

hazi hezi

Haziera eta heziketa
aldizkaria

50.
znb

Gaia

50 urrats autonomiarantz

Elkarrizketak:

Alvaro Benaran
Nerea Mendizabal
Estíxu Fernandez
Izab Arregi

7,5 € - 2024ko udazkena

50. znb



50 zenbaki, konpromisoz beteak

Haurraren hazieran eta heziketan laguntzeko konpromisoarekin sortu zuen **Hik Hasi** egitasmo pedagogikoak **Hazi Hezi** aldizkaria 2012an. 50 zenbaki hauetan harpideen konpromisoa funtsezkoa izan da aurrera egiteko.

Euskarazko prentsan hutsune bat ze-
goen: beste hizkuntzatan ugariak ziren
haziera eta heziketa gaiei buruzko
aldizkaririk ez geneukan euskaraz. Eta
guraso euskaldunek erdaretan bilatzen zuten
hazierari eta heziketari buruzko informazioa,
askotan “San Googlen”. Kazetaritzaren krisi be-
tean, 2011n, **Hik Hasi** egitasmo pedagogikoak
hutsune hori betetzeko ardura bere gain hartu
zuen, eta 2012ko udaberrian **Hazi Hezi** argita-
ratu zuen. Lan interesgarria izan zen aldizkaria
pentsatzea, diseinatzea, idaztea eta argitarat-
zea. Interesgarria bezain zaila.

Interesgarria, plazarik plaza, solasaldiz solasal-
di, gaur egungo familiek dituzten arazoak eta
zailtasunak ezagutu eta horietan, ahal izan du-
gun neurrian, laguntzeko aletxoak jarri dugulako.
Interesgarria, adituengana bideratu ditugulako
plazako kezkak, eta ahalik eta informazio one-
na zabaldu dugulako gai ugariren inguruan.

Zaila, garaiak ez direlako errazak. Ez hazie-
rarako eta heziketarako, eta ezta kazetaritza-

rako ere. Ez da erraza izan buzoiak betetzea,
harpide berriak aurkitzea. 12 urtez, urtean 20
euroko harpidetza kuota kobratu izan dugu, eta
hala ere mugatua izan da irakurleengandik jaso
dugun konpromisoa.

Bereziki eskertuak gaude bide honetan guztian
bidelagun izan zaituztegun irakurle konpromete-
titu guztiokin. Ulertu duzuenekin proiektuak
aurrera jarraitzeko, nor bere aletxoak —batzue-
tan ekonomikoa— jarri behar zuela.

50. zenbaki honetan atzera begira jarri gara,
eta bereziki esanguratsuak izan diren hainbat
erreportaje eta elkarrizketa berreskuratu ditu-
gu, hala nola, erditze errespetatuari buruzkoa,
eskolaren eta familiaren arteko harremanari
buruzkoa eta hezkuntza emozionalari buruzkoa
eta lau elkarrizketa, **Hazi Hezi**ren bidelagun
garrantzitsu izan diren adituei eginak: Alvaro
Beñaran, Nerea Mendizabal, Estitxu Fernandez
eta Izar Arregi adituei eginak. On dagizuela!

Plazera izan da!

hik *hasi* egitasmoaren aldizkaria www.hikhasi.eus · 943 371 408 · hazihezi@hikhasi.eus

XANGORINEK 2024ko irailean argitaratua. Errekalde hiribidea, 59. Aguila eraikina, 1. solairua, 20018 Donostia. ISSN: 2254-2027 Lege gordailua: SS-0466/12. Kopurua: 3.300 ale. *hazi hezi*ko informazioa zabaldu dezakezu, egiletza aitortuta eta soilik baldintza beretan egin ez gero. Erredakzioak ez ditu bere gain hartzen aldizkarian argitaratutako iritziak.

Erredakzioa

Hazi Hezi

Idazkaritza

Uxue Ugartemendia

Komunikazioa

Paula Estevez

Erredakzio-taldea

Mikel Agirrezabala

Kontxi Aizarna

Ainhoa Azpirotz

Izarne Garmendia

Aritz Larreta

Josi Oiarbide

Arantxa Urbe

Inprenta

Antza

Diseinua

Sorland-Hik Hasi



Aurkibidea

Atariko

50 zenbaki,
konpromisoz beteak

3

Gaurkoa

50 urrats autonomiarantz

10

Gai nagusia 1

Erditze errespetatua

16

Gai nagusia 2

Bigarren etxea

20

Gai nagusia 3

Emozioak, bizitzarako ipar

30

Elkarrizketa 1

Alvaro Beñaran

40

Elkarrizketa 2

Nerea Mendizabal

46

Elkarrizketa 3

Estitxu Fernandez

50

Elkarrizketa 4

Izar Arregi

56

Sormenez

Bernardo Atxaga

60

Iritzia

Uxue Apaolaza

66



Elkarlanean



Laguntzailea



Kultura eta Hizkuntza Politika
Sailak (Hizkuntza Politikarako
Sailburuordetzak) diruz
lagundua



Hazi Heziren 50. alea

50 urrats autonomiarantz

2012ko udaberrian argitartu genuen **Hazi Hezi** aldizkariaren lehen alea, eta 50. zenbakira iritsi gara 2024ko udazkenean. Hasieratik, haurraren autonomia osasuntsua eta gurasoen ahalduntzea izan ditugu ipar.

Haurrarekin batera hazten joan dira **Hazi Hezi** eta bere komunitatea. 50. zenbakira iritsi gara; esku artean duzun aldizkari hau **Hazi Hezi** haziera eta heziketa aldizkariaren 50. alea da. 2012ko maiatzean argitaratu genuen lehen zenbakia, eta 2024ko udazken honetan zenbaki biribilerara iritsi gara. Espero ez genuen ibilbidea egin dugu orduetik, haurraz, hazieraz, heziketaz, garapenaz nahiz gurasotasunaz ibilbide mardula egin dugula ikusten dugu atzera begiratu eta sabela bete-bete erakusten zuen lehen azal hartatik.

Ordurako **Hik Hasi** aldizkariak ibilbide sendoa eginga zeukan hezkuntzan, ikastetxeengandik gertu, 18 urte zeramatzen pedagogien dibulgazioa egiten, irakasleak formatzen, herrialde eta sare ugariatako irakasleak aldizkariaren bidez sarezen. 1995ean sortu zuen irakasle talde zabal batek **Hik Hasi** egitasmo pedagogikoa, eta haren abaroan sortu zen izen bereko aldizkaria, eta ondoren **Hazi Hezi**. Irakasleak izan ziren, batik bat, etxeari begira gurasoentzako eta familientzako haziera eta heziketa gaietara buruzko aldizkari baten beharra egitasmo pedagogikoaren bulegora ekarri zutenak. “Galduta” ikusten zituzten irakasle askok gurasoak. Loia, haurraren garapena, emozioak, sexualitatea... gai askotan “galduta” ikusten zituztela eta “San Google”-n bilatzen ez zituztela erantzunak. Eta “San Google”-k erantzun kontraesankorrak ematen ditu. Infoxikazioaren erdian, **Hazi Heziren** helburua, sorreratik galbahe lana egitea izan da, informazio landua eta fidagarria eskaintzea haurraren garapenaz, hazieraz eta heziketaz. Horretarako, hasiera-hasieratik, Euskal Herriko aditu sare zabal batekin egin du lan **Hazi Hezik**. Euskal Herriko hainbat unibertsitateko irakasleak izan ditugu bidelagun, hala nola, Amaia Arroyo, Alfredo Hoyuelos, Alex Barandiaran, Joxe Amiama... baina baita bestelako aditu kontsagratuak ere, Alvaro Beñaran, Nerea Mendizabal, Xabier Tapia, Libe Garmendia, Gontzal Martinez de la Hidalga, Iñaki Eizmendi, Aitziber Estonba, Alazne Ugartetxea, Ane Ablanedo.. Alerik ale elkarrizketak egin dizkiegu aditu horiei, baina

gai ugari jorratzeko garaian ere euren ekarpenak egiteko prest izan ditugu beti. Euskal Herrian profesional sare mardula daukagu, zorionez, haur baten etorrerak dakartzan galdera guztiei erantzun ahal izateko.

Informatzea izan da gure egitekoa. Lehen aldizkaritik beretik, helburu horri eutsi diogu 12 urte hauetan. Erditzearekin hasi ere hasi genuen gure ibilbidea: *Nola erdituko naiz?* Izeneko gaia jorratu genuen lehen zenbaki hartan, eta erditzeari buruzko informazioa bildu genuen, hainbat emaginekin. Haurdunaldiaz ere egin genuen 19. zenbakian gai nagusia, eta hainbatetan eutsi diogu baita ere puerperioari eta erdiendoari. Beti ere helburu berarekin: ama izango denak eduki dezala behar duen informazioa eskura ahaldundurik bizi ditzan prozesu horiek. Amen eta aiten ahalduntzea funtsezko ardatz izan baitira gure erredakzioan.

Anitza eta feminista

Gurasoen ahalduntzea eta haurraren nortasuna eta garapena izan dira iparra markatu diguten koordenadak. Lehenengo editorialean argitu genuen gure bokazioa: “Haurrak —pertsonak— bere nortasuna gara dezan, pertsona autonomo, solidario eta kritikoak sortzen lagundu nahi du aldizkari honek, umeen behar emozionalak, fisikoak eta psikologikoak asetzen lagundu nahi du”. Balio batzuetan ardaztu genuen hasieratik aldizkaria eta eutsi eta indartu egin ditugu balio horiek denborarekin. Haurraren zaintzari duen balioa ematen saiatu gara alerik ale. Era horretan, haurra sano gara dadin kontuan izan beharreko informazioa biltzen saiatu gara hainbat gairi loturik: sexualitatea, psikomotritzitatea, loa, elikadura, mugimendua, jolasa... Zaintza diskurtso askotara aterata den honetan, haurraren zaintza zer den aletu dugu, xehe-xehe, alerik ale.

Haurdunaldi luzea eta erditze konplikatu xamarra izan ziren. Heziketa gaietan eta eskolekin lan egi-



tean bagenuen esperientzia, baina familiekin eta familientzat lan egitean, ikusi genuen landuko genuen lurra ez zegoela hain finkatua, erraietako gaia ukitzen genuela eta esperientziak askotarikoak zirela, batzuk gozoagoak, besteak gazia-
goak, eta hauren haziera eta gurasotasuna ezin zirela ez sinplifikatu ezta orokortu ere. Beraz, idazten hasi aurretik, aldizkaria pentsatzen hasi orduko, argi geneukan informazioa eskainiko genuela, ez epairik eta dogmarik; bideak aurkeztuko genituela eta ez ezer ezarriko; gurasoei laguntzeko tresnak emango genizkiela eta inolaz ere ez presio eta kulpa gehiago ezarriko.

Izan ere, presioa eta kulpa sumatu genituen kalera atera eta **Hazi Heziko** orrialdeak betetzeko elkarrizketak egiten hasi ginenean, gurasoekin elkartu orduko. *Plazetako soziologia* deitu genion **Hazi Hezi** osatzeko egiten genituen bilerei eta elkarrizketei, guraso askorekin egotea egokitu zaigu urte hauetan guztietan 50 aldizkari egiteko. Eta bereziki lehen zenbakietan harritu egin gintuen amek deskribatzen ziguten ba-kardadeak. Haurren jaiotza lurrikara moduan deskribatzen ziguten ama askok, eta zalantzen

eta galderen aurrean bakarrik sentitu izan direla kontatzen ziguten. Zaintza gurasoen eta bereziki amen ardura moduan bizi izan dute gure irakurleek, eta **Hazi Hezik**, nolabait, tribuaren funtzioa egin nahi izan du zaintza gaietan lagunduz.

Horregatik guztiagatik—eta nola bestela?— ikuspegi feministatik idatzi ditugu orriok. Gizarte honek amei zer-nolako presioa ezartzen dien oso nabarmen ikusi dugu urte hauetan guztietan. Horren aurrean, aitek ere zaintzan eta hazieran duen rolaz eta egitekoaz informazioa eman dugu zenbaki askotan.

Aniztasuna ere, bere zentzurik anitzenean, oso presente izan dugun balioa izan da. Hauren arteko aniztasuna, familien arteko aniztasuna... Bizipoza elkartearen filosofia geure egin dugu. Baita, Oinherri herri hezitzaileen sarearena ere. "Haurra jarri behar dugu komunitatearen erdian" esan zigun Alex Barandiaranek 4. Zenbakian. zenbaki berean herri hezitzaileen filosofia zer zen aurkeztu genuen. Ez alferrik, **Hazi Hezi** Oinherriren eta Bizipozaren kide da sorreratik. Eta gaur arte eutsi diegu balio horiei guztiak.



OLENTZERO - MARI DOMINGI MIRANDAOLAN

FAMILIA PLAN BIKAINA LEGAZPIN!

Ipuin kontaketa baten bidez Olentzero eta Mari Domingiren mundu magikoan murgilduko zarete! Burdintxoren eskutik gure pertsonal malatagarrien etorrera bizi eta Mirandaola burdinolan bereiekin egoteko aukera izango duzue: eskutitza eman, argazkia atera eta gaztaina goxoak dastatu!!

TOKIA: Euskal Burdinaren Museoa eta Mirandaolako Burdinola, Mirandaolako parkean, LEGAZPI - Gipuzkoa.

DATAK:
Azaro eta abenduko asteburuetan.

NAHITAEZKOA DA SARRERAK ONLINE EROSTEA

GAINERA.....
EGUN OSOKO PLANAK ANTOLATZEN DITUGU,
ZATÓZ EGUN BIKAINA PASATZERA!!

www.lenbur.com - 943730428 - mirandaola@lenbur.com



Mediateka



“Dei sakratua”

Emakume umedunek beren gain duten arduraren zama fisikoa eta psikikoa, alde handiz, zama sozial guztietan astunena da. Ezin da konparatu ez esklabotzarekin eta ez soldata oso apaleko lanekin, zeren emakume baten eta haren umeen arteko lotura emozionalek kaltebera bihurtzen baitute emakume hori, bortxazko lanean dabilenari ezezaguna zaion modu batean; bortxazko lanetan aritzen denak, izan ere, gorrotatu egin dezake bere nagusia edo ugazaba, edo beldurra izan diezaioke, eta lanari ere gorrotoa izan, baina haurrak dituen emakumea askoz sentimendu konplexuago eta subertsiboagoen mende egoten da. Bai: posible da aldi berean maitasuna eta haserrea sentitzea. Ama izateko dauzkagun baldintzek eragiten diguten haserrea, halako batean, umearenganako haserre bilaka daiteke, eta aski “maitekorrak” ez izatearen beldurra ere piztu dakiguke; azken batean, gure umeengandik hainbeste eta hainbeste gauza egin ezin izateagatik sentitzen dugun atsekabea, giza beharrei erantzuteko hain desegokia den gizarte honetan, kulpa eta autozigor bihurtzen da.

Liburua: *Of Woman Born*, 1976 (*Emakumeagandik jaioak*, Txalaparta, 2020).

Egilea: Adrienne Rich.

Itzultzailea: Maialen Berasategi.

Artelana: *Berreraikuntza*, Sartaguda.

Egilea: Rodrigo Romero.

Erditze errespetatua

Bederatzi hilabetez sabela hazten, bularrak betetzen, aldakak zabaltzen... joan zaizkio eta laster iritsiko zaio bere barruan sortu duen bizitza berri hori, pertsona hori besoetan hartzeko ueña. Horretarako erditu egin beharko da emakumea. Amari sabela hustuko zaio eta bizitza berri bat hasiko da. **Pasabide hori nolakoa den aztertu genuen 44. Hazi Hezin.**

garobidea da erditzea. Emakume askok ilusioz eta beldurrez itxaroten duten ueña. Erditza prestatzeko ikastaroak jasoko dituzte batzuek, gaiari buruzko liburuak irakurriko dituzte askok, gainerako amek kontatutakoa adi-adi entzungo dute beste batzuek, baina erditze bakoitza bakarra da eta ueña iristen denean norberak dituen tresnekin egin beharko dio aurre.

Haurdunaldian zehar burura maiz etortzen den galdera da: nolakoa izango da erditzea? Euren burua nola sentituko duten baino gehiago, artatuko duten profesionalen jokabideak eragiten die kezka emakume askori. Goxotasunez tratatuko ote duten, bere nahiak errespetatu eta kontuan hartuko ote dituzten... Erditu nahi duen modua errespetatuko ote duten, alegia. Emakume orok baitu erditze errespetatua izateko eskubidea, eta hainbat alderdi hartu behar ditu kontuan erditze errespetatu batek:

- Erditzean lagunduko dioten profesionalen aldetik errespetuzko tratua jasotzea.
- Amaren nahiak entzun eta kontuan hartu beharko lituzkete profesional horiek: adibidez, jatekoa eta edatekoa ez ukatzea.
- Ama lagunduta egotea.
- Uneoro erditzearen nondik norakoei buruzko informazioa jasotzea.
- Onespenerik gabeko interbentziorik ez izatea.
- Erditza bere kabuz has dadin denbora ematea eta dilatazioa ez azkartzea.
- Beharrezkoak ez diren edo gomendagarriak ez diren interbentziorik ez egitea.
- Dilatazio prozesuak irauten duen bitartean askatasunez mugitzea.
- Erditzeko postura erabakitzea.
- Zilbor-hestearen ebakitze berantiarra egitea.
- Erditu bezain pronto umearekin azalez azaleko kontaktua izatea.
- Ama eta haurra ez banatzea.
- Edoskitze naturalaren aldeko hautua egitea.

OME Osasunaren Mundu Erakundearen aholkuak dira horiek guztiak; amari eta haurrari dagozkien eskubideak, azken batean. Izan ere, emakumearen nahiak errespetatzeak eta bere ongizatea zaintzeak, umearen ongizatea bermatuko du baita ere.

Saioa Baleztena kazetaria da eta amatasun duinaren aldeko lanean dihardu azken urteotan, lehen pertsonan bizi izandakoaren ondoren. Erditze errespetatua aditua da Baleztena eta erditzea, prozesu fisiologiko bat dela eta, berez, esku-hartzerik ez duela behar defendatzen du: “Prozesu fisiologiko guztiek bezala, erditzeak denbora eta haurdun dagoen pertsonarekiko konfiantza eskatzen ditu, gure osasun zerbitzuan lekurik ez duten bi ezaugarri, alegia. Izan ere, haurdunaldia eta erditzea artatzeko logika produktibistak etengabe urratzen ditu haurdun daudenen eta haurren eskubideak”. Azken urteetan haurdunaldiak eta erditzeak patologizatzeke joera nagusitua dela dio Baleztenak, eta esku-hartze medikuak ere gora egin duela.

Noiz ez da errespetatzen erditzea? Baleztenak hainbat kasu aipatu ditu: “Haurdunaren borondatea eta iritzia kontuan hartzen ez denean, emaginak edo ginekologoak modu txarrean solasten direnean edo haurdun dagoena infantilizatzen dutenean, edozein esku-hartze

informatu gabe egiten dutenean, Osasunaren Mundu Erakundeak debekatua duen Kristeller maniobra egiten dutenean, denbora aurrezteko edo erditzea azkartzeko beharrezkoa ez den zesarea bat egiten digutenean, zesarea horretan bikotekiderik gabe sartzera behartzen gaituztenean edo, irizpide medikurik gabe, haurra zuzenean gainean jartzen ez digutenean... Azken batean, ebidentzia zientifikoaren kontra doan edozein esku-hartze egiten dutenean, erditzea ez da errespetatzen”.

Erditzea memoria emozionalean eta gorputzaren memorian ainguratuta geratzen den unea dela dio **Elisa Valenzuelak, osasun perinatalean formazioa duen gorputz psikoterapeutak**. Emakume gehienek oso garbi gogoratzen dituzte haien erditzeak, eta, batez ere, bizitako sentipenak gelditzen dira iltzatuta. Ideia garrantzitsua jarri du mahai gainean Valenzuelak: “Hori pentsatzeko joera nagusitzen den arren, errespetatutako erditzea ez da erditze naturala, ez da interbentziorik gabeko erditzea. Errespetatutako erditzea emakumeak lehen pertsonan, infantilizaziorik eta paternalismorik gabe, bizitzen duena da. Emakumea da protagonista, gertatzen ari denaren gaineko informazioa du, erabakiak har ditzake eta bere eskaerak aintzat hartzen dira. Une horretan bera da autoritate gorena, bere gorputza eta erditzea ezagutzen ditu eta profesionalak hori kontuan hartuta laguntzen diote”.

Profesionalen mugak

Sistemak berak jartzen dizkie mugak profesionali, normalean. Baleztenak argi du: “Ospitale gehienetan ez dago baliabide nahikorik erditze errespetatuak bermatzeko. Emagin gutxi izaten dira, protokoloak ez daude gaurkotuta eta erakunde gehienek gomendatzen ez dituzten praktikak egiten dituzte. Begirada kritikoa duten osasun langileek anizteta gutxi egin dezakete sistemaren parte direnean, baina, era berean, euren konpromisoa ezinbertzekoa da”.



Iruñeko Bideko Ama Birjina ospitalean egiten dute lan Jaione Elorz eta Julieta Mansilla emaginek. Bertan erditzeak errespetatzen direla eta horretarako protokoloa dutela diote. Ospitalean emakumeek eramanen dituzten erditze planak errespetatzen dituztela diote eta eskatzen dituzten gauzak, emakumeek eskatzen dituztelako baino gehiago, ospitaleko protokoloari jarraiki egiten dituztela. Erditzeko postura, esaterako, emakume bakoitzak erabakitzen du. Obstetriararako humanizazio batzordea dute Iruñeko Bideko Ama Birjina ospitalean eta emakumeen borondatea errespetatzea da haien egiteko eta helburu nagusia.

Arlo guztietan gertatzen den moduan, gauza asko hobetu litezkeela dio Mansillak, baina urteek aurrera egin ahala, aldaketa handia ikusi duela erditzeak errespetatzeari dagokionez. Dena den, neurri handi batean hori profesionalen esku dagoela dio: “Gure lankideen % 90ek emakume batek eskatutakoa errespetatzen dute, baina badira aldaketekin mesfidatiagoak diren hainbat pertsona”. Mansillak Sevillan egin zuen lan Iruñean izan aurretik eta alde handia

nabaritu zuen Euskal Herrira etorrita: “Han erditze asko azkartzen ziren eta emakumearen nahiak ez ziren errespetatzen. Baina orain, hemen, ez dut gogoratzen lankide batek emakumeren bat errespetuz tratatu ez duelako ufa, zeinen desatsegina! esan nuen azkeneko aldia. Orain informazio asko ematen zaie emakumeei eta asko hitz egiten da haiekin.

Ospitaleko profesionalen gehiengoak emakumeen nahiak errespetatzen dituela eta haien iritzia serio hartzen dutela dio Elorzek ere: “Agian, kasuren batean, emakumeak sentitzen du erditzea ez dela berak nahi zuen modukoa izan, eta horrek etsipena sortzen dio, baina halako kasuetan, egin behar genuena egin izan dugu. Adibidez, epiduralik gabeko erditzea nahi duen emakume bat, zutik erbitzen ari dena, jende gutxi inguratuta... Eta bat-batean umearen taupadak asko jaisten dira, eta erditze gelara pasa eta instrumentalizatu behar izan dugu. Kasu horietan, emakumeak zuen ideia eta errealitatea ez datoz bat, baina egin beharrezkoa egin dugu. Ahalik eta sentipen onenarekin joan daitezten saiatzen gara, baina ideia finko batekin dato-

“Haurdunaldia eta erditzea artatzeko logika produktibistak etengabe urratzen ditu haurdun daudenen eta haurren eskubideak”

Saioa Baleztena

Amatasun duinaren aldeko lanean diharduen kazetaria

zenean eta espektatibak betetzen ez direnean, zaila izaten da”.

Duela gutxi lortu dute zesareak izaten diren kasuetan ere, ama eta jaioberria azalez azaleko kontaktuan egotea. Zesareei dagokienez, Iruñeko ospitalean nahitaezkoak diren zesareak egiten direla diote, izan ere, arduradunek zesarearen zergatiak justifikatu behar dituzte ondoren. Edoskitze naturala ere bultzatzen dute Iruñeko ospitalean, eta Elorzek azaldu duenez, medikuaren agindurik egon ezean, debekatua dute jaioberriei bestelako osagarriak ematea.

Indarkeria obstetrikoa

Erditze errespetatuaz hitz egiten dugunean, maiz agertzen da indarkeria obstetrikoa ere. Valenzuelak aipatu du indarkeria obstetrikoren definiziorik onartuena Venezuelan 2007an eginakoa dela. Emakumeek indarkeriarik gabeko bizitza izateko eskubidearen gaineko Venezuelako Lege Organikoak hala dio: “Biolentzia obstetrikoa osasun arloko profesionalak emakumearen gorputzaz eta erreproduktzio-prozesuaz jabetzea da”. Hori gertatzen den kasuetan, emakumeengan eragin handia du Valenzuelaren hitzetan: **“Amaren prozesu emozionalean eta hormonalean interferentziak gertatzen dira, eta umearengan eta amaren eta umearen arteko lotura horretan ere bai. Horrek hainbat patologia ekar ditzaketen lesio fisikoak eta emozionalak sor ditzake, emakumea amatasunerako edo eguneroko bizitzarako ezgaitzera helduz”**. Erreparazio falta, ez entzutea edo emakumeek bizi izan dutenaren ukazioa ere indarkeria direla dio Valenzuelak: “Zuzentzea, entzutea, ardura hartzea eta barkamena eskatzea, ongi egitea bezain garrantzitsua edo garrantzitsuagoa da”.

Gehiegizko esku-hartze hori oso barneratua dugula uste du Baleztenak eta normalizatu egiten dugula: “Dena den, indarkeria obstetrikoz jabetzen hasiak gara. Ondorioak larriak dira. Emakume anitz bortxatuak sentitzen dira.



Erditzea gure sexualitatearen momentu hagitz garrantzitsua da eta une horretan gertatzen denak zauri garrantzitsua ireki dezake. Ondorio larriak izan ditzake, ez soilik emakumearen osasun mentalean, baita haurren osasun mentalean ere”.

Izan ere, errespetatua izan ez den erditze batean jaio izanak betiereko ondorioak izan



ditzake haurraren: “Gehiegizko esku-hartzea dagoenean, haurrak infekzioen bat hartzeko arriskua handitzen da”. Horrela kontatu du bizi izandakoa Baleztenak: “Guri hala gertatu zitzaigun: 48 orduko erditzean egin zizkidaten ukitzeen eta justifikatuta ez zeuden bertze hainbat frogen ondorioz, haurrak infekzio bat hartu zuen eta bere bizitzako lehen asteak Zainketa Intentsiboetako Unitatean pasa behar izan zituen. Lehendabiziko egunetan ez genekien zer gertatuko zen, hainbat jaioberrik, batez ere txikiak direnean, ez baitute indar nahikorik izaten halako infekzio bat gainditzeko. Zorionez, ongi erantzun zion tratamenduari”.

Baleztenak aipatu du ebidentzia zientifikoak agerian utzi duela harreman zuzena dagoela erditzean gertatzen den gehiegizko esku-hartzearen eta autismoa duten haurren artean, adibidez: “Ibone Olza psikiatraren arabera, azken urteetan, ikaragarri areagotu da autismoa duten haurren kopurua: 10.000 jaiotzetik batek izate-tik, 150 jaiotzetik batek izatera pasa da, zehazki. Eta, azkenik, kontuan hartu beharra dago, baita ere, eta sarri ez da aintzat hartzen, amaren eta haurtxoaren arteko harremanean zauri handia utzi dezakeela erditze traumatikoak. Ohikoa da erditze traumatiko baten ondotik lotura hori lantzea zaila izatea eta, sarri, erdiondoko depresioa dator. Hori da amon patologiarik ohikoena eta ahantziena”, dio Baleztenak.

Indarkeria obstetrikotzat hartzen diren praktikak ugariak dira oraindik ere Baleztenaren irudiko, eta ezkorra dela dio: “Kontzientzia

handiagoa da, baina praktikan egunero gure eskubideak urratzen dira. Ez dago gardentasunik eta, sarritan, erditzearen historia klinikoa eskatzen duzunean, informazio gehiena falta da”. Indarkeria obstetrikoa salatzeke deia egin du: “Erreferentziak izatea ezinbertzekoa da eta garrantzitsua kexak jartzea izaten da, bai erditu duzun ospitalean eta baita tokiko erakunde arduradunetan ere”. Salaketa egiteko aditua den abokatu batekin harremanetan jartzea gomendatzen du, hark ikusiko baitu emakumeak sufritu duenak legearen ikuspuntutik ibilbiderik ba ote duen. Salaketa egiteak erabat alda dezake emakumearen ikuspuntua eta hala izan zen Baleztenaren kasuan: “Erditu nintzen ospitaleko arduradunak nirekin harremanetan jarri ziren, autokritika eginez eta erreparazio bide bat zabaltzeko asmoz. Eta hori erabakigarria izan zen zauria sendatzen hasteko. Hain da horrela, nire bigarren semeaz ospitale berean erditu nintzela”. Erakunde publikoen konpromisoaren beharra azpimarratu du, era berean.

Erditzean zehar emakumeei sostengu emozionala ematearen garrantziaz ere mintzatu da Baleztena: **“Haurdunaldian zehar, eta batez ere erditzean, zaurgarritasun bereziko uneak bizitzen ditugu, ohikoa da zalantzak eta beldurrak agertzea. Erditzea minarekin eta beldurrekin lotzeko joera dago eta gaur egun gehiegizko informazio zaparrada gehitu behar diogu horri, ez baita erraza izaten informazio uholde hori kudeatzea. Sostengu emozionala beharrezkoa izango da emakumeak prozesua errespetuz bizitzeko eta erditze fisiologikoa errazteko”**.

Puerperioa: amaitu eta hasi

Erditzearekin batera haurdunaldia amaitzen da eta bizitza berri bat hasten da familiarentzat, eta, batez ere, amarentzat eta jaioberriarentzat. Une horretan puerperioa hasten da. **Esther Ramirez Matos psikologo eta terapeuta perinatalaren** esanetan, puerperioa ama erditzen den unetik, haurra bere esfera emozionaletik atera eta ibilbide propioa hasten duen unea iritsi bitartean egiten den bidaia transzendentala da. **Elisa Valenzuela, osasun perinatalean formazioa duen gorputz psikoterapeutaren** arabera, puerperioa argiz eta itzalez betetako bide baten antzera ulertzen da. Emakumeak bere izanarekin konexio sakona lortzen duen unea da, lehenik sabelean hartu duen eta orain besoetan duen izakiarekin, konexio handiko unea: “Ez dezagun ahaztu puerperioa *continuum* baten barnean dagoela eta emakumearen ziklo sexualen eta bizi-zikloen parte dela. Beraz, mugatua da garai honetan gertatzen dena gure zikloekin dugun harremana kontuan hartu gabe ulertu nahi izatea”.

Bestalde, puerperioa ez da lehen ginen pertsona izatera bueltatzeko aldia: “Hori gezur handia da. Trantsizio une bat da eta gure mundua arrakalatu egiten da ‘ni’ berri horretara eta lotura berri horretara egokitzeke. Aldaketa garaia da: gorputza, burua, lehentasunak... aldatzen dira. Umea soilik

“Puerperioa emakumearen ziklo sexualen eta bizi-zikloen parte da”

Elisa Valenzuela

Osasun perinatalean formazioa duen gorputz psikoterapeuta

ez, ama berri bat jaiotzen da erditzearekin batera, eta baita familia-sistema berria ere”.

Erdiondoa sentitzeko unea da, guretzat eta gure umearentzat onena zer den sentitzeko unea, ugaztun-naturarekin konektatzeko unea da eta biologiari bere egokitzeak –emozionalak, hormonalak, fisikoak...– egin ditzan uzteko unea. Amaren garuna aldatu egiten da, enpatiarako eta umearen beharrak ulertzeko prestatzen da.

Maiz esaten da erditzerako bai, baina erdiondo-rako prestakuntzarik ez dela jasotzen eta hori esateari uztea garrantzitsua dela uste du Valenzuelak: **“Alde batetik egia da, zeren prestaketa gehienak erditzeari begira egiten dira, baina nik begirada autoezagutzara biratu nahi dut. Puerperioa emakumearen bizitza sexualaren eta erreproduktiboaren parte dela eta isolatutako une gisa ulertzea gure akatsa dela azpimarratu nahi dut”**. Erdiondoa ere, emakumeen izaera zikliko horren barnean ulertu beharko genukeela dio.

Haurdunaldia eta puerperioa etengabeko aldaketa aldiak dira eta Valenzuelak dio normala dela balduta, zaugarri, triste, boteretsu, nekatuta, errudun, jakintsu, ilusioz... sentitzea: “Garrantzitsua da geure buruarekin pazientzia izatea eta gertatzen ari den horrek guztiak arrazoi bat baduela kontuan hartzea, gure garunaren lehentasun nagusia gure haurraren biziraupena baita orain”. Era berean, laguntza eskatzearen beharra azpimarratu du: “Ama bere umea zaintzeko diseinatuta dago, baina ama horrek sostengua eta zaintza behar ditu”. Eta ama izan berri direnei mezua luzatu die Valenzuelak: “Izan konfiantza. Erditik hautsi zara eta zure barrutik bizitza bat sortu eta atera duzu. Orain zure bi erdiak elkartu behar dituzu eta beste pertsona bat zaindu behar duzu. Normala da laguntza behar izatea”.

Jakin-mina zorroztu

hik hasiren produktu berriak webguneko dendan daude eskuragarri. Poltsa, estutxe eta koaderno hauekin urtea ezinhobe hasiko duzue!



Familia eta eskola



Bigarren etxea

Familiaren eta eskolaren arteko harremanak beharrezko izateaz gain, onuragarriak dira haurraren garapen fisikorako, emozionalerako eta sozialerako, baina baita garapen kognitiborako ere. Ez soilik HHn, baita LHn eta DBHn ere. Zubiak eraiki egin behar dira. **7. Hazi Hezin aztertu genuen eskolaren eta familiaren arteko lotura.**

Urtebetetik 2 urtera bitarteko 21 haur daude gela batean. 11 kilo pisatzen dituzte batez beste, eta 76 cm neurtzen. Oinez ibiltzen hasteko adinean daude... Baina gela horretan Eneka, Nikole, Lander, Beñat, Izar, Maddi... daude. Enekek ahizpa bat izan berri du eta azken egunetan urduri dabil, loa ere ukitua du. Nikolek osterera ere eskuak eskatzen ditu oinez ibiltzeko, herenegun Beñatekin estropezu egin, eta itzelezko sustoa hartu baitzuen lurrera erortzean. Nola begiratzen zaien, ezberdinak dira haurrak. Etxean seme-alabak dira, eskolan, ikasleak.

Baina haurrak ez du erabakitzen noiz izan seme-alaba, noiz ikasle. Aski lan dute Enekek, Nikolek, Landerrek, Izarrek, Maddik eta Beñatek euren burua eraikitzen. Euren beharrak adierazten, gurasoen eta senitartekoen desiren, espektatiben eta ahalmenen artean euren lekua egiten; euren gorputza, gaitasunak eta mugak deskubritzen; inguruko helduak eta haurrak ezagutzen... Familian

euren lekutxoia egiten hasi direnean, bat-batean, ezagun egiten hasia zaien testuinguru horretatik beste batera eramango dituzte, normalki gurasoek hala erabaki edo behar dutelako. Hasieran ordubeterako, bi ordurako, berehala lau ordurako, bosterako...

Familiatik ikastetxera joatean, sistema batetik bestera pasatzen dira haurrak, eta, esan bezala, seme-alabak ikasle bihurtzen dira. Eskola eta familia helburu berbera daukaten bi sistema dira: **"Gurasoek eta irakasleek denok nahi dugu pertsona zoriontsuak, arduratsuak, orekatuak eta konpetenteak eraikitzen lagundu, modu integralean: plano afektiboan, kognitiboan, fisikoan eta sozialean"**. **Joxe Amiamaren hitzak dira; Amiama EHUko Pedagogia fakultateko irakaslea da eta familiaren eta eskolaren arteko harremanean aditua.** "Ezin du sistema batek bestea bakarrik utzi", argi dio. Haurraren hobe beharrez lehendabizi, baina baita familiaren eta eskolaren

onurako eta komunitatearen osasunerako ere, garrantzitsua da familiaren eta eskolaren arteko harremana zaintzea.

Aldaketa historikoa

Familia eta eskola dira izan, gaur egun, haurrak eta gazteak hezteko agente nagusienak, eta ia bakarrak Amiamaren aburuz. **“Historikoki, herriak berak haurrak eta gazteak hezteko funtzioa zeukan; edozein portaeren aurrean, bai babesteko eta baita diziiplina ezartzeko ere, edozein herritar helduk aukera zuen herriko haur edo gazte bat hezteko. Hori, gaur egun, herri gehienetan ez da gertatzen. Gaur egun gure umeak aurrera ateratzeko familia eta eskola bakarrik daude. Horregatik oso garrantzitsua da elkarren arteko harremana”**. Beste agente batzuek, internetek, komunikabideek... hezteko bokaziorik izan gabe ere zuzenki eragiten dute gaur egungo haurren heziketan, baina kanpoko agente horietan esku-hartzea zailagoa da.

Alabaina, bai sistema bata zein bestea bakarrik sentitzen dira. Eskolaren bakardadeaz hitz egin du Amiamak: “Eskola bakarrik gelditu da hainbat ikasketa erakusteko. Zama handia jarri dugu eskolaren gain, familiaz gain instituzio bakarra baita hezten duena. Eta haiei egokitzen zaie dena egitea. Ez soilik ikasgaiak, Historia, Fisika, Matematika irakastea... Baita ondo jaten, bide-hezkuntza, sexu-heziketa, gatazken bideratzea,

“Haurrak ez du ikaskuntza-prozesurik aurrera eramango seguru sentitzen ez baldin bada”

Alexander Barandiaran

Huhezikoko irakaslea eta ikerlaria

adimen emozionala... eskola gauza asko hartzen ari da eta bere kabuz ezin du denera iritsi”. Eskolaren funtzioa, beraz, aldatu egin da. Historikoki instruktorea izan da, edukien irakaslea, eta gaur egun hezitzailea ere bada.

Familiaren egitura ere aldatu egin da, murriztu egin da batetik, funtzioak aldatu dira bestetik, eta inoiz baino agudoago uzten ditu seme-alabak eskola instituzioaren esku. **Mondragon Unibertsitateko Huhezi Humanitate eta Hezkuntza Zientzien Fakultateko irakasle eta Hazitegiko ikerlari Alexander Barandiaran**en iritziz, familiak ere bakardadean ari dira euren seme-alabak hezten. Bakarrik eta desorientaturik ikusi izan dituzte haurren heziketa-lanean familiak. Guraso izatearen konplexutasuna nabarmentzen du Barandiaranek: “Haurrak hezteari buruzko transmisioa eten egin da. Gurasoek informazio zabala dute, baina maiz kontrajarri egiten da. Zer egin? Nola jokatu? Titia emango diot ala ez diot emango? Noiz arte emango diot? Besotan hartuko dut ala hartzen badut biziari egingo dut? Nori egingo diot kasu? Zein liburu hartuko dut erreferentziatzat?”. Familia nuklearrak murriztu egin dira eta gurasoei lana zamatatu, Barandiaranek gurasoekiko gero eta exijenteago ikusten baitu jendartea: “Gaurko gizarteak asko eskatzen du, ez da nahikoa pertsona hutsa izatea, izugarritzko izan behar dugu; horri laneko presioa erantsi behar diogu... eta horrek eragin zuzena dauka gurasotasunean”. Ondorioz, bikotetik familiarako urratsa zailtasunez ematen dutenen kasuak ugaltu direla ikusten dute irakasleek. “Bikote izatetik familia izatera pasatzea, batzuetan, ez da hain erraza. Gatazka iturri izan liteke. Ni-aren gizartean bizi gara, badirudi etapa egozentrikotik ez gaila oraindik urrundu, eta Ni horretatik Gu-ra pasatzeko zer egin behar da? Umeari begiratu, ez norbere zibilborrari”.

Adituak, beraz, ados daude familiak eta eskolak aliatuak izan behar dutela haurren heziketan. Batetik, hezkuntzaren ikuspegi ekologiko-sistemikoak erakusten duen eran, testuinguru batzuek



besteetan zuzenki eragiten dutelako; eta bestetik, zaila delako gurasoen babesik gabe eskolak haur horiek hezteko; familiek eskolarentzat oso baliagarria den ezagutza dutelako haur horiei buruz; helburuak partekatzeak haurrari oreka emango diolako; elkar osagarriak izan daitezkeelako; errendimendu akademikoa hobetzen delako... Orain, maila teorikoko aliantza praktikako egitate bihurtzea ez da hain erraza gertatzen. Sarri harreman konplexuak dira, inplikazio emozionalak beteak eta bata bestearekiko espektatibaz eta exijentziaz zamatutak.

Amiamaren aburuz, hasteko eta behin, sistema batak bestearekiko dituen aurreiritziak alboratzen hasi beharko luke. EHUKo irakasleak sistema batek besteari buruz duen pertzepzioa aztertu du bere doktorego tesian. Irakasleei familiek eurei buruz duten iritziaz galdetuta, 6ko nota espero dute; aldiz, nota erreala —familiek euren seme-alaben irakasleei buruz duten iritzia— 8-9koa izan ohi da. “Horrek erakusten du aurreiritziak

eta benetako iritziaz ez datozela bat. Sozialki eskolaren eta irakasleen kontrako planteamendu bat dago, euren formazioa eta lan-baldintzak susmopean daude eta irakasleen kontrako jarrera orokortu da”. Baina ez da susmopean dagoen erakunde bakarra. “Familiei familiei buruz orokorrean galdetzen diegunean ere puntuazio eskasak agertzen dira; baina beraiei buruz, familia bakoitzari eurek seme-alabei nola laguntzen dieten eta arduratsu eta gai ikusten ote diren galdeturik, nota altuak ematen dizkiete euren buruei”. Horrek, Amiamaren aburuz, erakusten du familiek eurek barneratua dutela familiak oro har, arduragabeak eta ezgauza direla heziketari dagokionez.

Ondoren, harremanaz zer ulertzen den argitu beharko lukete bi sistemak. Eskolaren eta familiaren arteko harreman-ereduak desberdinak izan baitaitezke. Planteamendu kolaboratibo bat proposatzen du Amiamak, ardurak partekatzen dituzten ereduak; bakoitzak bere funtzio-roletik zer



egin dezakeen, batak besteaz zer espero duen, zerk lagun dezakeen eta zerk oztopatu, mahai gainean jarri beharreko gaiak dira irakaslearen arabera.

Bi sistemak ere, plano teorikoan bederen, bat etorri ohi dira elkarren arteko harremanaren garrantzia nabarmentzean. Haurrak gero eta txikiagoak izan, orduan eta agerikoagoa da harreman horren beharra; ondoren, haurrak hazten doazen neurrian, eskolaren eta familiaren arteko harremanak hozten joan ohi dira. Baina horrek ez du esan nahi familiak eskolan duen eragina apaltzen denik, eta ezta eskolak familian duena apaltzen denik ere. Eskolak familiaren egunerokotasunaren parte izaten jarraituko du eta familiak eskolarena.

Segurtasunaren gainean eraikitzen

Haur Hezkuntzan beste etapetan baino estuagoak eta agerikoagoak izan ohi dira gurasoen eta irakasleen arteko harremanak. Nagusiki haurraren mendekotasuna handiagoa delako, eta ondorioz, familiaren eta eskolaren arteko elkar osagarritasuna begi-bistakoagoa delako.

Lehen haurtzaroan ezartzen dira haurraren nor-tasunaren oinarriak, eta eraikuntza horretan zeresan handia izango dute ondoan dituen helduekin

garatzen dituen harremanek. Lehenik familiakoen —instituzioen esku egon ezean— eta ondoren hezitzaileekin —mintzagai dugun kasu hauetan—. Harreman horien arabera, garapen osasuntsuagoa edo ez osasuntsuagoa izango du haurrak, Barandiaranen hitzetan. Harreman horiek umearen eragina duten lehen harremanak dira eta bere bizitzan izango dituen harremanik esanguratsuenak izango dira. Familiaren egitekoa, Barandiaranen arabera, umeak dituen behar fisiko eta emozionalak asetzeari da. Huhezikoarentzat funtsezkoa da atxikimendu segurua eraikitzea familiako testuinguruan. **“Atxikimendu segurua garatu duen haurra zabaldu egiten da besteen erlazioetara, esplorazio-jokabidea zabaltzen du”**. Baina arazoi batengatik edo besteagatik, haur guztiek ez dute euren familiako testuinguruan atxikimendu segururik garatzen, eta horrek ez dio baimentzen garapenaren arlo guztietan —bai kognitiboki, harremanetan...— behar duen oinarria edukitzea. Umea seguru sentitzea ikasteko baldintza ezinbestekoa da, Barandiaranen arabera: “Haurrak ez du ikaskuntza-prozesurik aurrera eramango seguru sentitzen ez baldin bada”. Hortxe ikusten da, beraz, oinarri-oinarrian familiak eskolan duen eragina.

Haur-eskolan, berriz, hezitzaileek ematen dieten erantzunaren arabera garatuko ditu haurrak bere gaitasunak, eta umeek harreman mota bat

edo beste eraikiko dute euren erreferentziatzko bigarren irudi horrekin, hau da, hezitzailearekin. “Atxikimendu segurua lortzea ezinbesteko gauza da eskolaren kasuan ere. Ume batzuek hori etxetik ekartzen dute, baina beste ume batzuek ez. Hortaz, funtzio konpentsatzaile bat burutu behar dute hezitzaileek”. Haurrak haur-eskolan erantzun egokiak jasotzen dituen ala ez behatzeko, oinarritzko bi irizpide erabiltzen ditu Barandiaranek: lehena, haurra besteekin harremanetan dagoen ala ez behatzeari, binkulazio-harreman positiboak eraikitzen dituen ala ez; eta bigarrenik esploratzen duen ala ez ikustea. “Bi irizpide horiek betetzen ez baditu, agian zerbait gertatzen da; ez larria, baina garapenean blokeo bat egon liteke, eta agian, familiarekin zerikusia izango du”. Beraz, Barandiaranen arabera, familiarekin esku-hartzea komeni da eskolan detektatzen den blokeo egoera hori gainditzeko.

Haurraren beharrei erantzuteko, eta etxetik eskolara urratsa trantsizioanala izan dadin, haur-eskolek ez dute eskola formalaren antzirik izaten. Izan ere, Haur Hezkuntza ez da derrigorrezko hezkuntza. Haur-eskolek etxe bat dirudi sarri, ohe, bertan jateko toki, aldaleku, horma-irudi goxoekin, lurrian jolasteko lekuekin... Haur-eskola askotan, gainera, familiak gelara sartzeko aukera izaten dute. 0-6ko hezitzaileak ere badu irakasletik baina baita zaintzailetik —hitzaren zentzu oso eta errespetagarrienean— ere asko. Haur Hezkuntzako andereñoek rol bikoitza dute, Amiamaren arabera: “Andereño moduan daude hezkuntza formalean unitate didaktikoak eta programazio batekin gauzak erakusteko, baina nagusiki haurraren beharrik asetzeko daude —horrek esan nahi duen guztiarekin!—, haurra ez baitago hain garaiz eskolara joateko diseinatuturik”.

MACSONRISAS HEZIKETA DIGITALA IKASLEAK, GURASOAK ETA IRAKASLEAK

HH, LH, DBH, Lanbide Heziketa eta Batxilergoa

Gai desberdinak lantzen ditugu:

- Erabilera kontzientea, arriskuak, prebentzioa
- Ikastetxeentzako araudiak gailu digitalen inguruan
- Heziketa irizpideak, adinak, denbora
- Gailuak, sare sozialak eta bideojolasak
- Gehiegizko erabilera eta adikzioa
- Osasun mentala, zibersegurtasuna
- Bortizkeria digitala eta ziberjazarpena
- Erlazio digitalak eta kontrol digitala
- —

Aurreko ikasturtean ikasleekin
Aurreko ikasturtean helduekin

+1600
+100

saio eman genituen
saio eman genituen

Web orrialdean guraso eta ikastetxeentzako baliabide desberdinak, blog-a eta familientzako hainbat ekimen ditugu

@MACSONRISAS2.0

@MACSONRISAS

info@macsonrisas.es
www.macsonrisas.es



Erronka: familien aniztasuna aintzat hartzea

Familiak eta eskolak Haur Hezkuntzan bizi ohi duten gertutasunaren seinale da Donostiako Ategorritxo haur-eskolako hezitzaileen printzipio honek azaltzen duena: “Haur bat haur-eskolara datorrenean bere familiarekin dator”. Haurra gara dadin bere familiak duen garrantziaz jabeturik, Ategorritxoko hezitzaileek berebiziko garrantzia ematen diote haur bakoitza onartua sentiarazteari bere familiaren ereduari. Horrek, **Leire Garro hezitzailearentzat**, lehenik eta behin, haur-eskolara datozen familien aniztasuna errespetatzea esan nahi du, eta hori da gaur egun duten erronka nagusietako bat. Aniztasuna familia-ereduei dagokionez; aniztasuna hezkuntza-eredu, egiteko molde eta ohiturei dagokionez; eta aniztasuna kultura, hizkuntza nahiz sinesmenei dagokionez ere. **Vincenç Arnaiz gai hauetan aditua den Menorcako irakas-**

“Haurrak euren familiaren testuinguruan hazi dira, eta batzuentzat mundu magiko bat da familiako testuingurua; eta mundu hori eskolarekin gatazkan baldin badago sostengu gabe gelditzeko arriskua dute haurtxo horiek”

Vincenç Arnaiz

Arreta gozitiarreko psikologo menorcarra

leak dio familien aniztasuna eta duintasuna onartzea, eta hitzez eta ekintzez baloratzea haurrari hezteko testuinguru seguru bat eraikitzen laguntzea dela, ikasteko aukerak irekitzea: “Haurrak euren familiaren testuinguruan hazi dira, eta batzuentzat mundu magiko bat da familiako testuingurua; eta mundu hori eskolarekin gatazkan baldin badago sostengu gabe gelditzeko arriskua dute haurtxo horiek”.

Familia horiek errespetatzeko eta bi sistemen artean harreman-zubiak eraikitzeko, lehen gakoa ez epaitzea dela dio Garrok: **“Familiak epaitzea gaitz bat da; epaitzen baldin baditugu errespetatzen ez ditugunaren seinale da”**. Familia bakoitzak transmititzen duen onena jasoz ikasi du berak konfiantza eraikitzen familiekin: “Haiek konfiantzan uzten dizkigute beraien umeak haur-eskolan, eta guk ere konfiantza izan behar dugu euren gain”.

Egokitzapen-aldietatik harago eta behin LHn hasita, Amiamaren aburuz, modu kontzientea-goan landu eta eraiki behar dira familiaren eta eskolaren arteko harremanak.

Harremanak errendimendu akademikorako ere, inportanteak

Lehen Hezkuntzara igarotzea esperientzia garrantzitsua izaten da haur askorentzat, baina baita familientzat ere. Nikolek, Landerrek, Beñatek, Izarrek, Enekek, Maddik... ezingo dute gelan lurtean eseri, ez jolas egin, jolas-torduan bakarrik egingo baita jolas aurrerantzean; hormetako goxotasuna araztasunagatik galduko da; gelan ez da jango, eta gero eta gehiago eduki kontzeptualak sartuz joango dira orduak betetzera... Aldaketa nagusia hezkuntza ikuspegi integral batean lantzetik



kontzeptual batean lantzera pasatzea da, eta edukiek, progresiboki gero eta garrantzi handiagoa hartuko dute eskolan. Etapa horietan, berriazko ahaleginik egin ezean, familiaren eta eskolaren arteko harremanak ere hozten hasten da, eta LHn aurrera joan ahala, are gehiago hoztuko da, Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzan, salbuespenak salbuespen, gurasoen eta eskolaren arteko harremanak urtean behin-bitako bilera informatibora mugatu arte.

Baina LHn eta DBHn ere beharrezkoak dira familiaren eta eskolaren arteko harremanak. “Harremanak ez dira beharrezkoak haurraren garapen fisikorako, emozionalerako edo sozialerako bakarrik; baita garapen kognitiborako ere, edukiak ondo jasotzeko eta ulertzeko ere. Eskolak argi eduki behar du familiak zeinen garrantzitsuak diren haurrek errendimendu akademiko ona izan dezaten”. Amiamak azaldu duenez, marko terrorikoak argi erakusten du familia aldagai garrantzitsua

dela haurren errendimendu akademikoan: **“Familiak eragin handia dauka eskolan, nahiz eta eskolak eta familiak ez eduki elkarren artean harremanik. Orain ikusi behar duguna da eskola moduan probestu nahi dugun familiaren ekarpenaz ala ez”**.

Familiaren hezkuntza eta kultura mailak eragiten du euren seme-alaben errendimenduan, baina bereziki —eta bigarren puntu horretan lagundu dezake eskolak— familiaren funtzionamenduak, espektatibek eta haurrei eskaintzen dieten laguntzak eragin zuzena dute ikasleen eguneroko martxan eta errendimendu akademikoan. Amiamak tesian dio bereziki familiaren funtzionamenduari loturiko bost aldagai direla ikaslearen errendimenduan eragiten dutenak: emaitza akademikoei buruz gurasoek dituzten espektatibak eta eskuduntzek; etxean ikasteko dagoen giroak; seme-alaben eta gurasoen artean dauden harremanak; diziplina-metodoek eta gurasoek eskolan duten inplikazioak.

Zubiak eraikitzeko beharraz

Adituak bat datoz: eskolak egin behar du familia-rengana gerturatzeko lehen urratsa. “Familia joaten da eskolara, irakaslea bere sisteman dago. Ez da aski ‘nahi dutenean etor daitezela’ esatea”, Joxe Amaiamaren arabera. Ikastetxea familiei —eta komunitate osoari— irekitzeko egitekoa beraz, irakasleena da, baita komunikazio-kanalak irekitzeko egitekoa ere, eta espazioak eta denborak bideratzea parte-hartze pedagogiak proposatzea, eta familien eta eskolen arteko harremanak zaintzea, baina baita familien euren artekoak zaintzea ere.

Ildo berean, hezkuntza sistemak bere gain hartu behar luke familiekin esku-hartzea, Barandiaranen arabera: **“Egungo eskolak izan behar du komunitateko familien gurasotasun osasuntsua bultzatzen duen testuingurua”**. Gurasotasuna haurren garapenean zeinen garrantzitsua den ikusirik, gurasotasun osasuntsua bultzatzeko premiaz hitz egiten du Barandiaranek: “Familiak osasun arloan bakarrik ez badaude, zergatik utziko ditugu bakarrik hezkuntzarekin loturiko gaietan?”.

Barandiaranen aburuz, eskola batek gurasoen topaguneak bultzatuko balitu, lehenik eta behin haien konpententzia sentimendua eta autoestimua areagotzea ekarriko luke. **“Zalantza beti dago hor: guraso ona naiz? Ondo ari gara? Nola dakigu ondo egiten dugula? Hori familien artean eta profesional batekin, giro lasaiean konpartitzea esperientzia oso aberasgarria izan daiteke familientzat”**. Sostengu sareak eraikitzeaz gain, komunitateko partaide izatearen sentimendua eraikitzen lagunduko luke espazio horiek sortzeak.

Harreman hori esperientzia positiboetan oinarritzeari garrantzi handia ematen dio Amiamak:

“Harremana arazoetan oinarrituta bakarrik egitea oso zaila da, ez soilik familia-eskolaren artean, baizik eta bizitzako esparru guztietan”. Haatik, kasu askotan, eskolak familiari dei egiten dio haurrak eskolan arazoak dituenean, zerbait apurtu duenean, etorri ez denean, etxeko lanak egin ez dituenean, suspentso asko dituenean, moles-tatzen ari bada... Gauza positiboak kontatzeko momentuak bilatu behar direla dio Amiamak: “Eskolak arazoa bideratu ezin duenean, askotan familiei eskatzen zaie laguntza, baina harremana defizitetik abiatzea zaila da ez baldin badaukagu harremana konpentsatua gauza goxoeekin. Gauza politak kontatuz eraiki behar dugu harremana, eta horren gainean, landu ahal izango ditugu gatazkak, ezgaitasunak, arazoak...”.

Familiek eskolan parte hartzeko organu formalak dituzte, guraso kontseiluen gisakoak, adibidez. Guraso elkarteek legez eskolako egiturari, antolaketari eta erabakietan parte hartzeko eskumena eta egitekoa daukate.

Guraso-bilerak, baliatu beharreko uneak

Irakaslearen eta gurasoen arteko harreman zuzena eraikitzeko tresna formal erabiliena, bestalde, bilerak dira (haur-eskoletako egokitzapen-garaia salbuetsita). Bilera horiek, beraz, oso momentu garrantzitsuak izan behar dira zubiak eraikitzeko, eta geroko harreman batzuk eraikitzeko. Haatik, Amaiamaren arabera, hainbat eskolatan informazioa norabide bakarrean emateko soilik erabiltzen dira bilera horiek, haurrak zer egin behar duen kontatzeko. “Informazio asko idatziz eman liteke, ondoren familiek etxean irakur dezaten; bilera horiei zentzu berri bat eman behar zaie etekina ateratzeko eta zubiak eraikitzeko”. Informatzeko baino gehiago, komunikatzeko



izan behar dute batzarrek, Amaiamaren arabera, “helburuak zehazteko eta funtzioez eta norabideez hitz egiteko, baina baita guraso horientzat zer den interesgarria ikusteko ere”. Adibide bat jarri du irakasleak: “Eskola-bilera batean janariari buruzko eztabaida bat atera zen gurasoen artean, eta irakasleak, azkarra izaki eta gurasoen kezka ikusirik, saio bat antolatu zuen gai horri buruz hausnartzeko eta hitz egiteko. Era horretan gurasoak entzunak sentitu ziren eta parte hartzeko konpromisoa hartu zuten”.

Bilera horiek, alabaina, ez dira une gozoak izaten irakasle askorentzat, hurrekin lan egiteko prestaturik baitaude, eta ez helduekin. Amiamak garrantzi handia ematen dio irakasleak bilera horiek antolatzeko formatzeari eta baliabideak edukitzeari, zer landu, zer estrategia komunikatibo erabili, nola lortu eta egin proposamen kolaboratiboak familiek inplika daitezkeen...

Hala eta guztiz ere, urte hasierako bilera, amaie-

rakoa, eta urtean zehar besteren bat egiten bada ere, familiak ez ditu irakaslearekin bospasei ordu baino gehiago pasatzen ikasturte osoan. Euren seme-alabek egun bakar batean pasa ditzaketen orduak bezainbeste. Adituen arabera, bestelako espazio-denborak baliatu behar dira harremanak garatzeko. **“Elkarrekin denbora eta espazioak partekatzako uneak bilatu behar dira”**, dio Arnaizek. Badira familien parte-hartzea proiektu curricularrean sartzan duten esperientziak ere, lanbideei buruz hitz egiteko senitartekoak eskolara joaten direnak, edo umeak ikasle baten baratzerara joaten diren ikas-komunitateak... Badira ordea, bide informalagoak ere: eskolako jaien antolaketari, boluntario-lanak eta eskola-orduetatik kanpoko ekintzak izan daitezke horietako batzuk, non gurasoek monitore gisa hartzen duten parte seme-alaben eta ikaskideen jardueretan, kiroletan, mendi-irteeretan... Une-rik ez formalenak ere emankorrek izan litezke, gurasoak edo aitona-amonak haurren bila joaten direnean, adibidez.



Emozioak bizitzarako ipar

Emozioak, sentitzen duguna, omen dira gure jokabidearen ipar. Baina, emozioak ez dira bulkada huts. Gure esku dago emozio horiek kudeatzea, eta horiek gudan eragiten duten jokabidea zein izango den erabakitzea. Gure emozioak identifikatzen, onartzen eta baliatzen ikastea, horixe da heziketa emozionala.

17.n Hazi Hezin gai nagusia eskaini genion heziketa emozionalari.

Haurra dena emozioa dela esaten da, dena sentimendua, dena zirrara, dena gorputza... eta esaten da, helduok hartzen ditugun erabakietan ere, emozioek agintzen dutela: alegia, alderdi emozionalak % 80ko pisua duela; alderdi arrazionalak, berriz, % 20koa... esaten da bizitzan aurrera fundamentuz egiteko ezinbestekoa izango dela emozionalki adimentsuak izatea, eta gure haurrak horretan hezi beharko ditugula... esaten da ez garela egiten duguna, sentitzen duguna baizik... Rene Descartes-en "pentsatzen dut, beraz, banaiz" esaldi sonatutik, "sentitzen dut, beraz, banaiz" berritura ari garela pasatzen... esaten da teorian... baina sentitu, praktikan sentitzen dugu, emozioak hemen eta orain bizi ditugulako. Eta egitate unibertuala da hori: denok sentitzen dugu, guztiok bizi dugu zirrara gorputzean, baina gero, ba ote dakigu eta ulertzen ote dugu emozioez ari garenean zertaz ari garen?

1995ean argitaratu zuen **Daniel Goleman psikologo eta idazleak *Adimen emozionala* liburua**. Urteetan zehar lantzen joandako kontzeptua, XX. mendearen hondarrean ezagutarazi zion publiko zabalari. Adimen emozionala norbere sentimenduak eta besteenak errekonozitzeko, onartzeko eta harremanak era egoki batean kudeatzeko gaitasun gisa definitu zuen. Harrezkero, sona-

"Guri zerbait esateko plazaratzen dira emozioak, alegia, zertarako handi batekin"

Donna Apellaniz
Psikologoa

tua bilakatu da kontzeptua, eta hamaika liburu, artikulu edota txosten argitaratu dira gaiaren inguruan; hitzaldiak, jardunaldiak, formazioak antolatu dira; eta baita beste horrenbeste programa eta prozesu diseinatu ere era guztietako organizazioetarako.

Urteak dira hezkuntzaren alorrean ere adituak nahiz ikerlariak heziketa emozionalaz hizketan hasi zirela. Psikologiaren eremutik abiatu, eta enpresa zein bestelako erakundeetatik igaro ostean, iritsi zen gaia eskoletara; eta, azkenik, familien altzotetan ere zirrikitua ireki du. Erabilien erabiliaz gastatu ere egin da, akaso, kontzeptua. Erabili erabiltzen delako, eta asko, baina ba ote dakigu benetan zer diren emozioak? Zer heziketa emozionala? Eta zer emozionalki adimentsu izatea? Beharbada, hitzez esplikatzeari ez da samurrena izango, ezta egokiena ere, heziketa emozionala teoria baino gehiago, praktika delako, uneoroko bizipena eta jarduna. Eta, baliteke horregatik beragatik ez ulertzea oso ongi zer esan nahi duen, ulertzea baino gehiago sentitzea eta bizitzea izan litekeelako kontua. Edonola ere, eta kontraesanak kontraesan, gaira hitzez hurbiltzen saiatu dira arloan aditu diren hiru psikologo: **Donna Apellaniz, Roberto Aguado eta Silvia Palou**.

“Gaur egun askotan badirudi oso zoriontsuak izan behar dugula eta oso alai egon behar dugula beti. Eta nik uste dut poztekoa dela jendea alai eta zoriontsu egotea, baina tokatzen denean”

Roberto Aguado
Psikologoa

Zientziak dio emozioak burmuinean sortzen direla, hipotalamoaren izeneko garunaren zatian dutela jatorria. Estimuluaren edo sentsazioaren erantzun gisara erantzun ohi dira emozioak. Adibidez, haur batek ezezagun baten presentzia eraso gisa bizi badu eta horren aurrean babestu beharra sentitzen badu, amorruren emozioarekin konekta dezake.

Jaiotzen garenetik lau emozioen inguruan mugitzen gara: **tristura, amorrua, beldurra eta poza**. Gizakiaren disko gogorrean plazeraren, pozaren, alaitasunaren emozioa dago eta hori da pertsonen iparra. Hori haurrengan oso nabarmena da. Horrek ez du esan nahi, ordea, beste emozioak txarrak direnik. Bakoitzak bere funtzionalitatea dauka. **“Guri zerbait esateko plazaratzen dira emozioak, alegia, zertarako handi batekin”**, argitzen du Donna Apellaniz psikologoa.

Antzeko zentzuan mintzatzen da Roberto Aguado psikologoa ere: “Gaur egun askotan badirudi oso zoriontsuak izan behar dugula eta oso alai egon behar dugula beti. Eta nik uste dut poztekoa dela jendea alai eta zoriontsu egotea, baina tokatzen denean. Bizitzan badaude uneak alaitasun eta zorion arrastorik txikiak ere sumatzen ez dugunak. Sekulako tristura senti dezakegu batzuetan, eta horri ere tokia egin behar zaio eta bizi egin behar da”. Aguadok aldarrikatzen du pozaz aparte ere badaudela beste emozio batzuk pertsonentzat oso erosoak izan daitezkeenak, eta baita baliagarriak ere. Horixe da darabilen hitza: erabilgarria. “Esate baterako, zakur bat hozka egitera badator kigu oso erabilgarria da beldurra sentitzea, inoiz baino arinago egingo baitugu korrika”. Psikologoaren aburuz, ez dago emozio negatiborik; emozio negatiboak daudela pentsatzera iritsiko bagina, hurrengo urratsa emozionatzea txarra dela baieztatzea izango litzateke. “Eta emozionatzen ez diren pertsonak badaude eta izen bat ematen diegu: psikopatak”.

Silvia Palou psikologoa ere emozioei etiketak ez jartzearen aldekoa da, alegia, “ontzat” edo “txartzat” ez definitzearen aldekoa. Hark dio guk



nahi edo ez emozioak hor izango ditugunez, ez gure burua –edota ingurukoak– epaitu behar era bateko emozioak edota beste era batekoak sentitzeagatik. “Adibidez, bizipen baten aurrean amorrua sentitzea ez da ez ona eta ez txarra. Sentitzen dugun emozio bat da, eta kito. Baina bizi dugun kulturaren, ditugun usteen, gure familia-ingurunearen, edota gure nortasunaren arabera, emozio horren era bateko edo beste balorazioa egiten dugu. Amorruren kasuan, ia beti, negatiboa. Eta ondorioz, beste sentipen batzuei irekitzen diegu bidea, hala nola, kulpari edota gaitzespenari”.

Identifikatu, onartu, kudeatu

Emozioek oso gutxi irauten dute. Mikrosegundu batzuetatik hasi eta gehienera jota ere minutu batzuetara. Apellanizen arabera, emozioak ibilbide jakin bat egiten du: hasieran, pertsona

lasaitasunean dago, edota behintzat neutralitateko egoera batean; gero, zerbaitengatik emozio bat sentitzen du; ondoren, emozioaren energia igotzen joaten da bere klimax egoerara iritsi arte, eta berehala jaisten hasten da; hau da, orgasmo baten gisara funtzionatzen du. Batzuetan, ordea, gerta daiteke pertsona emozioaren klimax horretan katigatzea behin eta berriz. Horrela sortu ohi dira, depresio-, antsietate-, ezinegon-egoerak eta antzeko sakoneko sentimenduak. Hala esplikatzeko du psikologoak: “Egoera oso gordin baten aurrean, adibidez, errealitate hori gainditu beharra daukadanez aurera egiteko, nire burua behin eta berriz bueltak ematen hasten da, eta pentsamenduak etengabe emozioaren klimax horretan mantentzen nau. Alegia, pentsamenduak ez dio emozioari joaten uzten. Eta hor sortzen dira depresioa bezalako sakoneko sentimendu horiek”. Izan ere, **Apellanizen arabera, norberak bere emo-**



zioak sortzen ditu, eta beraz, bakoitzak badu gaitasuna emozio horiekin zer, noiz, nola... egin erabakitzeke. Horixe izango litzateke emozio-nalki adimentsua izatea, hau da, emozio horiek kudeatzeko gai izatea.

Emozio baten aurrean jokatzeko bi modu leudeke: erreprimitu egin daiteke edota kudeatu. Izan ere, erreprimitzen den zerbait ezin da kudeatu. Palouk esplikatzan duen moduan, esate baterako, une jakin batean amorruta sentitzen badugu, edota haur bat amorrut dagoela ikusten badugu, sentipen hori onartu behar dugu eta lekua egin behar diogu emozio horren bizipenari. **“Hori bai, amorruta hori kanporatzen dugunean, etikoki jokatu behar dugu, alegia, besteen sentimenduak kontuan hartuz, eta ondokoak nahiz geure burua errespetatuz”.** Emozioez hitz egitean, eta lanketa emozionalaz, nork bereak ez ezik, aldamenekoaren emozioak ere kontuan izatea komeni baita. Agudoren irudiko, bestearen sentipena kontuan ez duena, bizitzan iparrorraztik gabe egongo da: “Emozioa da nola bizi behar dugun adierazten diguna”.

Apellanizek emozioen kudeaketa egiteko modu zehatz bat erabiltzen du. Bere esanetan, emozio bat kudeatu ahal izateko, lehenik konturatu egin behar dugu zer ari zaigun gertatzen. “Adibidez, urduri ari naiz jartzen... zer ari zait gertatzen?”. Bigarren urratsa izango litzateke, sentsazio horretan egoteko baimena ematea norbere buruari. Alegia, “urduri ari naiz jartzen eta nire buruari baimenduko diot urduri egotea”. Behin norbere buruari emozio horretan egoteko baimena emanda, emozio horrek gudan eragiten duen horretan jarri behar da arreta, alegia, emozio horri berez ateratzen zaion energia zein den jabetu behar dugu: “Esate baterako, urduri jartzean oso-oso azkar hitz egiten hasten baldin banaiz, konturatuko naiz emozio horrek energia horretara naramala. Eta behin hori jakinda, nik erabakiko dut zer egin”. Izan ere, Apellanizek behin eta berriz azpimarratzen duen eran, emozio baten aurrean norberak erabaki dezake zer egin. Eta erabakitzeke momentu horretan, hiru bide nagusi ikusten ditu: “Bide bat da berezko energiari lekua egitea. Adibidez, ‘haserre nago eta oihiu egingo dizut oihiu egitea erabaki dudalako’.

Bigarren bide bat izango litzateke estrategiaz aldatzea eta esatea: ‘oihukatzeke gogoa sentitzen ari naiz, baina ez dut oihiu egingo; arnasa hartu eta lasaitu egingo naiz’... Eta hirugarren bidea litzateke emozio horri joaten uztea, eta esatea: ‘ez zaitut behar, joan zaituz’”. Psikologoaren aburuz, hirurak izan daitezke egokiak egoeraren arabera. Eta horretarako norbere buruaren gaineko ezagutza izango litzateke gakoa: nolakoa naiz? Zer gertatzen zait? Nola ikusten dut mundua? Zein emozio sentitzen ditut hau edo beste gertatzen zaidanean?

Norbere buruaren ezagutza on baterako, baina, heziketa emozional aberats bat da giltzarria. Eta zein da, bada, horretarako bidea?

Lehenik heldua, ondoren haurra

Hiru adituak bat datoz horretan: haurrarekin emozioak lantzeko, lehenik helduak bereak landuak izan behar ditu. Helduak eredu eta jarraibide izan behar du haien esanetan, jakina baita 0-6 urteen artean, entzuten dutenarekin baino gehiago ikusten dutenarekin ikasten dutela haurrek, sentitzen dutenarekin eta bizi dutenarekin. **“Heldu eredugarri garen heinean emozionalki adimentsuak diren jarrerak izaten baditugu, haurrek ere hortik edango dute. Haurrak emozionalki adimentsuak izatea nahi badugu, izan gaitezen lehenik gu horrelakoak. Eta goazen gure beldurraz hitz egitera, gure tristuraz... Goazen etxean triste egoteko aukerak irekitzera, baina goazen, era berean, tristura horri aurre egitera eta horretarako baliabideak eskaintzera. Horrela haurrek ikusiko dute triste egon gaitzkeela, baina tristura horretatik ere irten daitezkeela; beldurtu gaitzkeela, baina ez zaigula ezer txarrik gertatuko; frustratu gaitzkeela, baina baita aurre egin diezaikegula ezinari eta esfortzuarekin nahi dugun hori lortu dezakegula”, argitzen du Apellanizek.**

Helduaren presentziari garrantzia ematen dio Agudok ere, heziketa emozional on baterako bidean. Alegia, umearekin dagoenean, heldua,

hemen eta orain egotea ezinbestekoa dela dio. Beste hitz batzuekin esanda, zentzumen guztiekin haurrari arreta jarrita jardutea ezinbestekoa iruditzen zaio. Eta hori esplikatzeko pentsamenduaren eta emozioaren artean dagoen diferentzia azaltzen du, “helduok askotan pentsamenduan egoten baikara eta ez emozioan”. Adituaren hitzetan, pentsatzen ari garenean, lehenaldian, orainaldian edo geroaldian egon gaitzke; emozioa, ordea, hemen eta orain sentitzen dugu. Emozioak ez dauka iraganik, ez etorkizunik: “Demagun etorkizunean pentsatzen ari garela, edo berdin iraganean, baina sentitzen dugun hori noiz sentitzen dugu? Orain. Badakizue horrek zer esan nahi duen? Bada, zure semearekin edo alabarekin lurrean etzanda jolasean ari zaitzkeela, eta bitartean, bihar lanean egiteko duzun horretan pentsatzen aritu. Hala, zure emozioa ere biharko lanarekin lotuta egongo da eta ez une horretan eskuartean duzun umearen jolasarekin. Eta, baliteke, umeak hori igartzea eta amorruta adieraztea. Beraz, umeekin egoteak, hemen eta orain umeekin egotea esan nahi du, eta ez ipuina kontaktan ari gaitzazkien bitartean ipuina noiz bukatuko ote den pentsatzen aritzea”.

Izan ere, Agudarentzat pentsamenduan egotea ona izan daiteke, baina emozio egokietan gaude; horrela ez denean, ordea, pentsamenduak kontrako eragina ere izan dezake. Bere irudiko ez da hain garrantzitsua zer ari garen egiten edo esaten, baizik eta zein emoziotatik ari garen egiten edo esaten: “Adibidez, haurraren hozkada batek berdin eragiten digu amorrutik egiten duenean edota kuriositatetik ari denean? Bada, ez. Edota pertsona bati maite dugula esaten badigu gorrotatik, nola jasoko du? Bada, minduta sentituko da eta amorruta joko du”.

Nola eraikitzen du haurrak bere mundu emozionala?

Hortaz, Agudoren esanetan, jokabidea bera baino askoz ere garrantzitsuagoa da jokabide horren atzean dagoen emozioa. Eta horrek era-



gin zuzena izango du seme-alaben hazierako eta heziketa emozionalerako. Adituaren hitzetan, ia denok dakigu zer egin behar dugun edo nola jokatu behar dugun —haurra errespetuz tratatu behar dugu, segurtasuna eman behar diogu, erreferentzia izan behar dugu berarentzat...—, baina gakoa ez dago hor, egin behar dugula dakigun hori egiteko gai izatean baizik: **“Pentsamendua edo garun arrazionala da zer egin behar dugun esaten diguna, eta gutxi edo gehiago guztiok dakigu zer egin behar dugun. Gakoa, baina, ez da hori, egin behar dugula dakigun hori egiteko gai izatea baizik, eta hori garun emozionalaren esku dago, batez ere”**. Emozionalki adimentsu izateak ematen du norbere bizimoduan aurrera egiteko nahiz haurren hazieran eta heziketan

arrakastatsu izateko gaitasun hori. Pixkanaka eraikitzen du haurrak bere mundu emozionala. Bereziki, gertuko ingurunean —familian, eskolan nahiz lagunartean— izaten dituen bizipenen bidez. Palouk *Sentir y crecer. El crecimiento emocional en la infancia (Sentitu eta hazi. Haziera emozionala haurtzaroan)* liburuan dioenez, bizipen emozionala indibiduala edo kolektiboa izan daiteke, baina beti izango da partekatua, hau da, bizipen hori ezin da testuingurutik bereizi. Ingurunea delako norbere emozioak interpretatzeko erreferenteak ematen dituena. Testuinguruaz ari garelarik, Palourentzat berebiziko garrantzia du familiak. Haurra bere sentimenduen mundua eraikiz joango da, erreferentziatzen bere familia-ingurunea hartuta.

Haurra hazten doan heinean, eskolak, lagun-taldeak, auzoak... ere inportantzia handia hartuko dute. Beldurra, poza, tristura, amorrua, afektua, kulpa, eskuzabaltasuna, enpatia... bizitzen ikasiko du haurrak determinismo genetikoaren arabera, baina baita genetikoak ez direnen arabera ere: **“Esate baterako, haur baten barne-mundua ulertu nahi badugu, haur horrek bere familiarekin eta hurbileko talde sozialarekin izan dituen harremanak ere ulertu behar ditugu, baita bere jatorrizko kulturaren arabera garatu dituen estrategia emozionalak ere”**.

Emozioak dira harremanaren motorra eta gure bizitzako elementurik garrantzitsuenak. Zentzu horretan, Palouk adierazi bezala, heziketa egoki batek haurraren garapen emozionala sustatzea esan nahiko luke. Heziketaren ikuspegitik, eta bereziki haurraren lehen urteetan pentsatuz, bi zutabe nagusi azpimarratzen ditu psikologoak: batetik, barne-gogoa; eta, bestetik, esfortzua.

- **Barne-gogoa:** gogoa dionean ekiteko, sortzeko, ikasteko grinaz ari da Palou. Eta bizitzan aurrera egiteko nahi horrek barrutik erretakoa izan behar du, sortzeak edota ikasteak ematen duen plazerak eragina. “Sarri, ordea, familiarik, eskolatik nahiz, oro har, gizartetik haurrak trukean saria jaso dezaten gauzak egitera ohitzen ditugu. Ondorioz, norberak sinesten duen horregatik lan egiteko grinari eta hori lortzeko bakoitzak egin beharreko esfortzuari ez diegu behar besteko baliorik ematen”.

- **Esfortzua:** haurraren autonomia sustatzeko balio gisa ulertu behar da. Umeak desio duen hura lortzeko egin beharreko esfortzuaren aurrean bere bidea egiten uztea esan nahi du horrek, soluzioak kanpotik eman gabe eta bide horrek ekar diezaiokeen sufrimendua bizitzen utziz. “Helburua da haurrak bere larruan esperimintatzea desio bat lortzeak eman diezaiokeen plazera, poza eta zoriontasuna. Edota desio hori ez lortzeak ekar diezaiokeen frustrazioa. Azken batean, norbere ekintzen ardura hartzea esan nahi du horrek”.

Heziketa emozionala egokia izan dadin lau alderdi azpimarratzen ditu psikologoak:

- **Ingurune soziala:** haurrak jaiotzen denetik esperimintatzen dituen lotura afektiboak ingurunearen arabekoak izan ohi dira. Umea bizi den espazio horrek antsietatea eragin dezake, edota poza, tristura, galeren onarpena, etsipena... Era askotako lotura afektibo horien gainean garatuko du haurrak bere adimen emozionala: “Adibidez, haur batek lagun berrietara gerturatzeko duen modua haur horrek bere gurasoekin izan duen harremanaren isla izan ohi da. Ume horrek izan familian, eskolan nahiz komunitatean talde batera egokitu behar du eta horretarako garrantzitsua da oinarri emozional sendoa izatea, gero izate indibidualaren eta talde izaeraren arteko oreka bila dezan, hor baitago giza ongizatearen gakoa. Izan ere, komunitateak segurtasuna ematen du, baina aldi berean, askatasuna kentzen du”.

- **Barne-elkarrizketak izateko gaitasuna:** horrela joango da haurra bere burua ezagutzen, onartzen eta identitate propioa eraikitzen. Inguruarekin dituen harremanen arabera eta harreman horietatik ateratzen dituen ondorioen laguntzaz, haurrak bere barne munduaren kontzientzia hartzen du. Hala, sentitzen dituen emozioei hitzak edota keinuak jartzen dizkie eta bere sentipenak besteekin partekatzen ditu.

- **Gertutasunaren eta distantziaren arteko kudeaketa:** heziketa emozionalaren helburuetako bat da haurra emozionalki autonomoa izatea, alegia, besteenganako sumisio sentimentalik edo dependentsia emozionalik gabe harremanak izateko eta bizitzeko gai izatea. “Haurraren haziera autonomorako inguruneak jarrera egokia hartzea oso garrantzitsua da, bereziki familiak. Haurrari utzi egin behar dio maitatua eta zaindua izan den eremu afektibo horretatik distantzia hartzen. Beste pertsona baten laguntzarik gabe esperimintatzen dituen lorpenei esker bere gaitasunetan konfiantza hartuko baitu”.

- **Sentsibilitate estetikoak:** kulturarekin du zerikusia honek. Hain zuzen, Palouk azaltzen



duen eran, kultura da haurren testuingururik zabalena: "Sinesmenak, egoera desberdinen aurrean jokatzeko moduak eta errealtateko gertaeren esanahia ulertzeko erak ematen dizkigu kulturak. Bertan islatzen du haurrak bere burua eta,aldi berean, kultura horrek erakartzen, liluritzen, bereganatzen du umea. Gauzek bere horretan ez dute baliorik, pertsonen gauza horiekiko dituzten harremanek ematen diote balioa. Imajinarioak, sormenak, eta jolasak esanahia ematen diete gauzei, komunikatzeko balio dute eta norbere burua kulturari islatuta ikusteko. Horrexegatik da garrantzitsua sentsibilitate estetikoak".

Familia, eskola eta komunitatea, elkarreraginean

Finean, haurren garapen emozionalean familia, eskola eta komunitatea sartzen dira elkarrera-

ginean. Aurrez aipatu bezala, familia da garrantzitsua. Familian gertatzen diren harremanak izango baitira haurren mundu emozionalerako sostengu. Palouren hitzetan, haurrentzat familia mundura irekita dagoen leiho bat bezalakoa da eta familiaren altzoan eraikitzen du bere nortasuna. Gainera, familian ikasten ditu haurrak bizitzarako balio nagusiak eta besteekin erlazionatzeko erak. **"Azken batean, argi dago txikitatik lotura emozional sendoekin hazteak eskolan hobeto jardutea esan nahi duela, emoziorik ezean motibazioerik ez dagoen gisan, afekturik gabe ere ez dagoelako ikaskuntzarik"**.

Familiaren ostean dator eskola. Bigarren etxea litzateke, familiaren jarraipena. Eskolak ere asko egin dezakeela sinetsirik dago Aguado, eta irakasleen eta ikasleen arteko harremanean jartzen du arreta, uste baitu ikasleen arrakastarako askoz garrantzitsuagoa izan daitekeela hezi-

tzaile batek egiten duen emozioen kudeaketa, arlo batean eduki dezakeen jakinduria sakona baino. "Matematikaz asko dakien irakasle bat, nahiz eta edukien transmisioan abila izan, ez da eraginkorra izango baldin eta taldeko giro emozionala egoki kudeatzeko gai ez bada". Zentzu horretan, irakaslearen aurretik pertsona jartzearen inportantzia azpimarratzen du, eta uste du irakaslearen egitekoa dela ikasle hori eskolan dagoenean ere etxean sentiaraztea. **Etxe-emozioak** deiturikoez mintzo da psikologoa: lasaitasuna, curiositatea, segurtasuna eta poztasuna izango lirake horiek. Eta ikasleak emozio horien energian egoteko lan egitea izango litzateke eskolaren eta irakasleen egitekoa.

Azkenik, haurra komunitate bateko parte izango da, eta horrek ere eragina izango du bere garapen emozionalean. Eta gaur egungo gizartearen bi ezaugarri dira azkartasuna eta gainestimulazioa, umearen garapen emozional egoki baterako oztopo izan daitezkeenak. Izan ere, hiru adituek dioten moduan, haurrek denbora behar dute euren nortasuna finkatzeko, euren ni-aren kontzientzia garatzeko eta euren buruarengan konfiantza hartzeko, independenteak eta helduak izatera irits daitezten. Ez da erronka makala familiaren, eskolaren eta komunitatearen arteko elkarreragin horretan heziketa emozional egokia ematea haurrei!

Oinarrizko lau emozioak

Oinarrizko lau emozio bereizten ditu **Donna Apeilaniz psikologoak** eta horietan oinarrituz egiten du lan. Bere esanetan, emozio guztiek dute izateko arrazoi bat eta atzean dagoena ulertzeko eta norbere bizipenen kudeaketa egiteko aukera ematen dute.

Beldurra: emozio horrek adierazten du ez dugula behar adina errekurtsu egoera bati aurre egiteko. Errealitate horri aurre egiteko baliabideak eskuratzen ditugun heinean, beldurra txikitu egiten da, eramangarriago bilakatuz, eta kasu batzuetan desagertu ere egiten da. Aurre egin ezean, beldurrak beste bi erreakzio ere

eragin ditzake pertsonarengan: blokeoa batetik, eta ihesa bestetik.

Tristura: galera baten aurrean sentitu ohi dugu emozio hori. Tristurak bakarrik egotera eta intimitatea bilatzera eraman ohi du pertsona. Negar egitea da tristuraren ezaugarri handienetakoa bat, finean negarraren bidez kanporatzen delako mina. Fase horiek errespetatu egin behar dira. Triste gaudenean edo gure haurra triste dagoenean, askotan gure buruak edo umeak gauzak egitera behartzen ditugu, inor triste ikustea ez zaigulako gustatzen. Baina tristura-aldi horri ere lekua egin behar zaio, akaso oraindik ez gaudelako prest ekintzarako.

Amorrua: nire eta lortu nahi ditudan helburuen artean oztopo bat dagoenean sentitzen da amorrua. Amorraren inguruan asko hitz egin digu Marshall Rosenbergek, Komunikazio Ez Bortitzaren aitak. Berak dio amorraren atzean, beti, beste emozio bat egon ohi dela. Beraz, amorrua kudeatzeko modu bat da atzean dagoen emozio horretara jotzea, alegia, penara edo tristurara.

Amorruari lotuta beste arlo bat ere kontuan izan behar dela dio psikologoak, izan ere, amorraren atzean ase gabeko behar bat egon ohi da gehienean. Eta, sarri, behar horiek harremanekin eta onartuak izateko beharrek ere izan ohi dute zerikusia, "gu izaki erlazionalak baikara", baina bestelako beharrak ere badaude: plazera sentitzeko beharra, aisialdiaz gozatzeko beharra, errespetatua, maitatua, entzuna... sentitzeko beharra, komunitatean bizitzeko beharra... asko daude". Beraz, amorruak energia suntsitzailea daukanez, oso garrantzitsua da amorruari ere bidea ematea eta askatzea.

Poza: emozio hori sentitu ohi dugu guretzat zerbait onuragarria denean. Gure bizitzarako zerbait ona denean poza aktibatzen da. Poza jendearekin egoteko gogoak pizten du eta harremanetara irekitzen du pertsona. Eta horrek onuragarria eta pozgarria den egoera horretan mantentzeko gogoak eragiten dio gizakiari.

“Haurra zaintzea bere gaitasunetara egokitzea da, horiek errespetatzea”

Alvaro Beñaran

Psikomotrizista

Hazi Hezi aldizkariarentzat erreferentzia garrantzitsua izan da beti Beñaran. **16. zenbakian egin genion** eta ekimena nahiz erreferentziak emateko beharra nabarmendu zituen, eta, batez ere, beldurrik gabeko eta errespetuzko heziketaren garrantzia.

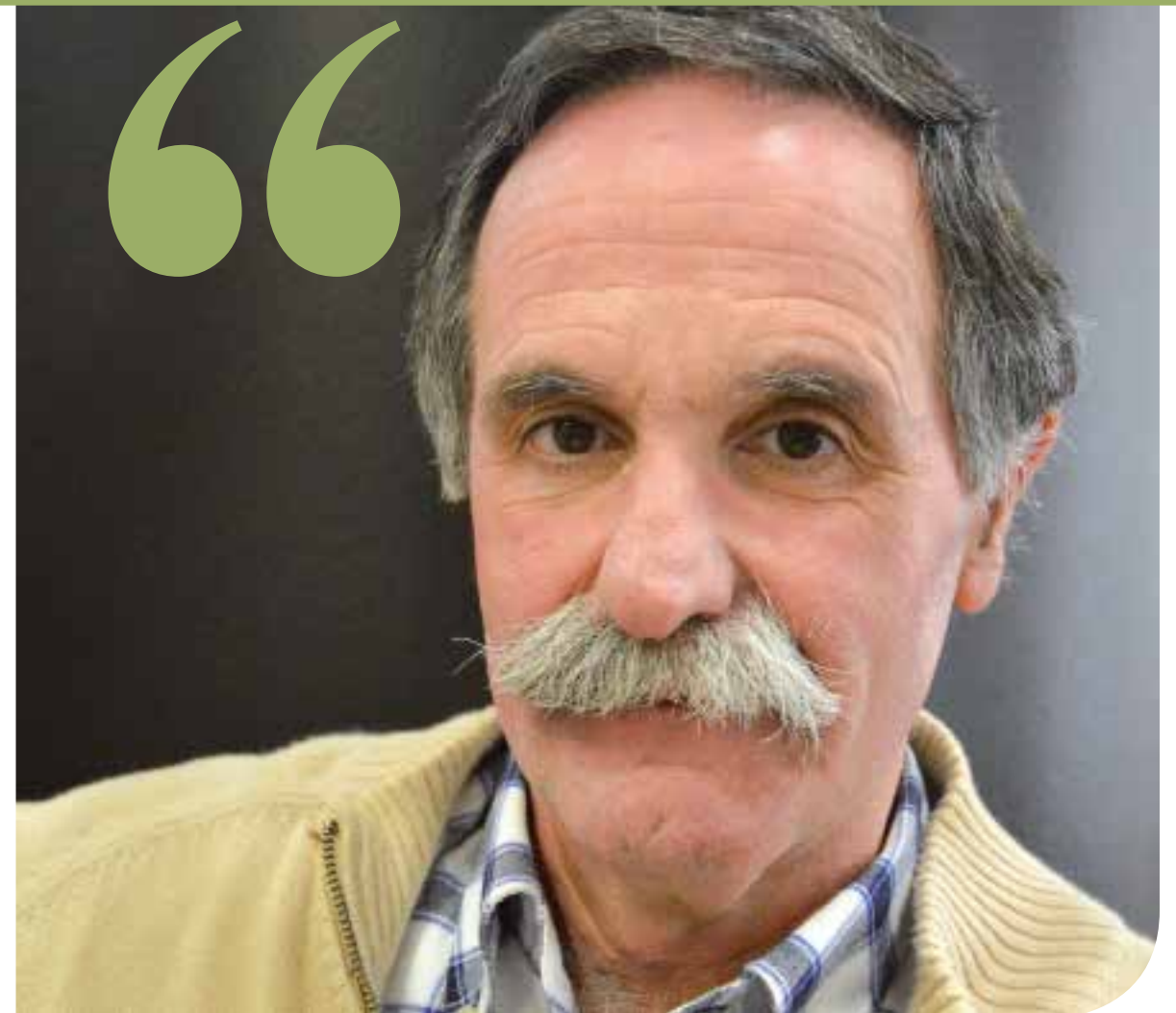
Pedagogia terapeutikoan eta psikomotrizitatean aditua ez ezik, aritua ere bada Alvaro Beñaran. Izan ere, urte luzeetako esperientzia du haur txikiekin lanean, psikomotrizitatearen bidez, arazoak dituzten umeei laguntzen, besteak beste. Zeregin horretan hainbat eskolatan aholkulari gisa ere aritzen da. Eta, haurrekin ez ezik, hezitzaileekin ere egiten du lan: Europako Psikomotrizitate Praktiketako Eskolen Elkarteko formatzailea da, Bergarako Psikomotrizitate Eskolan aritzen da, eta **Hik Hasi** egitasmo pedagogikoaren 0-3 urte arteko hezitzaileen formazioko koordinatzaileetako bat izan da.

Ikusi al duzu bilakaerarik gaur egungo haurrek dituzten arazoaren eta duela belaunaldi batzuetako artean?

Mugarik ez duten haurren kopurua handitu egin

da, haien haurrak nola bideratu ez dakiten gurasoen kopurua hazi egin da. Gurasoek esaten dizute “ezin dugu berarekin, nolako aiurria daukan! Nahi duena egiten du”; eta, begiratzen duzu, eta ez dira ari 14 urteko nerabe bati buruz, baizik eta urte eta erdiko kakanarru bati buruz! Eta gurasoak inteligenteak eta estrukturuak izan daitezke. Egoera horretan, zerbaitek ez du behar bezala funtzionatzen. Halako kasuetan gurasoekin egin behar da lan beti: ea egoera horretatik atera nahi duten, ea ohartzen diren agian jarrera batzuk aldatu behar dituztela haur horri mugarik gabeko dinamika horretatik ateratzen laguntzeko. Gurasoak ados baldin badaude, lan egin daiteke. Beti behar da gurasoekin elkarlana, baina kasu horietan ezinbestekoa da.

Azken finean, haurrek egunerokoan bizi dituzten



egoeretara moldatzeko era bateko edo besteko baliabideak edo jarrerak sortzen dituzte. Orduan, izatez jarrera horiek egokiak dira bizi duten egoerarako. Beraz, egunerokoan bizi duten hori ez bada aldatzen, zertarako aldatuko da haurra? Bizi duenak esaten dio egiten ari dena egokia dela.

Haurraren mugimenduaren garapenarekin lotuta dago jolasa, baina ez al dira murrizten ari umeei libreki jolasteko aukerak? Lehen ohikoa izan zitezkeen haurrak lera hartu eta maldan behera botatzea edo zuhaitz batera igotzea, baina, orain, maiz gurasoei beldurra ematen die horrek...

Jolasean beti arrisku portzentaje bat egon behar da, bizitzan ezin da dena zeharo ziurtatu. Hezitzaile moduan asko zaindu behar dugu hori, noski. Dena dela, kurioa da, baina, estatistiken arabera, haurrak familiekin daudenean gertatzen

dira istripu gehienak, nahiz eta gurasoak sarri profesional bezala jokatzen diren. Horrelakoak gara, oraingo gizartean asko exijitzen zaio besteari, baina ez zaigu gustatzen besteek guri exijitzea; desoreka hori dago. Hain zuzen ere, hori da, besteak beste, psikomotrizitatearen bitartez garatu nahi dugun baloreetako bat: deszentrazioa, gai izatea bestearen lekuan jartzeko. Hau da, ni exijentea banaiz bestearekin, onartu behar dut bestea ere exijentea izatea nirekin. Psikomotrizitate saioetan ikusten dira haurrak, adibidez, besteek eraikitako etxe bat puskatzen dutenak, baina gero haiena ezin da puskatu. Haur horrek konturatu behar du hori ez dela posible, balio hori garatu behar du.

Zer egiten duzue horrelakoetan?

Itxaron. Beste umearen erreakzioa baldin bada

erasotu duen umearen etxea puskatzea, esango diet biei desegoki egin dutela, baina utzi behar zaio besteari ere erantzuten! Interesgarria da egoera nola kudeatzen duten ikustea, uztea. Horregatik diot heziketak beldurrik gabekoa izan behar duela, baina, aldi berean, errespetuzkoa. Errespetatu batak bestea: haurrak haurra, helduak haurra, eta haurrak heldua. Errespetuzko heziketa eta harremanak sortu behar ditugu.

Arriskua kudeatzen ikastea lagungarria izan daiteke haur horrek autonomia gara dezan?

Noski. Psikomotrizitate geletan, mugimendua-
rentzat espazio segurua eraikitzen dugu, haurrak bere burua modu lasaian bizi dezan, baina, era berean, eremu gogor bat dago, eta hor haurrak bere burua kontrolatzen ikasi behar du: edozein modutara botatzen bada, min hartuko du. Gure babesa pixkanaka-pixkanaka gutxitzen joan behar da, haurrak bere burua babesteko gaitasuna gara dezan. Eta, hori garatzeko, arrisku puntu bat behar du; neurtua, baina arriskua egon behar da. Gainbabes edo gehiegizko protekzioaz hitz egiten da, baina, gehiegizkoa bada, jada ez da babesa, kontrakoa baizik: haurarentzat eraso bat bihurtzen da. Alegia, edo babesa egokia da, hau da, haurren gaitasunetara eta adinera egokitzen da, edo kontrakoa da: eraso.

Etor gaitezen gurasoetara. Oinarri-oinarrizko zer kontu izan behar dituzte kontuan seme-alabak hezterakoan?

Hainbeste aholku daude, eta hainbeste ikuspegi! Batzuetan kontrakoak gainera, eta gai guztietarako: lo egiteko, jateko, besoetan eramateko... Eromena da. Hori da arazoa, gehiegi pentsatzen dugu dena! Detalle horien inguruan eduki ditzaket nire iritzia, baina orokorrean hitz egingo dut haurren heziketaz, eta adinaren arabera beti ere, adina funtsezkoa baita. Haurren hazieran etapak daude, eta horietako bakoitzean jarrera desberdinak eduki ditzakete gurasoek.

Bizitzaren hasieran, lehen hilabeteetan, umeari ia-ia dena eman behar zaio, inportantea baita umea seguru egotea. Premiak dituen organismo bat da, eta horiek bete egin behar dira. Horretan

bai ehuneko ehunean seguru nagoela. Gurasoek ez dezatela pentsa hasiera horretan dena ematen badiote umea kapritxoso edo apetatsu bihurtuko denik; ez da posible, umeak ezin du manipulatu bestea, ez delako besteaz jabetu, batik bat lehen 5-6 hilabeteetan. Alderantziz, behar duena ematen bazaio, organismo lasai bat eraikitzen ari da orduan, segurua, ez duena bizitzan esperientzia desatseginik edo erasorik bere organismoan, tentsiorik... Esperientzia atseginak ditu eta hori erantsi egiten da organoetan; burmuinean egiten diren konexioek zerikusia dute. Oinarri ona eraikitzen ari da. Horregatik, garai horretan gurasoa umearentzat egon behar da.

Gero, pixkanaka ohartzen zara umea hasi dela inguratzen duenaz jabetzen, eta orduan zu ere has zintezke umeari itxaronarazten, engainatzen gauzatxo batekin... Aurrez esan bezala, frustrazioa lantzen. Jan nahi badu eta zu beste zerbaitetan ari bazara, itxaron dezake pixka bat. Izan ere, umeak bere baliabideak garatzeko espazioak irekitzen hasten dira: behin 6-7 hilabetetatik aurrera, dena berehalaxe ematen badiozu, ez ditu bere baliabideak garatuko. Horregatik, pixkanaka-pixkanaka haurrari bere gaitasunak martxan jartzeko aukera eman behar diogu. Horrek haurraren, bere gaitasunetan, konfiantza dugula esan nahi du. Batzuk uste dute dena ematea dela zaintzea, baina kontrakoa da: zaintzea bere gaitasunetara egokitzea da, bere gaitasunak errespetatzea. Pixkanaka presentzia-ausentzia dinamika bat dagoela ikusi behar du umeak, gauzak ez direla berehalaxe lortzen, eta frustrazioaren munduan sartzen hasten da. Beldurrik gabe, eta haurra beldurtu gabe, baina lasai-lasai esan egin behar zaio "itxaron", edo "hori ez".

Guraso batzuk egitura bakarrik zentratzen dira, haurrari gauzak ondo egiten irakastean. Nik horri *adiestramientoa* deitzen diot. Eta bai, haurra moldatzen da horretara ere, ikasten du, egiten du... baina bere inizatiba eta sormena galtzen ditu. Inhibitu egiten da, harengandik ateratzen den bizitzaren energia hori gorde egiten du, eta helduak esaten duen horrekin ordezkatzeko du.

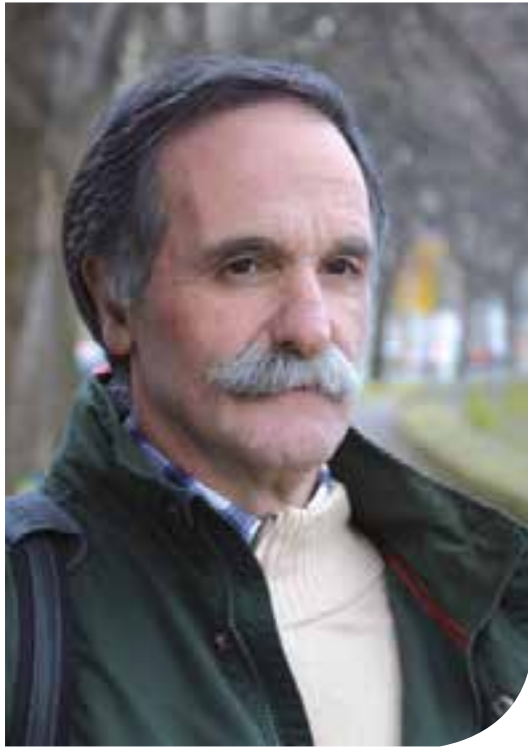


Haurren beharrak hazieraren etapa bakoitzean zein diren aipatu duzu. Gurasoek ezagutzen al dituzte behar horiek? Lehen gehiago hazten ziren umeak tribuan, familia zabalean, nahiz kalean, baina, gaur egun, gurasoak bakartuago daude. Tribua galduta, nola transmititzen da jakintza hori?

Gizakia pentsamendua garatzen joan da, eta gero eta gehiago urrundu gara naturatik, noski. Hori da gizaki egiten gaituena, hain zuzen naturaren petik atera garela. Horren ondorioz, jada ez dago ezer berezkoa dena, eta horregatik daude hainbeste teoria umearen heziketaren inguruan, eta denok pentsatzen dugu egia gurea dela. Baina, nola egongo dira ba ehunka egia? Hori da azkenean gurasoen gaur egungo bakardadea. Gainera, hainbeste erabaki hartu behar dira! Azken batean norberak erabaki behar du, eta inportantea da ez planteatzea borroka bat balitz bezala; hau da, ez pentsatzea 'hau erabaki dut oso ona delako, eta bestea oso txarra'. Hartu zure erabakia, eta kito, ondokoak beste bat hartuko du; hori

“Heziketak beldurrik gabekoa izan behar duela, baina, aldi berean, errespetuzkoa”

“Gurasoek ez dute lan egin behar beraien haurrekin: gozatu egin behar dute eta ahaztu behar dute zer helburu betetzen ari diren. Kontua ez da zer egiten dugun, baizik eta nola egiten dugun, eta zergatik egiten dugun”



da aniztasuna, azkenean. Norberak hartzen ditu bere erabakiak, ez inoren kontra, baizik eta norberaren alde. Zentzuzkoa izatea da kontua: eman espazioa, eman aukerak, ez zapaldu zure umea, eta, momentua iristen denean, esan 'ez' eta esan 'bai', dena modu lasai batean. Pixka bat autoritarioa edo pixka bat uzten duenatarikoa izango zara, eta biak ere ez daude gaizki, bi muturretan sartzen gara zailtasunetan.

Batzuetan erabaki bakoitzarekin haien umea markatu egingo balute bezala sentitzen dira gurasoak, bere hazieran erabaki traszendental bat hartzen ariko balira bezala...

Gurasoek ez diote eduki behar beldurrik haurrari; ez eman beldurrik eta ez izan beldurrik umeari. Eta guraso batzuek beldurra diote haurrari: ikara aurpegia jartzen badu, edo negarrez hastear baldin badago, larritu egiten dira: 'zer nahi ote du? Gaizki ari ote naiz?'. Ez da ezer gertatzen, pentsatu behar dugu 'egiten ari naizen hau

zentzuzkoa al da?'. Horrela bada, egin aurrera, agian umeari guztiz gustatu ez arren; eraiki harreman natural bat haurrarekin. Baina batzuk haurra haserretzen bada edo malkotxo bat ateratzen badu, blokeatuta gelditzen dira. Eta, noski, haurra are blokeatuago! Eta pentsatzen du "hara, protesta egiten badut, nahi dudana ematen didate". Noski, haur horiek deskontrolatu egiten dira. Horrelako haurrak ezagutzen ari naiz eta beldurrez beterik daude, sintoma asko adierazten dute: segurtasun-gabeak dira, oso zurrinak, sozializazio mailan oso blokeatuta daude... Heltuak ez du nortasunik erakutsi, eta haurrek behar dute hori: nortasun ez agresiboa, baina finkoa, gai dena esateko "e! Hori horrela ez!" edo "hau nire denbora da, bukatu da zurea".

Guraso perfektuak izateko presioa dago zenbaitetan, norberarena nahiz soziala. Perfekzio horrek zer muga ditu? Eta zer ekar dezake?

Nik hori hezitzaile perfektuarekin ere lotuko nuke. Jarrera hezitzaile egokien inguruan hainbeste mezu ari gara transmititzen orain, halako perfekzio bat egon daitekeela sinestarazten ari garela nolabait. Badirudi ez baduzu modu zehatz batean egiten, gaizki egiten ari zarela. Horrek arrisku bat dakar: blokeatzea, bai gurasoak eta baita hezitzaileak ere. Hau da, nola ez dudan ondo egingo, ez dut egiten. Orduan, norberaren inizatiba eta espontaneotasuna, naturaltasuna, eten egiten dira. Egia da guraso moduan arduratu behar dugula, eta hezitzaile moduan formatu egin behar garela, baina, era berean, erabakiak hartzeko espazio bat eduki behar dugu. Perfekzio horren bila bagabiltza, azkenean antsietatea agertuko da, ez garela guztiz ondo egiten ari pentsatuz. Eta, batez ere, gurasoek ez dute lan egin behar haien haurrekin: gozatu egin behar dute eta ahaztu behar dute zer helburu betetzen ari diren. Kontua ez da zer egiten dugun, baizik eta *nola* egiten dugun, eta *zergatik* egiten dugun. Gakoa da zer transmititzen dugun egiten dugun horren bitartez. Adibidez, 'hori ez' esatean, proiektatu dezakegu gure biolentzia, edo, besterik gabe, konfiantza eta segurtasuna transmititu ditzakegu. Ez da ekintza bera, baizik eta jarrera.

hazi hezi

Haziera eta heziketa
aldizkaria

Eskuratu urtean
4 ale 25 eurotan

Harpidetu
eta izan
HikHasitarra

www.hikhasi.eus



“Komunikazio Ez Bortitzaren helburua haurrarekin konektatzea da, ez ezer aldaraztea”

Nerea Mendizabal

Psikopedagogo eta Komunikazio Ez Bortitzean aditua

Hazi Heziren kolaboratzailea izan da sorreratik Mendizabal, eta, alerik ale, irakurleen kontsultak erantzun ditu. **18. zenbakian elkarrizketa nagusia egin genion.**

Hamaika ikastaro eman ditu han hemenka Nerea Mendizabal psikopedagogoak Komunikazio Ez Bortitzaren inguruan. “Horietako bat egin nuen eta irakasle lanetan eta amatasunean puntu eta aparte bat izan zen; klik egin nuen”. Irakasle horrek Mendizabali buruz esandakoek eman zioten aitzakia elkarrizketa honi.

Komunikazio Ez Bortitza (KEB) da zuk planteatzen duzun eredia. Zer da zehazki? Zertan oinarritzen da?

KEBren helburu nagusia erlazio-kalitate bat erakitzea da, non denen ikuspuntuak zainduko diren. Komunikazio bortitza erabiltzen dugunean, boterea daukan horrek berearekin irten nahi du, berea kontuan izango du, baina bestearena ez. KEBean boterea erabiliko dugu, baina ez da gainbotere bat —mehatxuekin, exijentziekin, zigorrekin...—, bion aldeko botere bat baizik: Nire eta zure botere guz-

tia erabiliko dugu bion beharrak kontuan izateko eta asetzeko.

KEBk gure barruan espazio bat sortzea eskatzen du. Bertan egoera konkretu bakoitzean gertatzen zaiguna ulertzen saiatuko gara, niri zer gertatzen zaidan haurrak nik nahiko nukeena egiten ez duenean eta egoera horretako bere bizi esperientzia ezagutzen saiatuko gara. Aldi berean, niri zer pasatzen zaidan ere ulertzen saiatuko naiz. Behin bioi zer pasatzen zaigun ulertzen dugunean, orduan ate gehiago irekiko zaizkigu bai zurea eta bai nirea zaintzeko.

KEB gatazka egoera askotan erabil daiteke, gizarte-mailan, bikotean... baina umeekiko harremanean bada faktore desberdin bat; agian zailagoa dela bestearen beharrak identifikatzea. Guraso edo hezitzaile moduan, autoritatea garelako esan



izan zaigu eta sinetsarazi zaigu helduok dugula boterea —botere praktikoa, fisikoa, funtzionala eta psikologikoa—, eta, gainera, esan digute guk hezi behar dugula ume hori, ze ume hori hezi gabe dago eta forma eman behar zaio. Beraz, helduak uste du justifikatua daukala botere hori erabiltzea haurra hezi behar duelako edo haurraren hobe-beharrez. Hori da esan zaiguna eta egiten dakiguna.

KEB esaten ari zaigu bion zainduko duen erlazio-kalitate bat sor dezakegula.

Eta hor umeak ez dira gutxiago; umeak pertsonak dira, gizakiak dira, eta beren beharrak dituzte, beren bizipenak eta emozioak. Eta hori dena kontuan hartuz hezte da helburua.

Gizakiok, gizaki garen neurrian, bestearen ongizatean laguntzeko beharra daukagu, hori klabe uni-

bertsal bat da, eta umeak ere hala nahi du; gurasoaren, hezitzailearen ongizatean ekarpena egin nahi du. Adibidez, marrazki bat oparitzen dugunean, edo ahateari ogia botatzen dionean ordaintan ezer espero gabe. Behar hori guztiok daukagu. Baina ematera behartzen gaituztenean, edo egin nahi ez dugun zerbait egitera derrigortzen gaituztenean —“hau egin beharko zenuke; hau egiten ez baduzu... hau ez duzunez egin... besteak egiten du zuk egin beharko zenuke...” hau da, mehatxu, zigor, xantaia, konparaketa eta abarren bidez— gogoak kentzen zaigu; helduoi bezala umei, eta errebelatu egiten gara. Gizaki moduan horren aurrean erreakzionatzeko jaio gara. Gainera, guraso batek zerbait lortu nahi duenean —umea dutxatzea, ordurako janzte, jatea, ematea, partekatzea, ez jotzea, ez iraintzea...— mehatxuak, exijentziak, kritikak, erabiltzen dituen neurrian, besteari gogoak kentzeaz gain, bestearengandik urruntzen ari da.

Hortxe dago beste gako bat. Niri pertsona batek zerbait aldatzeko eskatzeko zigorrak eta mehatxuak erabiltzen baditu... harekiko harremana kaltetzen da. Hau lege unibertuala da. Helduari min egiten dionak, urruntzen duenak, gaizki sentiarazten duenak, umiliatzen duenak... umeari ere eragiten dio. Eta kurioa da, gehien maite dugun erlazioa eta gertuen nahi dugun pertsona baita.

Zergatik sortu KEBk dakarren harreman-kalitate hori?

Batetik, askoz ere gertuago egon gaitezkeelako bestearena ere kontuan hartuz, ezagutzeko eta irtenbideak bilatzeko; eta bestetik, harreman hori asko inporta zaidalako eta zaindu egin nahi dudalako, eta badakidalako mehatxu, zigor, eta epaiketen bidetik joaten banaiz, harremanean zauriak irekitzen ari naizela.

Nola iritsi zinen zu zeu honaino?

Nik Psikopedagogia eta Gizarte Lana ikasi nituen, baina gaur egun maila pertsonalean eta profesionalean erabiltzen dudana ez dut ikasketa horietatik erreskatatzen; karreraren enpatia eta asertibitatea teorikoki ikasiko nituen, baina ez nuen gehiago jaso. Amatasunarekin topatu nintzen nire muga, desesperazio eta gabeziekin, eta horien aurrean beste helduleku batzuk bilatu nituen. Haur masajeko hezitzaile egin nintzen, Esnearen Ligan ere banengoen, eta komunikazio ez berbarekin, kontaktuaren bitartez eta presentziaren bitartez hutsune batzuk bete nituen arren, ahozko komunikazioan mugak nituela ikusten nuen. Hainbat liburutuan topatu nituen erantzunak, baina Marshall Rosenbergen KEB ezagutu nuenean argi ikusi nuen hor zegoela bilatzen nuen gakoa. Hortik aurrera, batik bat Madrilen formatzen ari naiz, buru-belarri sartuta.

Guraso eta haurren arteko komunikazioan zein hutsune ikusten dituzu nagusiki? Komunikazio parekidea posible da ala gurasoa beti dago positio boteretsu batean?

Parekidea esatean gaizki ulertu daiteke, eta permisibitatean egon daitekeen kolegeo horrekin nahastu daiteke... Guraso izanagatik berdintasunean oinarritutako harreman bat nahi badugu,

pertsona moduan berdintasunean tratatuak izan nahi dugula esaten ari gara, guraso garelako ahaztu gabe. Guraso edo irakasle izateak ez gaitu jartzen haurraren gainetik, nik gurasoaren edo irakaslearen rola daukat, eta zu pertsona moduan tratatuz bete nahi dut hori, erreferentzia izan eta ardurak bete nahi ditut zurea kontuan izanik.

Hainbat haziera eta heziketa eredu izan ditugu, autoritarismoa urte askoan, eta ondotik erabateko permisibitateara joan gara. Zu zeu non kokatzen zara? Zer arrisku ikusten dizkiezu aurreko bi ereduari?

Lerro zuzen bat eginez gero, mutur batean autoritarismoa jarriko genuke eta bestean, permisibitatea. Autoritarismoak botere bat erabiltzeko, bestearen gainean jartzen den botere hori erabiltzeko esaten digu; helduak daki zer dagoen ondo eta zer dagoen gaizki. Helburua garbi dauka helduak: bere ikuspuntutik haurra moldatzea edo aldatzea. Helburu horretara iristeko estrategia asko dauzka eskura: zigorrak, derrigortzea, inposatzea, mehatxua, xantaia, errudun sentiaraztea, epaitzea, etiketatzea, konparatzea... Eta horrekin guztiarekin nora iristen gara? Bi aukera daude: edo haurrak egiten du edo ez du egiten; nirearekin irteten naiz edo berearekin irteten da. Orain, nik honako arazo hau ikusten diot: haurrak hortzak garbitzen baditu nik mehatxu egin diodalako, nirearekin irten naiz, baina zer prezioan? Haurrak beldurratik, saria jasotzeko... garbitu behar ditu hortzak? Haurrak era batera edo bestera jokatzeko daukan motibazioa kanpo motibazioa denean —zigorra, saria...— bai, ados, autoritarismoak funtzionatzen du, funtzionatzea baldin bada nik momentu konkretu horretan nahi dudana lortzea. Orain, funtzionatzea deitzen baldin badiogu haurrak gauzak egitea berari irteten zaiolako, gustuz, nirea ere kontuan hartzen duelako, berak ere zentzua bilatzen diolako eta epe luzera ere horrela egiten jarraitu nahi duelako... orduan ez du funtzionatzen, zeren gaur mehatxu bat egiten badiot, bihar mehatxu handiagoa bota beharko diot, eta hau eskalada bat da.

Eta, horrez gain, funtzionatzen badu, helburua lortzen badut eta nirearekin irteten banaiz, haurra



“Guraso moduan, autoritatea garelako esan zaigu, eta uste dugu botere hori erabil dezakegula haurraren hobe beharrez”

“Gatazkan zigorra erabiltzen badut, haurra errespetatzen ez badut, eredu argi bat ari naitzaio ematen: boterea daukana bestearen gainetik jar daiteke”

errenditu egiten da, etsipen bat dago. Hori da gure seme-alabentzako nahi duguna? Gurasoei zer-nolako seme-alabak nahi dituzten galdetzen didean, gehienek esaten dute segurua, askea, irizpide propioa duena, alai, bestearekin enpatizatzen dakiena, bestea kontuan hartzen duena, errespetuduna eta abar nahi dutela. Eta, zigortzearekin, mehatxatzearekin, epaitzearekin, derrigortzearekin... haziak jartzen ari al naiz askea izan dadin, errespetuz joka dezan, besteak ere kontuan izan ditzan, seguru eta bere buruarekin konfiantzaz joka dezan? Gatazka batean zigorra erabiltzen badut, haurra errespetatzen ez badut, eredu argi bat ari naitzaio ematen: boterea daukana bestearen gainetik jar daiteke, eta zeharka, esaten ari gara, horrelako egoeretan erabil daitekeela indarkeria, derrigortu daitekeela, mehatxatu... Helduok egiten badugu, gure ereduarekin jokaera hori ari gara baimentzen. Gero ez gaitu harritu behar haurrak, bestearen gainetik jartzeko egokiera duenean, boterea era horretan erabiltzeak.

Horrela jokatu nahi ez dutenak, euren seme-alaben gainetik jarri nahi ez dutenak eta horrelako harreman bat nahi ez dutenak, batzuetan permisibitatean erortzen dira: mugarik ez, dena onartu, haurrari ez zaio ezer eskatu behar... Eta, azkenean, mendean dagoena gurasoa da; heldua izango da haurrak nahi duen guztia egingo duena.

Eta permisibitateak zer ondorio du?

Beste muturrean erortzen garenean, jokoa antzekoa da: edo zurea edo nirea; autoritarismoan nirea zen; hemen, zurea da beti. Kasketa saihestearren, umeak nahi duen guztia egiten dugu, jotzen du eta uzten zaio... Haurrak erreferentzia batzuk behar ditu, eustea behar du, segurtasuna behar du, eraikitzen ari den bide horretan bidelaguntza behar du; bestela, haurra galduta dago bidea egiteko. Eta hori ere umearentzako kaltegarria da.

Autoritarismoa eta permisibitatea ditugu marra zuzen horren bi muturretan, nirea dago batean, bestean zurea. KEB espazio berri bat sortzea eskatzen du, erdian zurea eta nirea izango dena: gurea. Aldaketa dago, *edo*-tik, *eta*-ra. Eta espazio hau sortu egin behar dugu, berria zaigu.

“Ama guztiok ari gara borrokan”

Estitxu Fernandez

Psikologo perinatala eta idazlea

Erreportaje ugarian aholkulari izan du Fernandez Hazi Hezi aldizkariak, lehen zenbakitik. **40. zenbakian elkarrizketa nagusia egin genion, Erika Lagomarekin argitaratu zuen *Mama*eme*ume** liburuaren harira.**

“Zaila da liburu ba idaztea entziklopedia bat izan behar duela dakizunean” idatzi dute Erika Lagomak eta Estitxu Fernandezek amen kontakizunak jaso dituzten liburuaren sarreran. Gauza bera gertatzen da psikologo eta komunikatzaile hau elkarrizketatzean. Faszikuluka argitaratu beharko lirateke orriak. Amatasuna eta haziera ardatz harturik, orrialde askotarako ezagutza dauka Estitxu Fernandez Maritxalarek (Lesaka, 1975).

Psikologia ikasketak egin zenituen, gero denbora luzez telebistan eta irratian aritu zara. Nolatan itzuli zinen psikologiarara eta, bereziki, psikologia perinatalaren arlora?

Amatasunaren aitzinetik ere lan egiteko modu batzuk zalantzan jartzen hasita nengoan: ordutegi luzeak; lan esparruko harremanak; nola

zaintzen dugun elkar... Bertzetik, amatasunak eragin zuen, noski. Argi neukan nola bizi nahi nituen haurdunaldia, erditzea eta erdiondo goiztiarra, eta garbi nuen 0-3a asko zainduko genuela Xumar [Altzugarai, bikotekidea] eta bion artean, amatasun baimenaz harago. Gero Lur laguntza behar zuten kondizio fisiko zehatz batzuekin jaio zen. Hiru gako horiek direla-eta, ez naiz oraindik telebistara itzuli. Zergatik bueltatu naizen psikologiarara? Ez dudalako inoiz utzi. Ni telebistan nengoan bitartean etengabe formatzen jarraitu dut; ez nekien nora nindoan zehazki formazio horrekin guztiarekin, banekien emakumetasunarekin, sexualitatearekin eta amatasunarekin zerikusia izango zuela egingo nuen bide horrek, baina ez nekien zer forma hartuko zuen. Psikologia perinatalan nire tokia topatu dut.



Psikologia klinikoan bezala, haurdun eta haziera taldeetan eskaintzen duzue bidelaguntza. Nola ikusten dituzu, lehendabizi, gurasoak?

Gure taldeetan dauden gurasoak zaintzarekin inplikaturik ikusten ditut. Amek, bereziki, haurdunaldi, erditze eta erdiondo goiztiarrean ondo zaindu nahi dute, tratu onak eman nahi dizkiete euren seme-alabei, eta, horretarako, elkar zaindu behar dutela ere ulertzen dute. Era berean, ama asko itota ikusten ditut. Bi gauzak ikusten ditut: zaindu nahi dute eta inplikatu nahi dute, baina itota daude. Euren aukeratu duten haziera-eredu hau, inplikazio handia eta elkar zaintza dituen, oso exijentea da, eta, gainera, daukagun bizi-moduak, lan esparruak, ordutegiek, malgutasun faltak eta sare faltak zaildu egiten dute haziera. Sarea eta euste emozionala behar dira haurrak hazteko; ama askok talde horietan bilatzen dute

sustengu hori, nori kontatua, epairik jaso gabe nork ulertua izatea... Dantza horretan ikusten ditut familiak.

Errespetuzko zaintzan barneratzen garenean ikusten dugu ez dela soilik umeekiko kontu bat, pertsonak elkar ulertzeaz ari gara, bestearen emozioak aintzat hartzeaz, emozioen atzean zer behar egon daitekeen ulertzeaz... Umeek eraman gaituzte egiteko modu horietara, eta zentzu horretan, umeak opari bat dira. Orain, hori gure bizitzako beste esparruetara zabaltzen saiatzen garenean oso zaila dela ikusten dugu. Kosta egiten da tratu onak zailak direlako? Egia da, gure motxila berrikusi behar dugula, ez gaudela ohituta, gizarte indarziale batean gaudelako, baina, horrez gain, daukagun sistema sozio-politikoagatik ez da erraza haurrekin eta ingurukoekin guk



“Ozenki esan behar da: gizarte honetan haurrak ez dira subjektu politiko kontsideratzen”

“Bi ikuspegiak txertatu behar ditugu. Gizarteak emakumearen erabakia lagundu behar du eta umearen beharrak babestu behar ditu”

nahiko genituzkeen tratu onetako harremanak edukitzea. Horregatik guztiagatik, familiak ez dira iristen. Nik horrela ikusten ditut. Kontzientzia badute, baina kosta egiten da. Egia da, baita ere, kontzientzia izateko, askotan, ikasketak edo ezagutza behar direla, eta gure tailerretara etortzen den jendeak ikasketak dituela eta maila sozio-ekonomiko erdi mailako bat duela... nahiz eta ikastaroak dohainik diren. Horregatik, egia da familia horiek, ez direla gizarteko errepresentazio zabal bat.

Eta haurrak? Haurren garapen psikoemotionalan aditua izanik, nola ikusten dituzu?

Inplikazioa eta kontzientzia dituen guraso horri kosta egiten bazaio haziera, pentsa hain inkontzientea den gizarte honetan nola dauden haurrak! Ozenki esan behar da: gizarte honetan haurrak ez dira subjektu politiko kontsideratzen, objektu baizik. Ez zaie inongo eskubiderik onartzen. Horrela ikusten ditut haurrak politikoki. Eta osasunaren aldetik, hain zaila dugu gurasook

zaintza! Alde batetik gure motxilagatik; baina, batez ere, gizarte ereduagatik. Eta eredu horren barruan, eskola sistema dugu, niretzat aldagai inportantea. Berez 6 urte bitarteko haurrak ez daukagu eskolatu beharrik, baina lau hilabeteekin eskolatzen ditugu. Noski, familia da eragin inportanteena, baina lau hilabeteekin eskolara eramaten baditugu haurrak, bi ekosistemak, dagoeneko, hagitz inportante bihurtzen dira: familia eta eskola.

Gurasoak itota eta ezin iritsita baldin badaude, haurrak berdin daude, orokorrean. Hala ere, haurrak helduok baino konektatuago daude bizitzarekin, bizitzarako joera handia daukate. Baina, hala ere, agresibitate handia ikusten dut batzuetan. Argi dagoena da gurasoak gehiago sostengatuko bagenitu, amak gehiago zainduko bagenitu, eta ondoren, hezkuntza sistemari buelta handi bat emango bagenio eta iraultza handi bat egingo bagenu, orduan bai, haurrak hobeto egongo lirakeela. Orain daukagun sistemaren adierazle dira haurrangan agertzen ari diren psikopatologia guztiak, hiperaktibitate hasi eta suizidioetaraino.

Kontua ez da inor errudun sentiaraztea, baizik eta ikustea bizimodu hau ez dela bizitzarekin jasagarria eta sostengarria, bizitzarekin berekin talka egiten du gure bizimoduak eta baita eskolak ere, oro har. Eta haurdunaldiaz, erditzeaz eta hazieraz ari bagara, ezin utzi osasun sistema aipatu gabe, eragin handia baitauka emakumearen osasunean eta umearen osasunean. Osasun sistemak berrikuspina behar du. Gizarte eredu hau gurasotasunari eta bizitzari bizkar emanda bizi da, etengabe oztopatzen du bizitzak behar duena, eta horrela, nola egongo gara osasuntsu?

Bereziki lantzen ari zaren arlo bat biolentzia obstetrikorena da. Biolentzia fisiko, emozional eta sinbolikoa da, bai profesionalak eta baita andreok ere normalizatua duguna. Izendatzeak, berak, lagundu egin du, ezta?

Dudarik gabe. Oraindik ere mediku batzuk kezkatzen dira izenarekin berarekin; are gehiago, beste batzuen kexua da ez dela indarkeria hori existitzen. Errespetu guztiarekin: izena badago,

gustatu ala ez gustatu, eta emakume askori balio dio berari gertatu zaiona hori dela izendatzeko, orain ulertu dute zergatik zeuden horren gaizki umea jaio eta gero, ustez dena “normal” joan eta gero eurek gaizki baitzeuden. Profesional zenbaitek esan didate beraiantzako hasieran zaila izan dela onartzea, baina zintzotasunez begiratu diotenean beren lanari, konturatu direla beren praktika batzuk ez direla egokiak, eta emakumeen aliatu bihurtu dira. Aliantza horiek garrantzitsuak dira. Indarkeria honen aurrean feminismoa —amatasunaren beste gai batzuetan ez bezala— hain garbi kokatu izana ere, niretzat, oso garrantzitsua izan da.

Gai honi buruzko informazioa zabaltzeak asko lagundu du. Dena den, informazioari buruzko zehaztapen bat ere egin nahiko nuke: informazioa lagungarria da, libreak izan nahi badugu informatuta egon behar dugu zer erabakitzen ari garen jakiteko, ados, baina ez bazaude informatuta, ez badakizu ezer eta zure haurdunaldia, dagokion bezala, lasai bizitzen ari bazara, eskubide osoa duzu zure erditzean arreta egokia jasotzeko. Zer-nolako ama izan nahi duten pentsatzea dagokie amei, baina erditzeari begira, erditzea jarraitzea eta bizitzea dagokio, “orain mina daukat, orain indarra egiteko gogoia sentitzen dut...” eta ez zaie hori egiten uzten. Konfiantza duen emakume horrek ez du zertan praktika txarrekin topatu.

Zure lan-ardatzetako bat emakumearen ahalduntzea da. Horretarako tresna eskaini zenuen Gure haurdunaldiaren jabe liburuan. Zein dira ahalduntzearen gakoa eta zein garrantzia?

Emakumeak erabaki beharko luke nola bizi nahi dituen haurdunaldia, erditzea eta 0-3 etapa; 3 urte arteko amaren gorputza oso lotua baitago umeari. Eta hor emakumeak nahi duena lehenetsi beharko litzateke. Gero, nahi badugu, hitz egin dezakegu berdintasunaz gehiago, eta agian lehenago ere bai, edo geroxeago, familia bakoitza ikusiko du. Baina nik argi daukat, lehen urtean bederen, emakumeak berak erabaki behar duela nola zaindu nahi duen. Ikuspegi feminista horri ikuspegi perinatala erantsiko nioke, hau da, umearena. Emakumeaz gain, beste subjektu bat

baitago: umea, bere beharrekin. Bi ikuspegiak txertatu behar ditugu. Emakumeak erabakitzen badu, dena delakoagatik, haurra jaio eta lau hilabetera lanean hasi behar duela, ingurukook erabaki hori lagundu egin behar dugu. Gizarteak babestu behar du. Ume hori eta bere beharrak babestu egin behar dira. Eta erabakitzen badu umea denbora gehiagoz zaindu nahi duela, berdin. Irtenbideak eman behar zaizkio. Haur eskola al da aukera bakarra? Non daude beste aukerak? Nahi dugun amatasuna bizitzeko eskubidea ez da eskubide erreal bat.

Ahalduntzearen ikuspegitik, ekarpen berri bat egin duzu, oraingoan Erika Lagoma bertsolariarekin batera: amatasunaren errelatoak jaso dituzue. Elkarrek maiatzean argitaratuko duen 'M *ama *eme *ume' liburuaren sarreran diozue, "ahal den moduan sistemari iskin egin eta eredu hegemonikoetako pitzaduretatik ateratzen diren amatasun propioak" jaso nahi izan dituzue.

“Garrantzitsua da amek aitzinetik entzutea ezetz, ez sistemak erakusten digun eredu batek ez bertzeak ez gaituela aseko”

zuela. Zergatik errelato horiek?

Erikari eta bioi ez zaizkigu interesatzen sistema erreproduzitzen duten kontakizunak. Kontakizun horiekin sistema hau –kapitalista eta heteropatriarkala, hau da, amatasunaren kontrakoa –erreproduzitzen jarraituko dugu. Kontua da hasieran geneukan hipotesia berresten ari zaigula: inor ez gaude hor, ama ia denok ari gara sistema arrakalatzeko saiatzeko, bakoitza bere modura. Amatasun biologikoaren kasuan, adibidez, geure gorputzean sentitzen ditugu mugimendu horiek. Ama guztioi egin digu gure esperientziak talka sistemarekin, momenturen batean edo bestean. Horregatik interesatzen zaizkigu arrakala horiek. Liburu honetan ama arruntak daude, batzuk errezekoagoak besteak baino. Baina eguneroko amak dira, denok ditugun dilemak eta borrokak dituztenak. Ama guztiak ari gara borrokan, eta denontzako da borroka zaila.

Sistema honek bi muturretara eramaten gaitu: edo erabat ama onberak gara eta ustez barrutik ateratzen zaigulako egiten dugu zaintza-lana eta geure burua ahazten dugu ez existitzeraino, dagoeneko ume hori delako gure bizitzaren zentroa; edo, beste muturrean, *superwomanak* gara, zaintza erabat delegatzen duena, lanera doana eta zoragarri dagoena fisikoki ere... Bi mutur horiek erakusten dizkigu, etengabe, sistema honek, telebistan, esate baterako. Gainera, esaten zaigu erraza dela ume bat izan eta aurreko bizitza berdinarekin jarraitzea, eta haurdun daudenean sinestu egiten dute haurra izan ondoren lehen bezala segituko dutela, mendira joanaz, edo sozializatuz edo lanera joanaz. Eta bertze batzuek pentsatuko dute umetxoarekin errealizatuak sentituko direla, euren burua apartamentu txiki batean negar pila bat egiten duen haur txiki batekin ikusten duten arte.

Uste dugu garrantzitsua dela amek bestelako kontakizunak ezagutzea; aitzinetik entzutea ezetz, ez sistemak erakusten digun eredu batek ez besteak ez gaituela aseko. Eta horrez gain, funtsezkoa ikusten genuen amei hitza ematea; ez dezala beste inork hitz egin gure ordean.

iRRRIA

Etxeko txikienen artean irakurzaletasuna, sormena eta ahazkotasuna sustatzeko

ipuinak, komikiak, zientziako infografiak, denbora-pasak, jolasak, eskulanak



Egin iRRRIAren harpidetza, eta balaitu gure eskaintza berezia: 10 €-ko bonoa Elkar dendetan erabilizeko

URTEAN 53 euro!

HARPIDETZA EGITEKO AUKERAK:

- Telefonoa: 943 30 43 32 zantziakira deituz
- harpidetza@inmenlogunak.eus helbidera idatziz
- www.irria.eus/harpidetza-n-izan-emanaz

Orain, www.irria.eus-en topatuko dituzu iRRRIAren edukiak eta euskamiak!



iRRRIAren JOLASUNAK

“Zalantzak edukitzea sanoagoa da ez edukitzea baino”

Izar Arregi

Psikologoa eta familia terapeuta

Alerik ale, arreta berezia eskaini diogu nerabezeroari **Hazi Hezi** aldizkarian eta Izar Arregi psikologoa izan dugu kezkak argitzeko erreferentzia nagusia. **47. zenbakian elkarrizketa egin genion.**

“Psikologoarenera joateko beharra duzu” esan ordez, “merezi duzu”, esaten du Izar Arregik. Bitizan dauzkagun hainbat egoeraren aurrean, “indartsuago izateko lagungarri den emozio lan-keta” proposatzen du Arregik. Psikologo klinikoa eta familia terapeuta da, nerabezeroan aditua. Azkoitian dauka kontsulta, baina “justizia soziala bilatzeko” daukan behar horretan, “kirrinka” egiten dio terapia “aberatsentzako kontua” izateak, eta bai **Hazi Hezin** eta baita beste hedabide batzuetan ere, dibulgazio lanetan kolaboratu izan du.

Nerabeekin hasten zara eskuarki lanean. Nerabeen kasuan, zein dira psikologoarenera joateko arrazoiak?

Nahiz eta nerabeak lagunen gairen batengatik, elikadura nahasmenduengatik, tristuragatik,

konplexuengatik edo intseguritateengatik etorri, normalean nire kontsultara etortzen diren nerabe gehienak gurasoengatik etortzen zaizkit. Gehienetan atzetik familia historia bat egoten da. Gurasoak banatzen ari dira, eta horrek seme-alabari desidealizazio bat dakarkio eta ezin kudeatu dabil, edo oso gogorra egiten zaio gurasoa beste bikote batekin ikustea; edo gurasoak borrokan dabilta eta epaitegira joan-etorrian dabilta eta nerabea gaizki dago; edo gurasoa hil zaiolako emozioak ezin kudeatu dabil... Gurasoekiko indibiduoazio-prozesu hori gauzatzeko zailtasunak izaten dituzte nerabeek askotan.

Nerabezeroan autoestimua eta autokontzeptua oso ongi zaindu beharreko elementuak dira. Hala egin ezean, zailtasunak areagotzen al dira? Nerabeak etengabe ari dira euren buruari galde-



tzen “nor naiz ni?” eta “zenbat balio dut?”. “Zenbat balio dut lagun gisa, alaba gisa, matematiketan, futbolerako?”. Eta, “zer nahi dut?”. Ondo barneratu behar dute gauza desberdinak direla gaitasunak izatea eta izatea bera. Nerabea ez da egiten duen hori soilik, ez nerabea eta ezta pertsona ere. Joango dira euren bidea topatzen, eta lasaitasun mezua eman behar zaie. Zer naizen ni eta zenbat balio dudana, neuk 47 urterekin ez badakit, normala izango ez da ba nerabe batek 17rekin ez jakitea! Lasaitze horrekin angustia gabe hasiko dira bidea topatzen. Bestela, beldurrez eta antsietatez esploratuko dute nerabezeroa. Identitate krisia nerabezeroako ezaugarria da; baita indibiduoazio-prozesua ere, eta hirugarrenik, lagunen garrantzia nabarmenduko nuke.

Zenbateraino dira horiek nerabezeroaren ezau-

garri eta zenbateraino nerabearen arazo?

Ebolutiboak diren ezaugarriak patologizatzeko arriskua ikusten dut. Intentsitatea begiratu behar diogu, baina esan bezala, nerabezeroako ezaugarria da krisia, baita konplexuak edukitzea ere. Konplexurik gabeko nerabe bat ez da nerabe bat; zalantzak edukitzea sanoagoa da ez edukitzea baino; gurasoak zalantzan jartzea ere sanoa da. Gurasoengandik aldentzeko talka egin behar dute nerabeek eta aldentzeko gustuko ez duten zerbait ikusi behar dute gurasoengan. Talka hori egotea sanoa da eta normala da; ez egotea baino sanoagoa da.

Batzuetan egoera okertu egiten zaigu... jarrera desegokiak edo arrisku handiko jarrerak hartzen dituzte nerabeek...

Nire maisu batek beti adibide hau jartzen zuen:



“Nerabegaroko ezaugarria da krisia, baita konplexuak edukitzea ere. Konplexurik gabeko nerabe bat ez da nerabe bat; zalantzak edukitzea sanoagoa da ez edukitzea baino”

“Onarpen begirada eta haurraren sinesten dugula transmititu behar diogu, baldintzarik gabeko maitasunarekin batera”

guraso batek lana ongi egin arren, baratzea ongi landu eta ereindakoa zaindu arren, gerta daiteke izozte baten ondorioz uzta bertan behera geratzea; baina oso desberdina da baratze bat txingorarekin edo izozte batekin izorratzea edo belar txarrekin eta landatu gabe eta zaindu gabe egotea. Alegia, nerabegarokan beti daude arrisku batzuk, batik bat komenigarria ez den laguna edo bikotea topatzen badute, eta norbere eboluzioan oinarria ona izan arren, beharbada gorabehera zail batzuk gerta daitezke, baina probabilitatea eta pronostikoa hobetzeko eta bere identitatean aurrera joateko, familia giro eta balore lanketa egokia izan dituenak askoz aukera handiagoa dauka aurrera ondo ateratzeko.

Lehendabiziko 7 urteak bereziki ongi zaindu beharrekoak direla esaten du Psikologiak, hor ezartzen baitira pertsonaren zutabeak. Zuk nerabegarokan hartzen dituzu pertsona horiek, baina lehen haurtzarokan zer zaindu beharko genuke baratzean ez daitezen belar txarrak hazi?

Batik bat norbere buruaren lanketa zaindu beharko litzateke. Guraso gisa, afektua eta baldintzarik gabeko onarpena eskaini behar dizkiogu seme-alabari: onarpen begirada eta haurraren sinesten dugula transmititu behar diogu, baldintzarik gabeko maitasunarekin batera.

Askotan gertatzen da, ordea, gurasoa horretaz guztiaz jabetzen denean, errudun sentitzen dela. Autoexigenteak diren guraso horiek, heziketaz asko arduratzen direnek, euren buruak birrintzen dituzte gisa horretako informazioa jasotzen dutenean, edo hitzaldietara joaten direnean; are okerrago sentitzen dira, militantzia eta entrega handiagoa izan behar dutela pentsatzen dute. Eta beharbada ez, beharbada haurrek ikusi behar dutena da gurasoa ere ez dela perfektua. Badaude guraso batzuk, segun zer lanketa egin duten, dena umeari begira egiten dutenak, eta dena umearen beharren arabera egiten dutenak... Niri horrek zalantzak sortzen dizkit.

Baina, hala ere, hori ez da gehiengo. Gizarte honetan haurrak erdigunean jartzea eta haien heziketari halako garrantzia ematea orokorra ote da?

Ez, inolaz ere ez; baina heziketari buruzko aldizkariak irakurtzen dituztenek eta guregana etortzen direnek hala bizi dute. Horregatik, nik uste dut informazio hori guztia, hain zuzen ere, informaziorik batere ez daukaten pertsonak behar dutela. Psikologoaren artean esaten dugu, atetik sartzen diren pertsonak % 50a eginda daukatela psikologoarenera joate hutsarekin: kontsultara etortzen denak esperantza dauka, bestela ez da etortzen eta zerbait egiteko prest dago; eta hirugarrenik, bere buruari opa dio gauzak aldatzea.

Haurren eta nerabeen depresio arazoak, segurtasun faltak, bullying arazoak... ugaritzen ari direla diote datuek. Zergatik ote da?

Estatistika guztiak gora eta gora eta gora eta gora doaz. Psikologo guztiak gainezka gaude. Nerabeetan ikaragarri igo da eskaera. Askok ikusten ditugu depresioak eta jokabide inpulsiboak, adibidez, norbere buruari min ematea edo dena ja-jaja! berehala nahi izate hori... Gizarte eredu honen gaitzak dira, mugikorraren bueltan eta “salba

dadila ahal duena” moduan bizitzeak dakartzen arazoak dira. Komunitatearen babesa galtzen ari gara; talde txikiak eskaintzen duen pertenezia sentimendu hori galtzen ari da eta oso beharrezkoa eta lagungarria da, bereziki nerabeentzat: “Nire gurasoak gaizki daude, baina zureak ere bai eta harenak ere bai eta denok gaude elkarrekin; aspertuta baina elkarrekin”. Aldiz, sare sozialetan agertzen den “beti pozik” jarrera hori mingarria da nerabeentzako. Nerabeak benetan min ematen diona ez da bere herriko festetan gaizki pasatu izana; min ematen diona da 15 urterekin bera bakarrik dela herriko festetan gaizki pasatu duena, denek *Instara* igotako argazkietan ondo pasatu dutela erakusten dutelako.

Sare sozialek hainbeste eragiten al diete nerabeei?

Izugarrizko eragina dauka nerabeengan. Elikadura nahasteak jaitsita zeuden azken denboraldian, eta berriro ikaragarri igo dira sare sozialen eraginez lau-bost urteetan. Lehen anorexia kasu asko ikusten genituen, baina orain, horrez gain, gorputzaren kultura ikaragarri igo da, baita mutilen artean ere; gorputzaren eta indarraren idealizazioa ari gara ikusten nerabeen artean.

Mugikorraren beste arrisku bat bat-batekotasuna da. “Dei galdua egin dizut eta ez didazu erantzun; *snatch* bat bidali dizut, ez al didazu erantzun behar?”. Gaur egun nerabeek ezin dute itxoin, ez dakite zain egoten, dena berehala behar dute, eta bizitza ez da horrela. Egin dugun gizarte honetan, haurrek beharra izan baino lehenago gurasoak aurreratu egin gara eta benetako beharra baino lehenago eman diegu oraindik behar ez duten hori guztia. Intentzio onenarekin egin badugu ere, ez da ona haurrentzat. Gaur egun haurrek eta nerabeek ez dute daukatena apreziatzen. Surfean hastea pentsatzen ari da seme-alaba eta, ikastaroa egin aurretik, gurasoak dagoeneko zer taula eta zer neopreno erosiko dizkiogun begiratzen ari gara. Horrela gauzek balioa galtzen dute. Xoxoteko gailurrera oinez edo autoz igo gaitezke eta handik ikusiko dugun ikuspegia eta hartuko dugun salda berdina izango dira, baina oinez igota edo autoz igota, sentsazioa desberdina izango da.



Bernardo Atxaga

Idazlea

Haurren mundutik gertu sumatzen da literaturaren maisua, bai haur literaturan bidegile izan delako, bai haurren kontutzat hartu ohi den fantasia helduen literaturara eraman duelako. **19. alean elkarrizketatu genuen.**

“Sortzea alaitasunarekin eta bizipozarekin lotzen dut, hori da arteak ematen dizuna”



Poesia barruan daramagun haurren azalpena omen, eta hurrei poesia, literatura, erruz eskaini die Bernardo Atxaga idazleak (Asteasu, 1951). 20 liburutik gora argitaratu ditu hurrei eta gazteei zuzenduak, eta horien imaginarioa elikatzeke hamaika pertsonaia eta abentura sortu. Jabier Muguruzarekin haurrentzako disko bat argitaratu berrian elkarrizketatu zuen **Hazi Hezik**.

Haurren munduarekiko gertu sumatzen zaitugu idazle gisa. Batetik, haur literatura asko jorratu duzulako zure ibilbidean, hastapenetik. Eta, bestetik, helduen literatura jorratu duzunean ere, oso presente ikusten delako haurren mundu ikuskeraren ezaugarritzat jo ohi den fantasiaren presentzia. Identifikatua sentitzen zara mundu ikuskera horrekin?

Nire kasuan, horretan bi aldeak eragiten dute. Batetik, gaur egun benetan sinesten dut, poesia, eta poeta, barruan segitzen duen ume baten azalpena dela. Poesiaren muina erabat lotzen dut haurrekin. Gero dago teknika, metodoa, kultura... baina ernamuina da zerbait haurrena, lotura hertsia ikusten dut. Eta ikusten dudanean poesia han eta hemen, William Blake, Emily Dickinson edo Bertolt Brecht bera... aurreneko erreakzioa haur batena bezalakoa da.

Nire poesiarako joera, sortzea, izaera bera, nik lotzen dut haurra nintzela elizan latinez entzuten nituen kanta eta mantrekin: erdizka ulertzen duzun sekuentzia hori; zeinu bat erdi betea dagoena, ia hutsa dagoena, eta orduan zuk bete egiten duzuna... Hor kadentzia batzuk eta inpresio batzuk jaso nituen, eta horrekin lotzen dut ahalmen poetikoa, eta zerikusirik ez du fedearrekin, ez bainaiz katolikoa. Baina emozio bera sentitzen dut poesia batek asmatzen duenean, edo ikusten dut poesia batek beste batengan emozio hori bera sor dezakeela. Umetan, fisika, dimentsioak, ez dira gauza berbera, hizkuntza ez da gauza berbera... dena da desberdina, zure burua beste buru mota bat da. Ustekabeak,

sorpresak, edo, hobeto esanda, filosofian hain garrantzitsua den harridurak, ohea egiten du zugan, zerbait uzten du, eta gero hori zure dinamoa, zure motorra izango da. Errealitatearekin talka horrek, ematen duen sorpresa horrek, errealitatearekiko finezia bat ematen du.

Beste aldetik, herri tradizioetik dator fantasiaren presentzia hori nire lanetan; bizi ere hori bizi izan dudalako. Sortu bazara toki batean non esaten dizuten “andre hori gauetan katu bihurtzen da”; edo sugea sartu zaiola bati buruan eta barrutik jan duela... Nire fantasiaren erabilera tradizio batetik abiatuta izan da, eta pentsatuz baita ere ezin dela hitz egin Euskal Herriaz tradizio hori ez baduzu aintzat hartzen, nik ezagutu dudana Euskal Herriaz behintzat. Gero Bilboko Somera kalean bizi izan naiz eta beste errealitate bat ezagutu dut, eta hitz egin dut beste nobela batzuetan horretaz agian, baina ez *Obabakoak*-en edo, *Bi Anai*-n. Azken hori da horretan niretzat libururik garbiena, zeren eta garai bateko animalien fabula bat bezala kontatzen da.

Hain zuzen, *Bi Anai*-n animaliak pertsonaien ahots edo mintzo bezala agertzen dira, animaliak alter ego bilakatuta-edo. *Behi euskaldun baten memoriak*-en animalia protagonista ere bilakatzen duzu... Animalien errekurtsio hori haur literaturan oso erabilia izan da eta hurrek oso ondo menderatzen duten hizkuntza bat da. Eta zuk helduengana ekarri duzu hori.

Zuk kontatzen diozu herri tradizioko ipuin bat ume bati eta berarentzako balitz bezala hartzen du. Badaukatelako, nahi baduzu, soiltasun bat, plastizitate bat... eta gero, esango nuke, ia-ia estrabagantzia bat daukate, oso erakargarria dena. Kasu horretan umearen mundua eta herri tradizioko mundua parekatu daitezke.

Eta helduekin?

Helduentzat egiten duzunean hori azpian dago; *Bi Anai*-n oso nabarmena da. Baina egiten duzun



joko bat, tresneria horrekin beste zerbait kontatzen duzu, istorio fatal bat kontatzen duzu. Niretzat zenbat eta garbiagoa edo soilagoa izan kontatzeko modua, hobeto. Hala pentsatzen dut, nire lema izaten da forma aldetik zenbat eta soilago, eta nahi baduzu infantilago, eta edukia- ren aldetik ahal den sakonena. Orain poema bat egin dut, argitaratzekotan nabilen poema liburu baterako, eta esaten dut katu zaharrak halako batean hasten direla pentsatzen, egia ote den kondaira horrek dioena, katuak zazpi bizialdi dituela. Oso esaldi sinplea da, baina atzean dagoena oso sakona da, nire ustez. Konturatzea halako batean, arrisku baten aurrean, urteak aurrera doazen ahala, eta sortzea ez sinetsi nahi bat bakarrik, halako ipuin bat, buloaren antzeko zerbait.

Zuk zeuk, haur zinela, nolako harremana izan zenuen literaturarekin? Irakurle porrokatu hauetakoa zinen?

Bai, irakurle handia izan nintzen. Esatera baterako, oso ondo gogoratzen naiz Pio Baroja irakurri

nuela 15 urte bete baino lehen, eta Dostoievski ere bai. Andoainen bizi ginen orduan, eta niretzako funtsezkoa izan zen hori; hau da, Asteasutik Andoinera pasatzea, non liburutegi bat zegoen. Asteasun irakurle handia nintzen baina ez neukan zer... Komikiak irakurri nituen pila bat. Baina Andoaingo liburutegian sartu eta han 5.000 liburu zeuden... niretzako gauza handi bat izan zen. Beraz, zuzen esanda, haur garaian niretzako komikiak izan ziren irakurketa. Eta zuzenean pasa nintzen Dostoievskiren *Krimena eta zigorra (Prestupléníye i nakazániye)* eta Pio Barojaren *Zalacain abenturazalea (Zalacain el aventurero)* irakurtzera.

Irakurzaletasun hori lagungarria izango zen ondoren sormenera jauzia emateko.

Bai, zure buruan patroiak barneratzen zoaz eta zuk horren gainean idazten duzu; oso garbi dago, imitatzen duzu. Esate baterako, gogoratzen ditut irakurri nituen lehen poesiak Gabriel Celayarenak zirela, *Canto en lo mío* pasa zidan norbaitek. Beraz, nik egindako lehen poesiak Gabriel Celayarenak bezalakoak ziren pixka bat. Apurka bazoaz barneratzen hori eta zure bizitzarekin nahasten. Beti esaten da zein inportantea den irakurtzea, baina hori ere herentzia katolikoa da: zein inportantea den zintzoa izatea, baina gero ez naiz zintzo. Oso tarte handia dago beti praktikatik teoriara, hipokresia dago honetan ere. Jendeak esaten du zeinen inportantea den irakurtzea, baina aurpegira begiratzen diozu eta badakizu gezurretan ari dela, edo behintzat halako sasi-kontzientzia batekin; ez du benetan hartzen, behar den bezala. Modu literalean, oso inportantea da irakurtzea. Kontua da batzuk ez direla konturatzen ze inportantea den ez delako momentuan ikusten. Zaude 20 urte eta ikusiko duzu pertsona horrek ze konbertsazio daukan. Barruan eginiko prozesu hori bakarrik hitz egitean eta arrazonatzean antzematen da.

Gaur egun bestelako baliabideek, teknologikoek, haurrengan hizkuntza digitala hedatu dute. Informazioa berehalakoa izatera ohitu

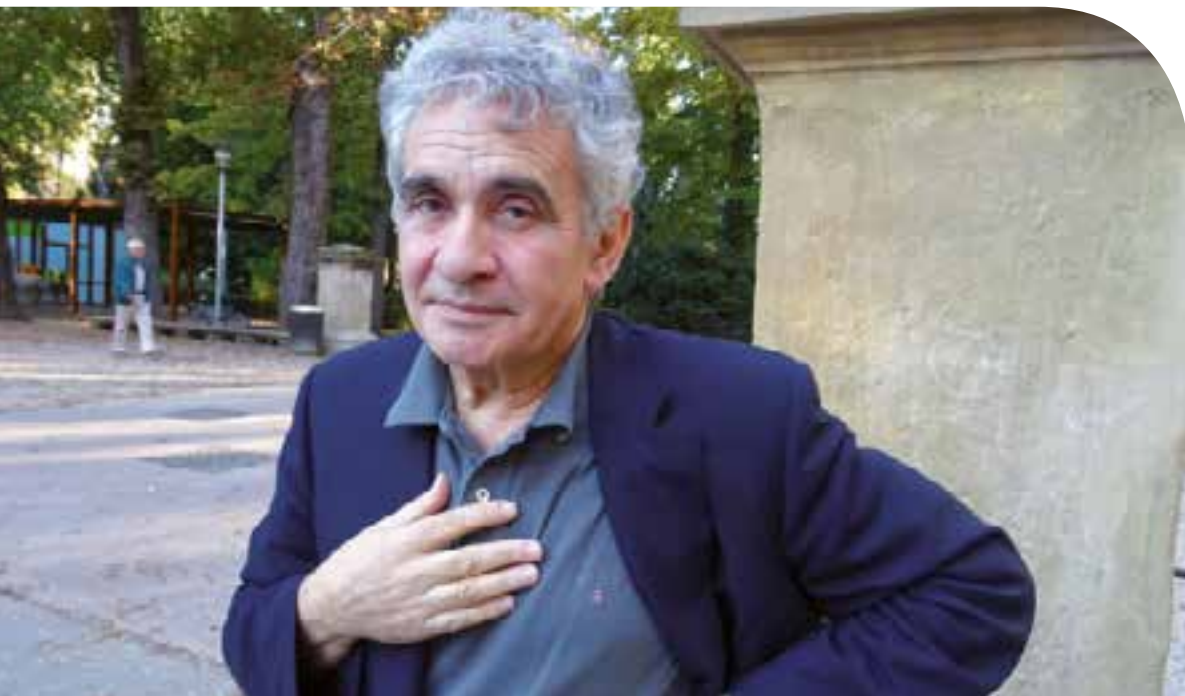
dira, oso gainera irakurtzera, eta informazio motza izaten da, sakontasun handirik gabekoa, bistazo batean irakurtzekoa. Irakurketak eskatzen duen patxada horretarako ez dago ohiturarik. Sormen literario hori nola sustatu gaur egungo parametroetan?

Nik uste dut beti egongo dela gutxiengo bat, eta idazleak ere gutxiengo horretatik sortuko dira. Agian lehen ere halaxe zen. Dena dela, nola lagundu gizarte honetako umeei, azkenean pertsonari, jarrera edo ahalmen sortzaile bat izaten? Sortzea alaitasunarekin eta bizipozarekin lotzen dut nik beti, eta uste dut arteak ematen duena, hain zuzen hori dela. Alaitasuna diot, ez dut esaten poxa, baizik eta alaitasuna zentzurik sakonenean, alegia, bizitzaren zabalatasuna ulertzen eta sentitzen laguntzen duelako. Zabalatasun horrek eta, horretaz ohartzeak, sufrimendua ere ekar dezake, baina pertsonari joera bat ematen dio, eta hori gero arte obra batean gauzatzen bada, horrek beti alaitasuna ematen du. Museo batera joatean naizenean, edo musika entzuten dudanean, edo Barojaren obra bat irakurtzean... esaten dut "ze ondo, ze alaitasuna, ze poza, nola ikusten dudun mundua Barojaren bidez!".

Orduan, jarrera edo ahalmen sortzaile hori helburutzat hartuta, badaude bi baldintza, nire ustez. Batetik, ikasten da sortzaile izaten idazten ikasten den bezala, edo hobeto esanda, kaligrafia ikasten den bezala. Hasten zara kopiatzen letrak, eta segitzen duzu eta ikasten duzu letrak egiten, eta, halako batean, letrak zureganatzen hasten zara, eta zure egiten dituzu. Pintoreek ere hori egiten dute, beste modu batera: hasten dira kopiatzen eta alfabeto bat ikastea bezala da, kasu horretan piktorikoa, eta apurka-apurka hori bereganatu egiten dute eta beren nortasunaren ezaugarri bihurtzen da. Beraz, alde batetik, umeak zer egin behar du sortzaile izatea nahi badugu? Entzun dezala musika, irakur dezala literatura, poesia, edo nahi dena; egin dezatela praktika bat horrekin, eta hala, bere alfabeto ikasi. Hori da niretzat kaligrafia egitea. Eta gero bigarren baldintza da funtsezkoena:

“

Sortzaile izaten ikasten da kaligrafia ikasten den bezala: hasten zara kopiatzen, gero ikasten duzu letrak egiten, eta, halako batean zeureganatzen hasten zara



denbora. Hori dena denborarekin egin behar da. Ez bada denborarekin egiten, ez badago halako hustasun sentazio bat... Gure hezkuntzan izan dugun gauzarik onena, Asteasuko eskolan, denbora izan da. Maisu bat adin desberdineko 40 umerentzat, eta guk dena lasai egiten genuen. Eta urte batzuetan, ez zegoela maisurik Asteasun, eta Zizurkileko eskolara joaten ginen bizikletan, eta beno, agian nire espiritua hantxe formatu zen. Lasai-lasai joaten ginen, ez genuen presarik, halako batean sartzen ginen eskolan... Orain ere konturatzen naiz, sortzerakoan: ari zara ekinean, eta ezin; egun batean gelditzen zara, eta autobus batean zoaz, edo etxean zaudete, eta ttak, sentitzen duzu, 'hura egin nahi det'. Beraz, nire ustez, denborarena funtsezkoa da, eta hori da gizarte honek okerren kudeatzen duen materia. Azkar baino, erritmo gaiztoan bizi gara. Agian erritmo horrek balio du asko beste ekintza batzuetarako, baina ideien konturako, sormenerako, poz hori eta alaitasun hori sentitzeko... horretarako ez. Eta eskolak nolabait hori gozatu behar du.

Horrekin, lotuta, literatura balio handiko gizatasun tresna bezala definitu izan duzu. Zure ustez haur literaturak balio hezitzaileak transmititzeko funtzioa izan behar du? Zuk balio hori eman izan diozu? Edo gozamen da helburu nagusia?

Helburu nagusi horietara, ezin zara zuzenean joan. Helburu bat markatu eta iritsiko zarela uste izatea, hori kimera bat da. Idazteak teknika bat du, eta arau batzuk daude: hizkuntza bat ikasi behar duzu, hizkuntza teknikoa, helburu horretara iristeko modu bat. Esate baterako, haur literaturan, Paul Valéryk esan bezala, mezua egon behar du, balio transmisioa egon behar du, baina egon behar du, esango nuke, substantzia elikatzailea sagarrean dagoen bezala. Valéryk esaten du, "zuk sagarra jaten duzu, eta ez dakizu non dagoen elikagarria, zuk jaten duzu goxoa dagoelako; baina barruan, ikusezin, hor dago substantzia, hor daude mineralak, eta horiek dira elikatzen zaituztenak". Testu bat egin behar duzu umeak pozik eta gustura irakurriko duena; bakoitzak bere modura, eta oso poz des-

“

Haur literaturan egon behar da mezua, egon behar da balioen transmisioa, baina egon behar da ere substantzia elikatzailea, sagarrean dagoen bezala

berdinak egon daitezke. Baina mezua gordinki ematen duten liburu horiek, *Gurasoak banatu egin dira* eta horrelakoak... horiek niretzako ez dute zerikusirik ari garen lanekin, suzedaneok dira, ordezeko badaezpadaok. Horrelako liburuak, mezua zuzenean eman nahi dutenak, azken batean estereotipoaren transmisoreak dira. Horrelakoak emango nizkioke umeari, agian, psikologoak esaten baldin badit. Baina ez gara ari sendaketa bati buruz, baizik eta eguneroko bizitzaz eta eguneroko literaturari buruz.

Eta zeu zergatik hasi zinen haur literatura lantzen? Substantzi edo balio batzuk emateko kezka bazenuen?

Idazle batek pentsatzea "zer arazo dago, eta horri buruz idatzi behar dut", hori, nire ustez, idazle suzedaneo bat da; hori ez da idazlea, horrek zer ikusirik ez dauka sortzaile batekin. Nire kasuan esango dizut zergatik hasi nintzen idazten. Oso zehatza da eta egia borobila, eta askotan aipatu dut hau beste idazle batzuekin, eta haiek ere oso antzeko gauzak kontatzen dituzte. Inauteriak zetozen eta Bilbon ospatzekoak ziren. Ni Somera kalean bizi nintzen eta ondoan bizi zen Juan Carlos Eguillor marrazkilari eta umore gizon handia, oso gizon bangoardista. Eta orduan, berak galdetu zidan, "ze txantxo, ze moztro jan-

tziko duk?". Pasa zen baserritar bat ondotik, bizkaitar andre bat, eta bururatu zitzaidan eta esan nion "ba ni jantziko nauk baserritar gona, pinpor txurikoarekin, eta gero, horren gainean jarriko diat parakidas bat, eta betaurreko batzuk abiadorearenak". Bera egundoko barreak egiten hasi zen eta "oso ondo, hori egin behar diagu!", esan zidan. Gero etorri ziren festak eta egia esan ez hala batera festazalea eta burutik pasa ere ez hala ateratzea, eta ez bestela ere. Baina Juan Carlosek esan zidan, "lehengoan esan zenuen pertsonaia horrekin zergatik ez dugu ipuin bat egiten?". Izan ere, bera ordurako nahiko ezaguna zen marrazkilari moduan. "Ze izen jarriko diogu?", galdetu zidan, eta garai hartan katarroa zela eta *Vips vaporub* botika jartzen ari nintzen eta esan nion "Nikolas Bix Baporux". Ordukoan ere barrez hartu zuen, eta esan zidan, "ba hasi idazten". Eta hortik atera zen *Nikolasaren abenturak eta kalenturak*, hori izan zen prozesua. Orduan, nik zergatik idatzi nuen haurrentzat? Eguillorren izpirituak zerikusi handia izan zuen. Berak esaten zuen gure obligazioa zela mundu aldi honetan pedanteen, umore txarrekoen eta kursien aurka borroka egitea. Izpiritu horrekin eta umorezko zerbait egin nahian sortu nuen, eta seguru zuk dituzun baloreak hor doazela: protagonista emakumezko bat da, baserritarra baina hegazkina dauka... esan nahi nizuke atzean badagoela zerbait. Baina hori ez da lehen helburua, horrela ez da idazten. Hori da soziologo bat erredakzioak idazten.

Historian barrena, eztabaida handia egon zen, Rousseuren garaian eta, umeen literaturan hobetsi behar da fantasia, edo bakarrik pedagogia? Beti egon da borroka hori, fantasia edo pedagogia. Agian ipuin pedagogikoak ondo daude eskolan zerbait ikasteko. Baina, beste maila bati buruz ari gara, pertsonaren mentalitatea eta, beraz, espiritua ari gara zabaltzen, eta horrek sortze purua izan behar du. Poesian aurkitzen dena, eta hori da transmititzen dena. Nik uste dut ez dela beste modurik, nik horrela bizi dut.



Uxue Apaolaza
Idazlea

Euskadi Sarien B alde

Ibuprofenoa, Bisolvon, parasetamola eta Strepsils gozokiak berokiaren poltsikoan, ezpainetakoarekin batera, Euskadi Sarien banaketa ekitaldian. Pilulak hartu ahal izateko bazkaldu, eta hiru orduko siesta zutik egon ahal izateko: haurra amona-aitonekin. Aurretik, goizean goiz jaiki ekitaldian esan behar nituenak idazteko, eta epaitegira haurraren zaintza osoa niri emango zidan “akordioa” sinatzera. Haurra izan zen gaixotzen lehena, aita, ahizpa eta ni atzetik. Ez zen amatxo ikustera etorri, hainbeste gustatu zitzaion soineko arroxaz jantzita. Antzerkia amaitu eta afaltzera joan ginenean, ondoan nuen lagunari eskatu nion konortea galdu aurretik, “eraman nazazu etxera”.

Elkarrizketetara, bestelako hitzorduetara justu edo bi minutuko atzerapenez iristen naiz, ezer prestatu gabe, desastre. Durango azokara joateko gurasoen etxera eraman nuen umea bezperan, itzuleran ohean bisitatu nuen, eta han utzi, hurrengo goizean elkarrizketa bat egiteko. Larunbatean ere Durangora, sariakin lotutako hitzordu batera, garraio publikoetan. Itzulitakoan umea hartu eta *Kriptako Istorioak* jarri nizkion, Youtuben, nik, ez berak, siestatxo bat egiteko.

Eta korapilo hau sabelaren ahoan. Guraso izatea erabaki genuenean, beste gauza batzuk ere izateko asmoa nuen. Asmoa eta obligazioa, noski, ez bainaiz aristokrata. Heterosexualitate matxistak gurasotasunetik atera eta kolpetik eraman nau amatasunera. Eta orain zer. Agintariak diru-laguntzak agindu dituzte haurrak zaintzeko norbait

kontratatzeko. Hori da soluzioa gurasotasuna bizitzarekin uztargarri egiteko, emakume zuriak bizitzatxo bat edukitzea erabaki dutenetik. Klase ertaina esplotatzaile ertain.

“Zer eragin du horrelako sari batek idazle baten karreraren?”, “Sariak gehiago idaztera animatuko zaitu?”... Eta korapiloa estutzen zait. Nola, bakarrik uzten bagaituzte haur bati eskutik helduta? Derrama baten zati bat ordaintzeko da saria. Eta amai dadila lehenbailehen haren aztarna, mesedez, ez daukat denborarik. Lana, lana eta behar ditudan baliabideak biltzeko lan gehiago. Hori da aurretik dudana. Eta eskutik helduta “orain nirekin bakarrik” agintzen didan ume bat.

Eta Yerayrekin, bakarka, kezka zientifikoak argitu ditugu, metafisikoak, emozionalak... Nire kumea umoretsua da, indartsua, sentibera. Inor ez da bera bezain interesgarria. Inork ez ditu ematen bereak bezalako besarkadak. Urdaileko korapilorik ez, pakete bat balitz bezala berriro entregatu arte. Ama izateaz gain, izan nahi dut beste gauza batzuk ere, noski; nahi dut irakurri, dantzatu, idatzi, ligatu (zer zen hori), filmak ikusi, lagunekin egon... Baina guraso bakar bilakatzen zarenean mesede guztiak lanerako dira. Edo Euskadi Sarirako. Eta beste guztia izan ahaliko nuke, zera falta ez balitzait: ama izateko denbora. Ama ere izan nahi baitut. Kapitalismo matxista da, ez amatasuna, urdaila korapilatzen didana.

**Hazi Heziren 43. zenbakian argiratua*