacanza in Brasile con la sua amica, ma non a San Paolo, dove vive la famiglia biologica, ma a Rio de Janeiro.

E qui emerge un passaggio molto importante quanto umano. Mi ha detto:

"Ero anche un po' spaventato. Per loro magari io ero qualcuno di importante, ma per me erano persone che non avevo mai visto. Non sapevo chi fossero davvero."

In questa frase c'è un elemento psicologico centrale, la cosiddetta **asimmetria emotiva**.

Per chi ritrova, spesso il legame è rimasto vivo nel tempo.

Per chi cerca, invece, si tratta di incontrare persone che hanno un significato biologico, ma non ancora relazionale.

Questa forma di "asimmetria emotiva" è stata osservata in diversi studi: per la famiglia biologica il legame può persistere, per l'adottato è inizialmente biologico ma non ancora relazionale (Von Korff, 2023; Shields, 2024).

Lui più titubante, la sua amica più istintiva lo spingeva a buttarsi di più nella situazione.

Così fa una scelta molto matura e logica, non cambia il suo programma ma comunica dove sarà e lascia a loro la decisione di raggiungerlo durante il suo itinerario.

Il giorno dopo loro comunicano di aver acquistato i biglietti per Rio nei giorni in cui lui sarà là.

Si incontrano per la prima volta lì.

Un incontro carico di emozione, abbracci, lacrime, volti che si cercano, occhi che si incontrano e riconoscono per la prima volta.

La sensazione, per alcuni di loro, di aver ritrovato qualcuno che mancava.

Per lui, qualcosa di più complesso, il riconoscimento di un legame biologico, ma dentro una relazione ancora tutta da costruire con persone che però erano ancora sconosciute.

Durante quel viaggio conosce la madre biologica, scopre di avere una famiglia molto numerosa, diversi zii e zie... 11 in totale.

L'esperienza è intensa, anche disorientante a tratti.

Non c'è rifiuto, ma nemmeno idealizzazione.

Piuttosto, la consapevolezza di stare vivendo qualcosa di profondamente significativo, senza però perdere il contatto con la realtà, persone con cui condivide un'origine, ma che sta conoscendo adesso.

Questo è un altro passaggio chiave perché **quando la ricerca delle origini non è guidata da un bisogno urgente di "riparazione", è più facile che l'incontro resti dentro una dimensione realistica.**

Il legame biologico viene riconosciuto, ma la relazione non viene forzata, si costruisce nel tempo, se ci sono le condizioni.



La letteratura sulle reunion mostra infatti che gli esiti possono essere molto variabili: contatti più continuativi sono associati a un maggiore benessere, ma richiedono confini chiari e realistici (Von Korff, 2023; Neil, 2008).

Negli anni successivi torna in Brasile.

Alcuni legami si mantengono, altri rimangono più sullo sfondo.

In particolare, si crea un rapporto molto naturale con la sorella, con cui ha pochi anni di differenza e con cui si sente spesso, si scrivono, condividono pezzi di quotidianità.

Un legame costruito nel presente, senza il peso della storia passata.

Quando me lo raccontava, mi ha colpito una cosa più di tutte, la sua ricerca non è nata da un vuoto, come spesso mi è capitato di sentire nelle storie di adozione.

Non cercava qualcuno che lo completasse, non cercava risposte urgenti o riparazioni.

Aveva già una storia, una famiglia, un senso di appartenenza.

Non aveva bisogno di ricostruire o riempire degli spazi.

E forse è proprio questo il punto.

Quando la base affettiva è sufficientemente solida, può favorire che la ricerca delle origini diventi un'**esplorazione**, non una crisi.

Un ampliamento della propria identità, non una messa in discussione.

Non un ricucire una frammentazione, ma un processo di integrazione (Grotevant et al., 2017; Silvestri, 2025).

Nel lavoro psicologico con adolescenti e giovani adulti questo è un aspetto che emerge spesso, anche al di fuori delle adozioni, quanto più una persona si sente radicata nella propria storia, tanto più può permettersi di esplorarla senza paura di perdere ciò che ha.

Questa storia mette in luce alcuni aspetti che, nel lavoro clinico e nei percorsi di orientamento, emergono frequentemente ma che raramente trovano spazio nel racconto pubblico delle adozioni:

- la ricerca delle origini non è sempre un segnale di mancanza
- le famiglie, adottiva e biologica, non sono necessariamente in competizione
- gli incontri non sono sempre riparativi, a volte sono semplicemente l'inizio di relazioni nuove
- e forse il punto più importante è questo: identità non significa scegliere tra parti diverse della propria storia, ma riuscire a tenerle insieme, integrandole

Ovviamente non tutte le storie sono così belle e positive, anzi direi che forse (nella mia esperienza di ascolto) la maggior parte sono più complesse, altre più dolorose, altre ancora non trovano un esito.

Ma anche queste narrazioni hanno valore.

Perché mostrano che l'identità non è qualcosa di fisso, ma qualcosa che può espandersi.

E che, a volte, conoscere da dove si viene non cambia chi si è, ma permette di abitare la propria storia in modo più ampio, integrato, risolto.

I riferimenti riportati non esauriscono la complessità del tema, ma offrono alcune coordinate utili per approfondire i processi psicologici legati all'adozione e alla ricerca delle origini.

1. Implicazioni operative per il lavoro psicologico

Dal punto di vista del lavoro clinico e psicoeducativo, questa prospettiva suggerisce alcune attenzioni operative.

In primo luogo, è importante **non assumere automaticamente che la ricerca delle origini sia espressione di un vuoto** o di una sofferenza non elaborata.



In alcuni casi può essere, ma in altri rappresenta un movimento evolutivo fisiologico di esplorazione identitaria.

In secondo luogo, può essere utile **aiutare la persona a distinguere tra il piano biologico e quello relazionale**, sostenendo la costruzione di aspettative realistiche rispetto all'incontro con la famiglia d'origine.

Un ulteriore aspetto riguarda il lavoro sulle rappresentazioni: accompagnare l'adottato a **integrare le diverse appartenenze** senza viverle in termini oppositivi o conflittuali.

Infine, quando la base affettiva è sufficientemente solida, il lavoro dello Psicologo può orientarsi non tanto sulla "riparazione", quanto sulla **facilitazione di un processo di integrazione**, aiutando la persona a dare senso alla propria storia in modo coerente e sostenibile.

E forse è proprio in questo spazio che il lavoro psicologico può fare la differenza: non nel dare risposte, ma nel rendere queste domande pensabili.

2. Bibliografia

- **Grotevant H.D., Wrobel G.M., Von Korff L., Skinner B., Newell J., Friese S. & McRoy R.G. (2017)**, Adoptive identity and adjustment from adolescence to emerging adulthood: A longitudinal study, *Journal of Research on Adolescence*, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5679095/>
- **Highland S.V. (2021)**, *Adoptive identity: Emerging adult international adoptees negotiating the third space of cultural identity*, Antioch University Repository, <https://aura.antioch.edu/etds/734>
- **Neil E. (2008)**, Family membership in post-reunion adoption narratives, *Social Policy Journal of New Zealand*
- **Rosnati R. & Iafrate R. (2023)**, *Psicologia dell'adozione e dell'affido familiare*, Edizioni Università Cattolica
- **Shields D.E. (2024)**, *An analysis of reunifications between adopted adults and birth relatives*, Queen's University Belfast
- **Silvestri S. (2025)**, *Adozione internazionale: formazione dell'identità biculturale negli adolescenti e benessere psicosociale*, Tesi Università di Padova
- **Von Korff L. (2021)**, *The search for origin of young adoptees-A clinical study*, PMC
- **Von Korff L. (2023)**, Birth family contact from childhood to adulthood: Adjustment and relationship quality, *Adoption Quarterly*, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10361248/>

3. Altre letture su HT

- Valentina Sbrescia, "[Cosa è l'adozione](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika n. 63, 2011
- Claudia Nissi, "[Adozione e formazione: Mi adotterò mio figlio?](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika n. 153, 2019
- Valentina Sbrescia, "[Genitorialità adottiva: "il tempo vissuto" nel percorso adottivo](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika n. 108, 2014
- Valentina Sbrescia, "[Adottarsi per adottare: l'Altro dentro di noi e l'Altro fuori di noi](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika n. 73, 2012
- Francesca Emili, "[Genitori di oggi figli di ieri: l'importanza della famiglia di origine](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika n. 106, 2014
- Valentina Zappa, "[Genitorialità: da coppia a "famiglia". Riassetto intra e inter-personali](#)", articolo pubblicato su HumanTrainer.com, Psico-Pratika n. 93, 2013