

ETXERAKO HEZIKETA ALDIZKARIA 5. ZENBAKIA

# Hazi Hezi



GAIA:

**Jolasa oso kontu serioa da**

ELKARRIZKETA: CARMEN MAGANTO  
**"Haurren zaintza da prebentziorik onena"**

EZTABAIDAGAI

**Etxean heztea**

# OPORRETAKO KOADERNOAK

Udan ondo pasatzen jarraitu



ikasekar

[www.ikasekar.com](http://www.ikasekar.com)

## Haurtzaroa zaintzea bizitza osasuntsu baten abiapuntua da

**C**armen Maganto Mateo, Psikologian doktorearen hitzak dira honako hauek, **Hazi Heziren** 5. zenbaki honetako elkarrizketa nagusian jaso ditugunak: "Gurasoek hazierako lehen zaintza kalitatezkoak eskaintzen dituztenean —babesa, es-finterren kontrolatzea, elikadura, jolasa...—, emozio positiboak sortzen dituzte haurraren eta, ondorioz, honek segurtasun eta konfiantza handiago izango du bere buruarengan eta baita ondokoengan ere". Haurtzaroko bizipenek pertsonaren eraikuntzan arrasto handia uzten dutela dio irakasleak. Alabaina, haurtzaroak teorian duen garrantziaren eta praktikan ematen zaion trataeraren artean kontraesana aurkitzen du EHUko irakasleak. Guraso asko eta asko "absente" ikusten ditu, estresaturik, eta nekaturik euren seme-alabez arduratzeko.

Haurraren ongizaterako ekintza ezinbesteko gisa aipatzen du Magantok jolasa. Eta olgeta izan da, hain zuzen ere, esku artean duzun aldizkari honetako gai nagusia. Zaila da haur batek jolasten ari denean sentitzen, ikasten eta gozatzen duena neurtzea. Baina, beste behin ere teoriaren eta praktikaren arteko kontraesanarekin egin dugu topo: teorian aitortzen zaio jolasak haurraren bizitzan —eta haren garapenean— duen garrantzia, baina praktikan espazioa eta denbora kentzen zaio haurraren jolasari.

Ez da aterabide errazeko korapiloa. Baliabideak (besteak beste laguntza ekonomikoa) urriak dira, gainera. Baina jabetzea teoriatik praktikarako bidea koherenteago egiteko lehen urratsa da. Eta horixe nahiko luke izan **Hazi Heziren** egitekoetako bat, hazieraz hausnartzeko tarte bat irekitzea, teoriatik praktikara bitarteko zuloak azaltzea eta, ahal den neurrian, betetzeko baliabideak ematea.

# 10

## **Koordinatzaileak**

Joxe Mari AUZMENDI  
Ainara GOROSTITZU

## **Idazkaritza**

Uxue UGARTEMENDIA

## **Erredakzio-taldea**

Nerea AGIRRE  
Kontxi AIZARNA  
Mila APEZETXEA  
Ainhoa AZPIROZ  
Jon ESKISABEL  
Izarn GARMENDIA  
Eli LABURU  
Iñigo LARRAÑAGA  
Aritz LARRETA  
Josi OIARBIDE  
Josu TXAPARTEGI  
Arantxa URBE  
Ankelo USOBIAGA

## **Kolaboratzaileak**

Aitziber ESTONBA  
Nerea ETXAIDE  
Libe GARMENDIA  
Izaskun GUARROTXENA  
Nerea MENDIZABAL  
Alex MUELA  
Mariaje SARRIONANDIA

## **Aholkulariak**

Joxe AMIAMA  
Miren CAMISON  
Malu ELOSEGI  
Carmen FERRO  
Joxe Ramon MAUDUIT  
MEITAI-MAITIE  
Mariaje URANGA  
Amaia VAZQUEZ

## **Argazkiak**

Hazi Hezi  
Jaione Azpiroz  
Kontxi Aizarna

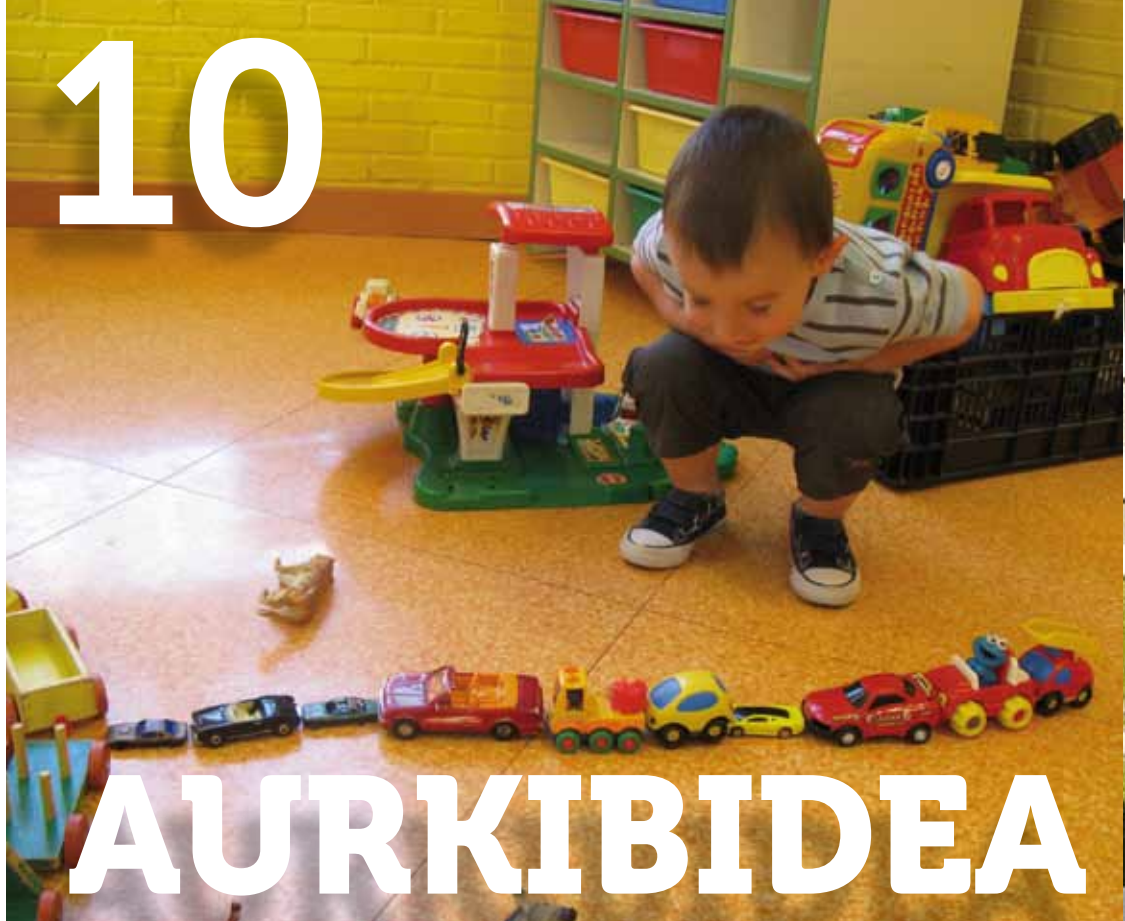
## **Diseinua**

Graf!k

## **Inprenta**

Antza

## **Elkarlanean**



# AURKIBIDEA



# 27



# 48





EDITORIALA

**Hurtzaroa zaintzea  
bizitza osasuntsu  
baten abiapuntua da**

3

LABUR-LABUR

6

KONTSULTA

8, 18, 38, 44, 52

GAI NAGUSIA

**Jolasa oso kontu  
serioa da**

10

ASTEZ ASTE,

URTEZ URTE

21

ELKARRIZKETA

**Carmen Maganto**

32

**Heriotza perinatala**

38

**Edoskitze-taldea**

44

EZTABAIDAGAI

**Etxean hezte**

48

JOLASAK

54

SORMENA

**Asier Mendizabali  
elkarrizketa**

56





## BIKOTE HOMOSEXUALEN SEME-ALABEK ARAZOAK DITUZTE ESKOLA AURKITZEKO

Madrilgo Unibertsitate Autonomoak egindako azterketa baten arabera, guraso homosexualak dituzten familiei ez zaie batere

erraza gertatzen seme-alabentzako eskola bat aurkitzea. % 11k esan dute arazoak dituztela, eta beste % 11k ez dela batere erraza. Halaber, % 85ek uko egin diote seme-alabak ikastetxe erlijiosoetara bidaltzeari, baztertuak izateko beldurragatik. Espainiako bederatzi autonomia erkidegotako 71 familia galdekatu dituzte azterketa egiteko. Guraso homosexualen % 85ek diote gizarteak babestuta sentitzen direla.

## Italiako 43 haurrek kantu bana sortu eta euskaraz grabatu dute

Erromako A. Rosmini eskola publikoko 5. mailako 43 gaztetxok poesia bana idatzi, musikatu, euskaraz abestu eta grabatu dute Euskanta 2013 egitasmoaren barruan. Associazione Culturale Euskara elkarteak bultzatutako proiektua da Euskanta, eta aurten laugarren aldiz eraman du aurrera. Ekainaren 12an egin zuten proiektuaren aurkezpen publikoa, eta ikasle bakoitzak kutxatxo bat jaso zuen, kantu guztiekin (3 CD), eta testuak, hiztegia eta marrazkiak biltzen dituen liburuxkarekin. Kantu guztiak entzuteko, hitzak irakurtzeko (italieraz zein euskaraz) eta marrazkiak ikusteko aukera dago Interneten, [www.euskanta.wordpress.com](http://www.euskanta.wordpress.com) helbidean.

# LABUR LABUR

## ESPAINIAK EZ DU FAMILIA AINTZAT HARTZEN

Familiaren inguruko politiketan Europako Batasunaren aholkuak eta aginduak ez betetzea leporatu dio Politika Familiarreko Institutuak Espainiari. Haren iritziz, Espainiako administrazioek ez dute familia aintzat hartzen, eta ez dute nahikoa egiten laguntzen alorrean. "Lanaren eta familia bizitzaren arteko kontziliazioa ez da egiazko lehentasun politikoa Espainian", dio Institutuak maiatzean kaleratutako txostenean ('EBren agiriak familiari buruz. Testu aukeraketa'). EBk amatasuna, demografia edota familia-perspektibaren inguruko politikak garatzeko egindako eskaerari jaramonik ez dio egin Espainiak; are gehiago, "familiari gutxien laguntzen dion herrialdea da", adierazi du IPFko presidente Eduardo Hertfelderrek, eta deitoratu du Espainiak familiari buruzko politika integralik ez izatea.



## Esne artifizialeko ontzietan haurren irudiak agertzea debekatu du Europak

Europako Parlamentuak debekua jarri dio esne artifizialeko ontzietan haurren irudiak agertzeari, horrek edoskitze-tasak murriztea eragin dezakeelakoan. Debeku hori lehenagotik ere indarrean zegoen Europako zenbait herrialdetan, baina beste batzutan onartuta zegoen umeak azaltzea esne artifizialeko etiketetan. Haur elikadurako eta dietetikako produktuen kontsumitzaileak zein gaixotasun zehatzak dituztenak (zeliakoak eta diabetikoak, kasu) babesteko onartutako neurri sortaren barruan dago aipatutako hori. Produktu horietan egon daitezkeen osagarrien zerrenda bat onartu dute Bruselan, eta pestiziden presentzia ahalik eta txikiena izatea exijitu dute europarlamentariek.

## Myrtha Chokler 'Familia eta eskola' jardunaldietan izango da, urrian

Urriaren 18an Durangon eta 19an Donostian, 'Familia eta eskola' jardunaldiak antolatuko ditu 'Hik Hasi' egitasmo pedagogikoak. Myrtha Chokler psikologo argentinarra izango da jardunaldietako hizlari nagusia, eta zenbait gai jorratuko ditu bere hitzaldietan: harreman pertsonalak heziketa zentroan; hezitzaileen eta familien arteko harremanak; eta haurren garapen osorako, harremanetan kontuan hartu beharrekoak. Choklerrez gain, Euskal Herriko zenbait eskolatarako ordezkariak ere parte hartuko dute jardunaldietan. Eskolatzeko eta familien harrera lantzeko esperientziak ezagurutzeko dituzte Durangon eta Donostian.

'Familia eta eskola' jardunaldietan parte hartzeaz aparte, 'Hik Hasi'-k 0-3 hezitzaileentzat antolatutako bi urteko formazio ikastaro trinkoan saio bat eskainiko du Myrtha Choklerrek, urrian.

## Bost umetatik batek bi litro edari energetiko edaten ditu hilean

Europako Elikadura Segurtasunaren Agentziak egindako inkesta baten arabera, 3 eta 10 urte bitarteko bost haurretatik batek (%18) bi litro edari energetiko edaten ditu hilean. Halako edaririk hartzen dutenetatik % 16 berriz, kontsumitzaile kronikoak dira, hilean lau litro inguru edaten dituztelako. Europako Bata-suneko 16 herrialdetako 52.000 herritar, 3 eta 65 urte artekoak, galdekatu ditu Agentziak inkesta egiteko. Zientzialarien arabera, hainbat dira edari energetikoei haur eta gazteengan dituzten eragin kaltegarriak: depresioa, tentsioaren igoera, hezurretan eta hortzetan arazoak, autoestimu falta...

## Ezintasunen bat duten haurren guraso taldea sortu da Bortzirietan

Ezintasunari buruz naturaltasunez solasteko eremu bat sortzea, esperientziak trukatzeko eta familiek planteatzen dituzten beharrei erantzuna ematen saiatzea du helburu ezintasunen bat duten haurren gurasoek Bortzirietan sortu duten taldeak. Apirilean ezintasunaren inguruan antolatutako zazpigarren jardunaldien harira sortu da taldea, eta hilero, bigarren astelehenean, bilduko da. Aurten nerabezaroaz aritu dira jardunaldietan, eta Lehen Hezkuntzatik Bigarren Hezkuntzarako urratsa emateak dakarren aldaketa izan dute hizpide.



Alex MUELA  
MUko Psikologoa

## ERDITZE OSTEKOA

Erditze osteko lehen hiru hilabeteak oso gogorrak izan ziren, fisikoki baina bereziki emozionalki. Erditze errekuperazio gogorrak izan nituen, eta ez neukan indarririk haurrarentzat. Ez dakit galdu dudan denbora nola errekuperatu, orduan eman ez nion afektu guztia ematen saiatzen naiz. Gabezia horrek ondorioak izan ditzake? Gehiegizko afektuarekin gaizki ohituko dut?

**LEHEN ALDIZ UMEA** izan zuen ama baten kasua kontatuko dizut. Erditze luze eta gogorra izan zuen, eta erdimin fisikoak zein emozionalak pairatu zituen. Lehenengoak sendatu eta gero, emozionalak osatzera edo haiek hobeto ulertzera etorri zen kontsultara. Zaila, oso zaila egiten zitzaien egoera berrira egokitzea eta, nahiz eta haurra biziki maite, sekulako sentimendu anibalenteak zituen berarekiko. Horiek bere ama izaera kolpatzen zuten zuzen-zuzenean, eta horrelako emozioak sentitzeagatik, oso errudun sentitzen hasi zen: "Ez naiz ama ona", "ez diot ematen behar bezalako afektua", "gabezia hauek gero kalte egingo diote", eta antzerako

ideiak etortzen zitzaizkion. Donald Winnicott psikoanalistak zioena landu genuen, "ama behar bezain ona"-ren kontzeptualizazioa, hain zuzen ere. Seme-alaben zaintzan ezin gara perfektuak izan, akatsik gabekoak. Seme-alabak maitatu, zaindu eta babestu behar ditugu, jakina, baina gure mugak onartuz, prozesuan sortzen diren emozio anibalenteak ulertuz, eta garrantzitsuena, gure auto-estima kaltetu gabe horregatik. Gurasook aurrera begiratu behar dugu, hemen eta orainak eskaintzen diguna hartuz, umearen garapenaz gozatuz, eta iraganekeo sasi-ustek ahaztuz, "ama/aita behar bezain ona" izaten, alegia.

## ATXIKIMENDUA

Umea gure besoetan dagoenean asko lasaitzen da, eta nahiz eta jendeak esan gaizki ohitzen ari garela guk horri eusten diogu. Ni -aita- saiatzen naiz ahalik eta denbora gehien neuk edukitzen, ama apur bat arintzeko eta umearen eta nire arteko lotura estutzeko. Aitarene eta umearen arteko atxikimendua existitzen da? Beti entzuten baitut amaren eta umearen arteko zerbait dela...

### ATXIKIMENDUA HAURRAK BESTE

pertsona batekin eratzen duen lotura afektiboa da. Emozio-lotura horrek bultzatzen du atxikitako pertsonetik elkarrekintza estua izatera, eta mundu fisikoa eta sozialeko hartu-emanetan erreferentzia-oinarria eta euskarria da. Testu klasikoetan ama ageri da atxikimendu irudiaren eredu gisa, baina horrek ez du esan nahi nahitaez atxikimendu irudi bakarra eta ordezkazina denik. Atxikimendu lotura umea eta gurasoen/zaintzaileen artean eratzen da lehenengo urtean zehar. Haurtzaroan lotura pertsona batekin edo batzuekin sor daiteke: gurasoekin, zaintzaileekin edota familia-kideekin. Gainera, atxikimendu irudi berriekin lotura egiteko aukera bizitza guztian zehar irekita dago. Izan ere, ohikoa da atxikimendu loturak nerabezartik aurrera bikotekideekin, lagunekin edo seme-alabekin sortzea.

## ZAPLAZTEKOAK

Sarri entzuten dut zaplazteko batek ez duela min egiten, eta horren aitzakiapean gure haur eskolako zenbait umek egunero jasotzen dituzte zaplaztekoak etxean. Une horretako minaz gain, umeek hartzen duten ohiturak kezkatzen nau, edozein gatazka joka konpondu daitekeela pentsa baitezakete. Txikitako zaplazteko horiek zer ondorio izan dezakete umeengan?

**BATZUEK UMEAK** diziplinatzerakoan, gurasooi jokabide bigun samarra erabili izana egotzi digute, kontrako muturrera pasa garela haurrak hainbeste gainbabetuz. Akats hau konpontzeko edota orekatzeko, umei noiz edo noiz ipurdiko edo muturreko bat ematea proposatzen dute. Horren alde azaltzen direnek diote hau egin ezean, litekeena dela etorkizunean haurrak frustrazioa jasateko gaitasunik ez izatea edo eguzki epeletako nortasuna garatzea. Nire aburuz, biolentzia fisikoa erabiltzea (zaplaztekoak, ipurdikoak...), teknika dialogikoek porrot egin duten seinale dira, eta

ezintasunaren seinale. Zalantza izpirik gabe, helduon porrota da. Orduan, helduaren eta umearen arteko indar asimetria aprobetxatuz, indarkeria eta zapalkuntza erabiltzen dira txikien borondateak menderatzeko nor bere nahierara. Kalterik handiena? Segur aski umearen autoestiman. Bere giza eskubideak zapuzten dira, bere motibazioak, beharrak eta iritziak ez entzutenak eta ez ulertuak edo gaizki ulertzen dira, animalien mailara egokituz. Ez gaitzezen engainatu, "teknika" hauen erabilpenean ez dago neurrik, indarkeria beti indarkeria, eta hau gaitzetsi egin behar da, egin hausnarketa.



## PSIKOLOGIA

### GURASOEN BANAKETA

Haurrak 4 urte zituela banandu ginen bere ama eta biok. Orduan ez genuen lanketa berezirik egin, ez baitzitzraigun iruditu banaketa gaizki eraman zuenik, ezta geroago ere. Orain, 11 urte geroago, lehen aldiz aurpegiratu dit banatu izana, eta beste edozein gairi buruzko eztabaidan bizpahiru aldiz esan dit nire hutsunea izan duela. Haurtzaroan gaizki gestionatu genuen min hori atera ote zaio orain?

**HAURRENTZAT GURASOEN BANAKETA** antsietate eta ondoez iturri da. Hauek haurtzaroan gertatzen badira, nahiz eta prozesua ondo eraman, gurasoen arteko liskar larririk gabe eta bien arteko borondate onez, alegia, litekeena da haurrak prozesuarekin loturiko frustrazio emozioak ez ateratzea, gurasoak babesteagatik, hain zuzen ere. Banaketa bere osotasunean ez konprenitza ohikoena da, ulertzeko oso konplexua delako eta haurrek adin horietan muga kognitiboak dituztelako. Nolanahi ere, urteetan emozio haiek gordetzeko joera izaten dute haurrek. Eta, maiz, nerabezaroan, identitatearen sendotzearekin batera eta haurtzaroan bizi



izandako esperientziekin lotuta, galdera jakin batzuen erantzunak bilatzen hasten dira: Nor naiz ni? Baliogarria naiz? Nire gurasoak batera mantentzeko ez nintzen gai izan, zergatik? Benetan maite

baninduten, gauzak konpontzen saiatu behar izan ziren, horrela izan zen?... eta pilatutako emozioen askapena dator. Hau normala da, eta osasuntsua esango nuke nik, gazteak ausardia eta indarra bildu duelako mingarriak diren kezkei aurre egiteko. Gertatzen dena da egiterakoan nahiko modu desegokian egiten duela, nahiko jokabide erasokorra erakutsiz eta errua gertukoei leporatuz. Nire ustez, oso garrantzitsua da gurasoek jokabide bateratua azaltzea. Bildu behar dira, gaia landu, estrategia adostu eta gaztearen kezkei erantzunak emateko prestutasun osoa adierazi, ezer zuritu barik eta erantzukizuna partekatuz.

## Parte hartu Hazi Hezin

Galdera, iradokizun, gomendio edo argazkien bidez Hazi Hezin parte hartzeko aukera daukazu.

[hazihezi@hikhasi.com](mailto:hazihezi@hikhasi.com)

- \* Bidal iezaizkiezu zure gaderak Hazi Heziko adituei
- \* Proposatutako gaiak, eztabaidagaiak...



GAI NAGUSIA: jolasa



**Jolasa oso  
kontu serioa da**

## Zaila da haurrak olgetan sentitzen, gozaten eta ikasten duena neurtzea. Teoria-mailan onartua dago jolasak haurraren garapenean berebiziko garrantzia duela, baina praktikan, gaur egun, espazioa eta denbora kendu dizkiogu haurrari olgetarako.

Gortinaren atzean, isilik, mugitu gabe, arnasa ere bilduta daukan umeari jatea ere ahaztu dakioke, buru-belarri jolasean kontzentratu-rik dabilelako, gustura, pozik. Jolasten ari den haurra orduantxe baitago asebetetik. Hura emozioa, barreak, algarak adiskideak gortinaren atzean topatu duenean!

Zaila da haurrak jolasten sentitzen eta ikasten duena neurtzea, jolasa esperientziak bizitzea baita. Mugimendua, abilezia, oreka, ikerketa, esplorazioa, konfiantza, arriskua, gatazka, konponketa, lorpena, harremanak, negoziazioa, komunikazioa... barnebiltzen ditu jolasak. Horregatik guztiagatik, gauza serioa da haurraren garapenerako, garapen psikomotore, intelektual, sozial eta afektibo-emozionalari berebiziko bultzada ematen baitio. Baina, oroz gain, jolasa garrantzitsua da plazera delako. Plazerak definitzen du jolasa, eta bereizten olgeta ez denetik. Eta ez dago plazera baino motore biziagorik.

Hain da gauza serioa haurraren jolasa, ezen eskubide bat dela. Nazio Batuen Erakundeak babestu egin zuen Haurren Eskubideen Kontentzioan, 1989an. 31. artikulua berretsi egiten du haurren jolasteko eskubidea. Kultura guztietan haurtzaroko ekintza esanguratsua da, eta gainera, gizateriaren antzinatetik jolasten dira haurrak; ez dira, ordea, jolasten diren animalia bakarrak, beste ugaztun batzuk eta hainbat hegaztik atsegin dute olgeta.

Hazi Hezik **Huhazi eta EHUKo psikologia irakasle banari, Iñaki Larrea eta Maite Garaigordobili,** hurrenez hurren, eta **Urtxintxako Jaime Altunari eta Zarauzko Salbatore Mitxelena ikastolako andereño**



**Kontxi Aizarnari** galdetu die jolasaz. Denek diote haurraren garapenean eta norberaren eraikuntzan jolasak berebiziko garrantzia duela, olgeta haurrarentzat ongizatea dela, eta ekintza horrek soilik azal dezakeela haur batek bere bizitzako lehen urteetan bizi duen garapen osoa. "Ederra da ikustea 2 urteko haur batek nolako ahalegina egiten duen trenak elkar kateatzen —azaldu du Aizarnak—, eta beste bat nola etortzen zaion hari laguntzera; gero hirugarren bat etorri eta animaliak jartzen ditu trenean, eta jolas berri bat sortuko dute hiruren artean; laugarren batek plastilinarekin jaten emango die trenean doazen animaliei, baina, bati ez zaio gustatuko, eta negoziatu egin beharko dute: trenean animaliak bai, baina jana ez. Jolasak ikaragarritzko aukerak ematen ditu autoestimua, konfiantza, harremanak... garatzeko".

Larrearen arabera, haurrarentzat jolasa ingurunearekin hartu-emane-

tan jartzeko baliabidea da. "Jolasaren bidez, haurrak aukera dauka bere burua zein ingurua, fisikoa zein soziala, ezagutzeko". Munduarekin topo egiten du haurrak, misterioz, arriskuz eta abenturaz beteriko harreman kitzikagarri batean. Ezagutza emateaz gain, jolasa izan ohi da bere autonomia mailarik gorena erakusteko ekintza, irakaslearen arabera: **"Jolasean buru-belarri sartuta dagoen haurrak autonomoki jokatzen du. Jolasak, gainera, haurrak bere sentipenak, usteak eta interpretazioak agerian uzteko balio du: jolasak balio dezake haurraren munduaren ikuskera azalertzeko"**. Olgeta, plazer iturri izateaz gain, "askatasuna, prozesua, fikzioa eta zerbait oso serioa da", adierazi du Maite Garaigordobilek. "Jolasa askatasuna da. Gogozkoa eta borondatezkoa da, libreki aukeratua eta ez du kanpoko inposiziorik onartzen".

Haurrak aske sentitu behar du nahi duen gisa jokatzeke, eta jokatuko

duen rola aukeratzeko, objektuek berak nahi duena irudikatzen du". Plazerarekin batera, fikzioak ere definitzen du jolasa, "banintz, bazina, bagina, balitz bezala" errealitatearen balizkoa egitea da jolasa, fikzioaren kontzientzia izatea, makila bat zaldi gisa erabiltzea, goilara hegazkin gisa... Oroz gain, jolasa prozesu bat da, Garaigordobilentzat, "beste helburu bat lortzeko tresna baldin bada jolasa, orduan ez da jolasa izango". "Horregatik guztiagatik, jolasa oso gauza serioa da", dio EHUKo irakasleak. "Jolaseko trebeziak eta abileziak, asmatzeak eta lortzeak haurraren autoestimua sendotzen dute, eta haurraren nortasuna autoafirmatzeko mekanismo bat da, helduarentzat lana den gisan".

Aizarnak azaldu du jolasak nola laguntzen duen haurraren autoestimua garatzen eta euren artean konfiantza sortzen: "Eraikuntzako piezekin adibidez. **Helduak esaten ez badio zer egin behar duen, 'nola' jolatu behar duen, haurrak esperientzia ugari bizitzeko aukera izango du jolasean:** piezak lerrotzen hasiko da; gero, inork ezer esan gabe, sailkapenak egiten hasiko da,

gorriak gorriekin, berdeak berdeekin... ondoren, bata bestearen gainean jartzen saiatuko da, enkajatu, indarra neurtuz... (horrek guztiak psikomotrizitate aldetik esan nahi duenarekin). Dorreak oreka galduko du, eta igual erori egingo zaio, saiatzen da beste era batera... halako batean konturatzen da pieza txikia jarri duela oinarrian, eta zabalago bat jartzen badu eutsiko diola. Berak hasieran hipotesi bat egin du eta gero probak egiten joan da. Esperientzia horrek guztiak erakusten dio haurra gai dela egiteko, eta gainera, gero, ondoan duen helduari erakutsiko dio, 'begira zer egin dudana'".

"Haurraren garapen integralaren giltza jolasa da", dio Garaigordobilek. Jolasa haurrarentzat bizitzeko beharrezkoa da, haurrak ekintza, objektuak maneiatzea, harremanak izateko beharra baitu, eta hori guztia eskaintzen dio jolasak. Jolasa ez dio soilik bere burua adierazteko aukera ematen, baizik eta bere burua ezagutzeko, esploratzeko eta sentitzeko aukera ematen dio. "Ekintza ludikoak haurtzaroan zehar pentsamendua garatzen lagunduko die umei, euren beharrak ase-

tzen, eta esperientzia traumatikoak lantzen eta gainditzen, tentsioak gainetik kentzen, esploratzen eta deskubritzen, sortzearen poza eta gozamena emango dizkio. Ekintza ludikoa, prebentiboa, garapeneko eta terapeutikoa da".

### Jolasa mugatu egiten da

Jolasaz teorizatzean, gaur egun onartua eta aitortua dago jolasaren balioa, baina maila teorikotik praktikara paradoxa batekin aurkitzen garela dio Altunak. "**Duela ehun urte jolasaren inguruan ez zen teorizatzen, baina haurrek kalean ordu asko pasatzen zuten jolasean.** Gaur egun, aldiz, unibertsitatean asko hitz egiten da haurren jolasari buruz, psikologia eta pedagogia arloetan onartua baitago jolasaren garrantzia, baina kalean gutxiago ikusten dira haurrak jolasten". Duela hainbat urte, Urtxintxa jolas bilketa egiteko adineko gizon-emakumeengana joan zen umetan nola jolasten ziren galdetzeko, Altunak kontatu duenez: "Lehenik harritu egiten ziren, haintzat jolasak ez baitzuen halako garrantzirik. Eta gero, esaten ziguten beraiek ez zirela jolasten txikitan, lanean aritzen zirela beti. Orduan

#### • Jolasaren garrantzia ikuspuntu funtzional edo psikomotoretik:

Jolasak era bateko edo besteko mugimendua dakar, jolasteko nahitaez mugitu egin behar baitugu, eta horrek onurak dakartzkigu arlo motorrean, gorputzaren eta zentzumenen garapena butzatzen baitu. Larreak zehazten du jolas mota batzuek motrizitate finari ekarpen handia egiten diotela, eta mugimendu handia eskatzen duten jolasek, aldiz, motrizitatea lodiagoari. Gorputza bere osotasunean mugitzen, erabiltzen eta kontrolatzen ikasten laguntzen dio jolasak haurrari, indarra, giharren kontrola, oreka, pertzepzioa eta gorputzaren erabileran konfiantza izaten laguntzen du ekintza ludikoak, Garaigordobilen arabera.

• **Ikuspuntu kognitibo edo intelektualetik:** "Mugimenduarekin batera, arlo kognitiboaren garapena

dator —dio Larreak—. Mugimenduaren bidez haurra ikasten ari da eta ikaste horrek eragiten du alderdi kognitiboaren garapena. Umeak, mugitzean, ingurunearen alderdi ezberdinak ezagutuko ditu. Garapen kognitiboaren oinarri ezagutza da, eta jolasak ingurunea ezagutzeko aukera ematen baldin badio, horrek ahalbidetuko dio umeari alde aurretik zekiena zalantzan jartzea; hau da 'gatazka kognitiboa' sortzea, eta gatazka kognitibotik etorriko da ezagutzaren eraikuntza edo berre-erakuntza". Jolasten ari den haurrak jolasean sortu zaizkion arazoak edo gatazkek konpontzeko aukera du, batzuetan erratuko da, eta beste batzuetan arrakasta izango du, eta horrek guztiak pentsamenduaren gaitasunak garatzen lagunduko du, eta ikasketa-guneak izan daitezkeenak indartzen ditu, Garaigordobilen aburuz, dakien hori erabili

behar baitu jolasean haurrak, eta ez dakien hori aurrez aurre izango du, gero eta gehiago jakingo duelarik. 2 urte betetzeko garaia fase garrantzitsu gisa aipatzen dute ikuspuntu kognitibotik; alde batetik hizkuntza eta bestetik jolas sinbolikoa agertzen direlako.

• **Sormenaren ikuspuntutik:** Alderdi kognitiboari oso loturik dago sormena. Gatazken aurrean aurkitzen du bere burua haurrak jolasean, eta gatazka horiek konpontzeko sormena erabili behar du. Olgetak haurrari sortzaile izaten laguntzen dio.

#### • Ikuspuntu afektibo emozionaletik:

"Jaiotzen denetik afektu beharra ase behar du umeak —gogoratu du Altunak—, eta jolasaren bitartez betetzen du afektu behar hori. Alde batetik, jolasaren bitartez komunikatzean, gurasoengandik afektua jasotzen du, kantutxoetan, kon-



Zarauzko Salbatore Mitxelena ikastolako  
2 urteko umeak jolasean.

taktu-jolasetan, muxuak emateko jolasetan... eta, bestetik, jolasak haurrari plazera ematen dio, jolastea, atsegin hartzea, entretenimendua dakartzkio eta bizi-alaitasuna. Ekintza erabat positiboa da tentsioen zamatik arintzeko, eta energia positiboki bideratzen laguntzen dio". Era berean, libreki adierazteko abagunea da, eta bizitzan aurkitzen dituen zailtasun guztien aurrean babesgune bat eskaintzen dio jolasak, bere esperientzia beharretara egokitzeko proba egin dezake jolasean, eta era horretan, oreka psikikoarentzat faktore garrantzitsua izango da, eta baita norbere jabeakuntzarako ere.

Jolasean, halaber, maila emozionalen edo afektiboan zerk kezkatzen duen ere azalera dezake haurrak. Ekintza ludikoaren bitartez emozioak askatzen dira (poza, tristura, amorrua...) eta, gainera, erregula-

tzen lagunduko dio umeari. Adibide gisa, kasu bat gogoratu du Larreak: "haur batek panpinekin zebilela, bere burua, bere ahizparena eta bere aitarena irudikatu zituen; eta amari zegokion panpina, berriz, euren gandik urrun kokatu zuen, inoiz ez zela eurekin egoten esanez. Haur horren amak denboraldi luzeak ematen zituen etxetik kanpo lana zela-eta, eta haur horrek, panpinen bidez adierazi zuen baretasun emozionalik ez zuela".

• **Ikuspuntu sozio-kulturaletik:** Jolasak hainbat fase ditu, eta lehenik eta behin, oso txikia denean, bere kasa jolastuko da, eskuekin adibidez; ondoren, helduekin —gurasoekin edo zaintzailearekin—. 2 urtetik aurrera, gutxi gorabehera, bakarka jolasten hasten da, beste haurren ondoan, baina bere jolasean murgilduta eta, jarraian, interakzio txikiak izaten hasiko da, gero

talde jolasetan hasteko, 4 bat urtetik aurrera. Haurra bere kideekin nahiz helduekin jolasten denean, harremanak hasten ditu, negoziazioak dituzte, arauak adostu behar dituzte, eta bete, elkarriketak dituzte... eta hori oso garrantzitsua da garapen sozialerako. Adiskideekin erlaxionatzen ikasteaz gain, jokabide arauak ikasten ditu, eta bere burua hartuemanen markoan deskubritzen du.

• **Jolasaren bitartez kultura eta hizkuntza ere transmititzen dira:** ohiturak, esamoldeak, abestiak, ipuintxoak, kantatzeko moduak... transmititzen dira olgetan. Al-tunaren arabera, euskararen transmisioari begira garrantzitsua da jolasak euskaraz izatea. "Era horretan, gozamenetik hartzen dute hizkuntza, eta euskara ondo pasatzearekin lotzeko oso tresna eraginkorra da jolasa".



konturatu ginen ez genuela horrela galdetu behar, jolasei buruz zuzenean galdetu behar geniela, in-txaurrena edo zuhaitzena aipatzen genizkien, eta orduan bai, kontatzen hasten ziren. Konturatu ginen jolas pilo bat zituztela eta ordu asko pasatzen zutela jolasten. Baina haien-tzat jolasak ez zuen baliorik”.

Aizarnak ere kontraesan bat ikusten du teoria mailan jolasari haurtzaroren garapenean aitortzen zaion garrantziaren eta praktikan haurrek jolasteko eta haurtzaro hori bizitzeko dituzten aukeren artean. Gaur egungo jendarteak jolasari espazioa eta denbora kendu dizkiola uste dute bi hezitzaileek. Espazioari da-

gokionez, jolasa parkeetara murriztu dela ikusten du Altunak: “gaur egun, etxe atarietan eta kalean, jolasean, ia ez da haurrik ikusten, haurrak oso leku zehatzetan jolasten dira”. Gainera, badirudi, batzuetan helduei haurrak kalean jolasean ibiltzeak molestatu egiten digula, traba egiten digula. Azken batean, gurea gizarte zaharra da”. Nonahi ikus daitezke baloia, pilota edo bestelako “jolas arriskutsuak” debekatzen dituzten afixak gure herrietan, txirrin-dua debekatzen dutenak, edo oro har jolasak debekatzen dituzten afixak. Debeku horiek, alabaina, ez dira legezkoak, legez babestutakoa haurraren jolasa baita. “Ohitu egin gara trafikoaren zaratarra, alarma eta sirenetara, eta aldiz, kexu gara haurrek zarata egiten dutelako, eta molestatu egiten dutelako”.

Denborari dagokionez ere, oraindik heldu askori jolasa denbora galtzea dela iruditzen zaiola dio Altunak. “Haurrak heldu izateko prestatu behar ditugula iruditzen zaigu, eta presio handia dago horretarako; denbora librea jolasten

pasatzea batzuetan zaila da, eta gairik ikusia dago arratsalde osoa jolasten ematea”. Larrearentzat akats handi bat jolastea denbora galtzea dela pentsatzea, jolastea denboran galtzea baita. Irakaslearen arabera, Lehen Hezkuntzan dagoeneko, hasten dira jolasa mugatzen duten jarrerak, hau da, jolasari garrantzia kentzen eta ikasketa formalari eta instrukzioari garrantzia ematen diote helduek (irakasleak zein gurasoak). Hori akats bat da, irakaslearen aburuz: **“Garapen motorrean, kognitiboan, sozialean, afektiboan edo hizkuntzan onurak badakartzat, zergatik eten jolasa?”**. Are gehiago, jolasteari uzten zaionean arazoak azaleratzen hasten direla nabarmendu du Huhezikoak, nerabezarotik aurrera bereziki. Eta psikomotrizista eta psikologo askok arazoren baten indiziotzat hartzen dute haur batek jolasten ez duenean, jolasteko gai ez den haur batek arazoren bat izan bailezake. “Horregatik guztiagatik, gehiago jolastu beharko genuke, baita helduok ere”.

Aizarnak izan ditu jolasten ez ze-

## BANINTZ, BAZINA, BAGINA BEZALA... ETAPARIK ETAPA

Jolasa haurraren garapenari erabat lotua dagoenez, etaparik etapa diferentek dira jolasaren ezaugarriak. Lehenik eta behin, **mugimendu-jolasak eta sentso-rialak** agertzen dira, lehen urteetan. Mugimenduaren bidez tokiak miatzen ditu eta zentzumenen bidez objektuak esploratzen.

Aurrerago, **jolas sinbolikoak** ageri dira, olgeta hauei esker, garapen intelektuala eta soziala bultzatzen ditu. Beste errealitate baten kontzientzia dagoen jolasa da, beste mundu bat irudikatzen duena. Errepresentazio sinbolikoaren garai honetan, haurrak hainbat rol hartuko ditu, banintz, bazina, bagina, balitz...-era jolasten du, ama balitz bezala zainduko ditu bere seme-alabak (panpinak); medikua balitz bezala artatzen gaixoak; irakasleak bezala erakusten; katuak bezala lau hankan ibiltzen. Haurrek ikaragarri gozatzen dute mundua irudikatzen, baina baita euren irudimenak sortzen duenari jarraituz ere. Jolas sinbolikoa 2 urte ingururekin ageri da eta, lehenik eta behin, jolas indibidualak izan ohi dira eta, ondoren, kolektibo bilakatzen dira. 2 urtetik 6ra bitartean, jolas sinbolikoak garrantzi handia hartzen du haurren olgetan, eta pertsona askoren kasuan bizitza osoan irauten dute, rolen errepresentazioa dakarten ekin-tzen bidez, antzerkian adibidez. Berez jolas guztiek

badute sinbolikotik zerbait, jolastea beste errealitate batean sartzea delako. Adinean aurrera egin ahala jolasa mugatuz doan arren, zenbaitek errepresentazio sinbolikoaren beharra kirolaren edo zinemaren bidez asebetetzen dute.

Haur Hezkuntzaren amaieran, eta bereziki Lehen Hezkuntzaren hasieratik aurrera, jolasa joko bihurtzen da; hau da, araudun jokoekin hasi ohi dira. **Araudun jokoak** sentso-riomotrizak (adibidez, kanika jokoa) edo intelektualak (partxisa, antzararen jokoa, damak, xakea, monopolya...) izan ohi dira. Arauen eta egitura objektiboen gainean antolatzen da jokoa, eta arau horiek bete ezean ez dago jolasik. 4 bat urterekin hasten dira araudun jokoekin, baina bereziki, 6 urtetik aurrera hartzen dute pisua umeen bizitzan. Hasierako jolasetatik jokorako urratsak eman arren, adituek diote hasierako jolasak ez direla galtzen. “Haurrak eta, oro har pertsona guztiok —azaldu du Larreak—, jolas motak ‘gehitzen’ joaten gara eta hor daukagu jolaserako eta jokorako aukera zabala. Nerabeen edota helduon kasuan ere, mugimenduarekin lotutako jolasa bizi guztian mantentzeko, hor leudeke bizikletan ibiltzea edo mendira joatea, eta haurrentzat eraikuntzak egitea bezala, heldu asko dira brikolaje edo puzzleak atsegin dituztenak”.

kiten umeak ikastolan. "Teknologia berriekin soilik jolasten dakitelako, edo gurasoek gehiegi babestu dituztelako, badira jolasten ez dakitenak, eta ume horiek arazoak izaten dituzte besteekin harremanak izateko eta konfiantza eraikitzeke. Nola jolastuko da beste haur batekin medikuntza jolasten ez dakien haur bat?"

### Helduaren rola olgetan

Jolasak esperientziak bizitzeko aukerak ematen dizkio haurrari, akatsak egitekoa eta arrakastak lortzekoa. Jolas libreak autonomia esan nahi du, arriskuei aurre egitea, arazoak konpontzeko aukera izatea, eta arazoak euren kabuz konpontzeak ematen duen satisfazioa esperimintatzeko aukera bizitzea. Beraz, aditu guztiak bat datoz, haurrari esperientzia horiek bizi ditzan aukerak eman behar dizkiola helduak, libre jolasteko aukerak. Hortaz, zein da helduaren rola jolasean?

Aizarnaren aburuz, helduaren egitekoa "segurtasun afektiboa eta fisikoa eskaintzea da, eta material eta espazio aproposak haurraren eskura jartzea, umeak nahi dituenak aukera ditzan. Eta baldintza, minik ez ematea eta ahal dela ez hartzea izango da". Horrez gain, helduak "dena dakienaren roletik" erantzi behar du jolasean, "ohitura daukagu haurrei nola jolastu behar duten azaltzekoa, baina ume bati uzten badiozu material ugariak eta egokiak bere eskura, eta espazioa, gauza ederrak egingo ditu. Helduok bitartekoak jartzen badizkiogu, umeak berak garatuko du bere gaitasuna". Haurra jolasean ere errespetatua eta ulertua sentitu behar duela dio Aizarnak, eta ondoren, jolasean bizi izandako horren inguruan hitz egitean asko laguntzen diela euren ondorioak ateratzen eta egunez egun arazotoxak gainditzen.

"Helduak parte hartu dezake eta parte hartu behar du ekin-tza ludikoan", dio Garaigordobilek, "rol ludiko batetik, parte hartzaile, ekintzaz gozatuz eta jokalariekin interaktuatuz". Jolasa komunikabide eraginkor gisa ikusten du helduen eta haurren artean, baina helduekin, familiarekin, haurrideekin, haurrekin eta bakarka jolastu behar dutela dio EHUKo irakasleak. "Jolasa soziala



da, eta ikaragarriko balioa du bai berdinkideekin nahiz helduekin harremantzeko". Helduen eta haurren arteko jolasa, oso txikitatik hasten da gainera, lehen hilabeteetatik, ezkutaketak, eskuen jolasak, goilara hegazkin bihurtu eta aireportura (haurraren ahora) doanekoa eginaz... Garaigordobilek jakinarazi duenez, haurren eta gurasoen arteko harremana gozamenezkoa den kasu askotan jolasa egon da oinarrian. "Gainera, haurren eta seme-alaben artean lotura estua dagoenean haurrak seguru sentitzen dira atera eta mundua esploratzeko, eta horretan jolasak asko laguntzen du".

Helduak ere jolasean plazera bilatu behar duela dio Altunak, hori baita jolasaren funtsa, "ez duena egin behar da jolas osoa baldintzatu; jolasaren ezaugarri bat da arautua dela, denon artean adostua dela". Parte hartzen ez duten kasuetan ere, bereziki haur txikiaren kasuan, lasaitasuna eman dezake heldua alboan edukitzeak. "Baretasun emozionala eman diezaioke helduak —dio Larreak—. Baina, baretasun hori ziurtatuta dagoela eta haurrak helduaren partaidetza eskatzen ez duen kasuan, helduok ez genuke

modu sarkorren murgildu behar". Aditu guztiak bat datoz, helduak ez duela zaintzailearen edo kontrolatzailearen rola hartu behar. Garai batetik hona aldaketa sumatu du Altunak, gaur egun umeak uneoro helduen zaintzapean jolasten baitira: **"Jolas librea gutxitu egin da, helduen interbentziorik edo kontrolrik gabeko jolasa murriztu egin da, baina haurrak saiatzen dira ezkutalekuak bilatzen, eta ahal duten guztia jolasten, horixe baitute berezkoa"**. Francesco Tonucciren hitzak ekarri ditu gogora Altunak, "jolastu' aditza ez da bateragarria 'zaindu' eta 'kontrolatu' aditzekin; 'jolastu'-k 'utzi' behar du ondoan. "Akaso —dio Tonuccik— helduoi plazera ematen diguten ekintzetan nahiko al genuke inor zaintzen, behatzen, kontrolatzen egotea?". Altunak beharrezko ikusten du helduak jabetu daitezen haurrak libre jolasteko denbora eta espazioa uztea garrantzitsua dela. "Jolasteko tokiak eta espazioak edukitzeak garrantzia handia du norberaren garapenean, baina baita talde moduan garatzeko ere. Jolasak gizarte baterako garrantzi handia du. Haurrak jolasten ikusteak arrasto asko ematen ditu kultura horri buruz".



## NOLAKO JOLASAK, HALAKO JENDARTEA

Jolas biolentoak, lehiakorrak, kooperatiboak... Haurren jolasek informazio asko ematen dute jendarte horren balioen inguruan. Hala dio Altunak: "jolas kooperatibo asko egiten bada, horrek pistak emango dizkigu gizarte horri buruz, ondorioak izango baititu gizarte hori antolatzeko garaian, eta jolas konpetitibo asko egiten badituzte ere, gizarte horren balioei buruzko informazioa izango dugu".

Maita Garaigordobilek jolas kooperatiboaren inguruan egin zuen bere tesia. Jolas horiek komunikazioa, kohesioa eta konfiantza bultzatzen dituztela dio, balio lehiakorren aurrean. "Norbere burua onartzea, lankidetzatza eta partekatzea dira jolasaren oinarriak, elkarrekin jolastea eta sortzea". Hiru ezaugarri dituzte jolas kooperatiboak: Batetik, parte hartzea: jolas kooperatiboetan jokalariek guztiak parte hartzen dute, eta inor ez da jokotik kanpo gelditzen, eta inork ez du galtzen; helburua taldeak helmuga iristea da eta, horretarako, taldekide guztien rola du garrantzia.

Bigarren ezaugarria komunikazioa eta lagun arteko interakzioa da: jolas kooperatiboek komunikazioa bultzatzen dute, entzun, hitz egin, erabakiak hartu eta negoziatu egin behar dute parte hartzaileek, era konstruktiboan, positiboan eta taldekide guztien artean. Hirugarren ezaugarria lankidetzatza da: helburua bera eta elkarrekin erdiesteko, batak besteari laguntzeko dinamikak bultzatzen dituzte.

Jolas kooperatiboetan parte hartzaileen helburuak norabide berean doaz, beraz norberak bere helburua lortuko du taldeak berea lortzen duenean. Aldiz, jolas lehiakorretan batek helmuga iristen duenean amaitzen da jokoa. Guztien rola du garrantzia jolas kooperatiboetan, "eta horrek norbere burua eta taldekide guztiak onartzea dakar, norbere irudia eta taldearena positiboki eraikitzen laguntzen du".

Ikerketen arabera, taldekideen artean mezu baikorrak gailentzen dira jolas kooperatiboetan, eta ezkorrak

gutxitzen. Laguntza, lankidetzatza, partekatzea eta jarrera baikorrak eta asertiboak bultzatzen ditu lagunaren artean. Jarrera sozial negatiboak (oldarkortasuna, setakeria, apatia, axolagabekeria, uzurtasuna, antsietate-lotsa, jarrera antisozialak) murrizten ditu. Interakzio eta harreman fisiko positiboak bultzatzen ditu, eta negatiboak apaltzen. Adibiderako, aukien jokoa aipatu du Garaigordobilek: **haurrak eliminatu barik, aulkia kendu litezke, eta jokalariek dauden aukietan eseriko dira, bata bestearen gainean. Bestea bezain dibertigarria da eta eliminatua izatearen tristeziarik gabe.** Talde izaera sendotzen laguntzen du. Norbere eta taldekideen onarpenera errazten du, eta norberari eta besteei buruzko irudia hobetzen. Irakaslearen hitzetan, "irudimen apur batekin" joko arauak aldatu eta edozein jolas lehiakor tradizional kooperatibo bilaka dezakegu.

Lehiakortasunak, normalki, dibertimendua eta plazera zapuzten ditu, jokalariek ez baitute dibertitzeko



jolas egiten, baizik eta saria jasotzeko, eta porrot egitearen beldurak tentsio handia sortzen du, eta dibertimendua zailtzen du. Huts egitean jokalaria kanporatu, zigortu edo eliminatu egiten duten jolasek, abilezia gutxiago dutenak baztertzen ditu, eta arbuio eta gutxiespen sentimendua eragiten eta autoestimua kaltetzen. Gainera, eliminazioak esperientzia berriak bizitzeko aukera kentzen dio jokalaria eta, era horretan, ez du bere abileziak hobetzeko aukerarik.

**Jolas kooperatiboek bezala, jolas libreari berebiziko garrantzia ematen dio Garaigordobilek, "haurren sormena estimulatzen duelako".** Jolas librea haurren inizatibatik sortzen den jolasa da, bere gorputzarekin, objektuak manipulatu, jostailuekin, naturako elementuekin edo mugituz egin dezakeen jolasa da, euren erritmoan eta euren erara, araurik, mugarik eta zurruntasunik gabea. "Nahi duelako aukeratu du jolas molde hori haurrak, eta bakarrik, lagunekin edo helduarekin jolas daiteke, beti ere, inoren agindurik gabe".

Hautzaroko ekintza ludiko guztiek giza garapenaren prozesu desberdinak estimulatzen dituzenez, oso garrantzitsu ikusten du haurrek jolas anitzetan jolastea bai haurtzaroan eta baita nerabezaroan ere. **"Beti ere jolas horiek kalean edo naturan egitea garrantzitsua izango da, kaleak indar sozializatzaile handia baitu, eta naturan jolas egitean, bestetik, espereintzia estetikoa eta emozional positiboak bultzatzen ditu".**

Altunak eta Larreak ere naturan eta kalean jolastearen garrantzia aldarrikatzen dute. Larreak azaldu du Europar Haurtzaroaren Hezkuntza Erakundearen Elkartetik ikastetxeetan naturan edo kalean jolasteko ekimenak bultzatzen ari direla, eta Norvegiako adibidea jarri du: "Norvegian, neguan eskola orduen % 31 gelatik kanpo ematen dute; udan, berriz, % 70 inguru". Naturan haurrek garatzen dituzten harremanak hirian garatzen dituztenetatik ezberdinak direla dio Altunak. Horren aurrean, hiriako parkeetan gune naturalak uztearen proposamena egiten du,

espazio zulodunak, aldapatsuak, zuhaizdunak, lokaztuak, ezkutalekuekin...

Urtxintxako hezitzaileak gogoan ditu alabarekin parkean igarotako orduak. "Parkeak bazuen ondoan mendixka bat, zuhaitzekin eta ezkutalekuekin, eta nik dudan oroitzapena da helduok banku batean egoten ginela eserita kanpoan eta ia ez genuela alaba ikusten, ogitartekoa edo ura hartzeko soilik etortzen zela gugana. Gure erreferentzia bazuen, baina bilatzen zuen tokia, ezkutatu eta lagunekin jolastekoa, gugandik ahalik eta urrutien eta ezkutuen jolasteko. Utziz gero, bilatzen dituzte euren lekuak".

Batzuek parkeak haurren gozamenarako paradisu gisa ikusten dituzten arren, beste batzuek diote —besteren artean, Tonuccik— parkeak haurren zaletasunen antipodetan daudela. Haurrei ezkutetzea, hara eta hona igotzea, korrika egitea... gustatzen zaie, edota urarekin, harearekin, harriekin, belarrarekin jolas egitea. "Parkeko aktibitateak errepikakorrak eta hutsalak dira, kulkatzea, irristatzea, edo biratzea, haurrak hamster baten antza izango balu bezala, eta ez esploratzaile, ikertzaile edo asmatzaile batena. Helduak pentsaturiko jokoetan eta helduak pentsatu bezala erabili beharreko jostailuak dira. Eta haurrak berehala aspertzen direnez, jostailu horiei erabilera berri bat emateko, buruz behera irristatzen dira txirristan, jauzi egiten dute mugitzen ari den zaldiko-maldikotik..."

Jostailuekin ere parkeen antzera gertatzen da: helduak, sarri, uste du haurrak jostailua behar duela jolas egiteko. Baina Altunak argi dio jostailua ez dela jolasa, eta jostailuek ez dakartela derrigor jolasa. **"Jolasteko ez da behar jostailurik, eta jostailurik gabeko jolas asko dago. Jostailuena helduon kontua da askotan. Gero eta jostailu sofistikatua ematea, gizartearen isla da".** Larreak Eguberrietan etxe askotan gertatzen den irudia gogoratu du: "Olentzeroren etorrarekin sekulako jostailu pilarekin elkartzen da haurra, eta gertatu izan da haur horrek nahiago izatea

jostailuen kaxa hutsekin ibiltzea, dorrea egiten, kutxen barruan sartzen, kutxekin txirrista modua sortzea... horrek zer pentsa ematen du".

### Jolas teknologikoak

Gero eta jostailu zabalduagoak dira pantaila-jolasak edo jolas teknologikoak, haurrak gero eta garaizago hasten baitira kontsola, ordenagailu, sakelako edo iPadarekin, "azken batean, jolas guztiek garaian garaiko teknologien zigilua daramate", dio Garaigordobilek.

Jolas teknologikoekin ere paradoxa baten aurrean aurkitzen gara gaur egun. Bestelako jolas mota batzuei baino kutsu negatiboagoa ezartzen die helduek, baina gero denbora luzez uzten ohi dituzte umeak pantailen aurrean jolasean. Bai Altunak eta bai Garaigordobilek jolas horiek zabal ditzaketan baloreei begiratu diete: "Batzuek hezkuntza balio oso positiboak dituzte, hala nola Ships jokoak, non jokalaria munduan zehar nabigatzen duen Google Earthen eszenategietan; edo EfficenCity, hiri garbi eta energetikoki eraginkorren hiri bat ezagutzeko Greenpeacek sorturiko jokoak. Haatik, beste joko asko indarkeria bultzatzen dute". Ados dago Altuna, "jolas askok kontuz ibiltzeko baloreak dituzte", eta horixe gomendatzen diete bi adituek gurasoei. "Balio positiboak bultzatzen dituzten jolasak ezagutzea garrantzitsua da, jarrera sexistak, xenofoboak, biolentoak bultzatzen dituzten joko ezagunen aurrean". Hala ere, bideo joko eta ordenagailu bidezko jokoan erabileran (ez bada balio sexistak, biolentoak edo arrazistak dituztela) ez dute kalterik ikusten; bai ordea, gehiegizko erabileran.

Altunak zehazten du, halaber, pantaila-jolasekin kontuan izateko elementua dela alderdi motoreari eragin diezaiokeen kaltea, hau da alderdi kognitiboa —burua— oso estimulatzen duten bitartean, gorputz mugimendurik ez dago apenas. Eta Aizarnak zera eranstean du jolas teknologikoei buruz: "Makina batek inoiz ez dio emango ume bati pertsona batek eman diezaiokeen goxotasuna, ulermena, maitasuna, konpartitzeko aukera. Inoiz ere ez".



Aitziber ESTONBA  
Sexologoa

## SEXOLOGIA



## SEXU ORIENTAZIOA

*5 urteko alabak oraintxe gelako neska bat eta hurrena mutil bat gustatzen zaiola esaten du. Adin horretan orientazio sexuala definitua dago?*

**EZ, ORIENTAZIO SEXUALA** pubertaroan definitzen hasten da. Adin horretan, desira erotikoa garatzen hasten denez gero, desira nora bideratuko dugun da orientazio sexuala. Identitate sexualak, berriz, naizenarekin (neska ala mutila) eta nire neska edo mutila izateko moduarekin zer ikusia du eta txikitatik ematen da.

Askotan, ikastetxeetan, baita fa-

milietan ere, nahasketa sortzen da honekin, eta ume txiki bat homosexuala dela diote, soilik "nesken" jolasak, mozorroak, formak... (gizarte honetan neskei egokitu zaizkienak) gustuko dituztelako edo neskekin ibiltzea nahiago dutelako. Hori akats handia izateaz gain, ondorioak ekartzen ditu ume horiengan, ezjakintasunean oinarritutako etiketak ezartzen dizkiegulako.

## NERABEAK

*Lehen aldiz nerabeen tutorea izatea egokitu zait, eta konturatu naiz euren elkarrizketa ia guztiak sexuaren ingurukoak direla. Normala al da?*

**BAI, EGIA DA.** Horren arrazoiak bi dira. Lehendabizikoa, haien garapen ebolutiboari dagokio. Nerabezarroan desira erotikoa sortzen da eta horrekin lotuta, beste pertsonetikiko erakarpen fisikoa, kitzikapena modu kontzientean bizitzen hasten dira. Lehendabiziko maitemintzeak gertatzen dira eta modu intentsoan ematen denez gero, besteekin konpartitu nahi dute. Bigarren arrazoa ulertzeko, gizarteari so egingo diogu. Gizarte hau "hipersexualizatua" dagoela esango nuke. Tebistatan (baita marrazki bizidunetan ere), Interneten, kaleko iragarrietan, tabernetan.... sexua da gai nagusia. Gainera, ez da sexualitateari buruzko ikuspegi naturala ematen, sexua kontsumorako beste objektu bezala baizik. Honek fenomeno

berezi bat sortzen du gazteengan, hau da, gai honi buruz hitz egiteak taldean, besteen aurrean, estatusa lortzea eragiten du. Horrekin lotuta zera gertatu da: haien arteko elkarrizketak, haien bizipenen ingurukoak izan behar (nerabe baten bizipenak), komunikabideetan ikusitakoaren inguruan direla, haien bizipenak izango balira bezala. Horrez gain, argi ikusten da gizartean dagoen sexualitatearen ikuspegi honek, haien bizitza sexuala modu osasuntsu eta askean bizitzeko mugatzen dituela. Beraz, hemen dugu bai sexologoek bai hezitzaile guztiek (familiak, irakasleak, begiraleak...) erronka nagusia, gazteei sexualitatearen beste ikuspegia ematea, benetako sexualitate askea bizi ahal izateko.

## MASTURBAZIOA

*Zein adinean hasten dira haurrak masturbatzen, eta zein onura ditu txikitatik masturbatzeak?*

**MASTURBAZIOA DEITZEN** zaion arren, haur txikien masturbazioa ez da helduena bezalakoa. Haur txikiak beren genitalak aurkitu eta haiekin esperimentatzen hasten dira. Pubertarotik aurrera, masturbazioa kontzientea da eta desira erotikuari erantzuten dio. Berriz, aipatu moduan, txikien kasuan, ez dago desira erotikorik, gorputza ukitzean autoexplorazioa burutzen dute. Egia da genitalak plazerra ematen dietela, eta hauek aurkitu eta gozamina eta kitzikatzea bizitzen dutela. Adinaz galdetzen didazu, baina ezin da esan. Batzuk lehenago, beste batzuk beranduago. Ikusi ahal izan duguna da, pardedak askotan ez diela uzten autoexplorazioa aurrera eramaten, eta nolabait mugatu egiten dituela. Horregatik komenigarria da, egunean zehar, uneak bilatzea pardedelik gabe egoteko eta haiek haien gorputz osoa sentitu eta ukitzeko aukera izatea. Horren bidez, haur txikiak beren gorputza deskubritzen, ezagutzen ari dira, eta, era berean, gorputzak ematen dizkien aukerak bizitzen. Plazera lortzen dutela argi dago, eta beren gorputzari esker denez, gorputza plazer iturriarekin lotzeko aukera ematen die. Zer onuragarriago gure gorputza maitatzeko eta onartzeko, hau plazerarekin lotzea baino? Bestalde, askotan, tentsioak askatzeko balio izaten die.

## SEXOLOGIA

### EROTISMOA

Zer garrantzia du erotismoak sexu harremanetan? (Ez baitakit gure harremanak oso erotikoak diren)

**EROTISMO HITZA** nahaste asko sortzen dituen terminoa da eta honen harira sexologok ditugun hiru erregistroak azaltzeko aprobetxatuko dut. Alde batetik, sexua dugu, gu garena, gizon edo emakume ezberdinak; bigarrena sexualitatea litzateke, gure gorputz sexudunarekin bizitzen eta sentitzen duguna; eta, azkenik, erotika, gure sexualitatea nola adierazten dugun. Pertsona bakoitza bakarra eta errepikaezina denez, modu ezberdinak ditugu, izateko, sentitzeko eta baita adierazteko ere.

Beraz, erotika pertsona guztiek dute, harreman sexualak eduki ala ez, munduan garena adierazteko erabiltzen dugun modua baita. Paradisua bikotean afektu sexuala eta afektu sozialen beharra modu osasuntsu eta baikorrean asetzeari izan-



go litzateke (Felix López). Afektu sozialari dagokionez, konexioarekin, intimitatearekin, harremanaren ziurtasunarekin eta elkarri zaintzarekin lotuta dago. Afektu sexualak, berriz, desirarekin, erakarpinarekin eta bizitza sexual aktiboarekin lotura du. Denok dakigunez, bikote bakoitza ezberdina da eta denek horretan gure gorabeherak izaten ditugu. Zuk aipatzen duzunagatik, afektu sexuala da ez duzuna behar bezala asetzen, eta zure bikotearekin edota zure kabuz honi buruzko lanketa bat egitea proposatuko nizuke. Gizarte honetan, zer gustatu behar zaigun edo zerk kitzikatu behar gaituen ere agintzen digutenez, askotan ez dugu honi buruzko hausnarketarik egiten, horrek ekartzen dizkigun ondorioekin.



**Francesco Tonucci:**

“Haurrentzat egokia den hiri bat, biztanle guzti-guztiontzat da egokia”

Psikopedagogo eta marrazkilaria italiarraren ‘Haurren Hiria’ liburua euskarara ekarri du Arrasateko Txatxilipurdi elkarteak, komunitatearen biziberritzeak eta bestelako komunitate baten aldarriak hizkuntza berreskurapenarekin topo egiten duelakoan...

[www.hikhasi.com](http://www.hikhasi.com) webgunean eros dezakezu ‘Haurren Hiria’ (Hazi Hezi-ko harpidedun baldin bazara, prezio berezian)



**Libe GARMENDIA**  
Dietista-Nutrizionista

## ELIKADURA

### HEZURRAK

Hezurrei begira, zein dira elikagai egokiak?

**HAURTZAROAN ETA NERABEZA-ROAN** gorputzaren hazkuntzarekin batera, hezurak osatu eta hazten dira. Pubertaroa da hezur-dentsitatea gehien hazten den garaia. Hezur-masaren gehieneko osaketa 20-25 urte arte izaten da. Beraz, ordurarte jarraitutako bizi eta elikadura ohiturek, hezur-masaren dentsitatean eragingo dute.

Azterketa zientifiko desberdinek, Kaltzioa eta D bitamina, hezur masaren garapen eta mantenimendurako beharrezkoak direla erakutsi izan dute. Kaltzioa elikagai desberdinetatik lortu dezakegu (esne eta esnekiak, itxaskiak, hezur eta guzti jaten diren arrainak, almendrak, hurrak, garbantzuak, lentejak, soja freskoa, hosto berdeko barazkiak...). D bitamina gehien, eguzki izpien bitartez lortzen dugu. Izan ere, gorputzak, eguzki izpien bitartez, D bitamina sintetizatzeke gaitasuna du. Elikagaietatik ere lortu dezakegu (arrain urdina, arrau-

tzak, esnekiak...).

Fosforoa eta magnesioa ere, hezurrei begira garrantzitsuak dira. Fosforoa, kaltzioaren asimilazioan parte hartzen duen minerala da. Mineral honen beharra, erraz asetzen da, elikagai ugartan aurkitzen baita. Gehiegi kontsumituz gero, kaltzioaren asimilazioa txikitu eta hezur-masaren desmineralizazioa eragin dezake. Horregatik, fosforoan oso aberatsak diren elikagaiak neurrian kontsumitzea gomendatzen da (kolazko freskagarriak). Magnesioak (zereal integralak, fruitu lehorrak, lekaleak...) berriz, Fosforoa eta Kaltzioa orekan egotea lagundu eta D bitaminaren aktibitatea egokia izaten laguntzen du.

Proteina eta sodio gehiegi kontsumitzeak aldiz, hezur masaren desmineralizazioa eragin dezake.

Ezin dugu aipatu gabe utzi, aktibitate fisikoa egitea hezurak osasuntsu mantentzeko beharrezkoa dela.

### FIBRA

Gure umeak komunera joateko zailtasun handiak ditu. Zein dira fibra daukaten barazki, fruitu eta elikagaiak?

**ZUNTZETAN ABERATSENAK DIREN** elikagaiak honako hauek dira: zereal integralak (zentenoa, garia, oloa...), frutak (mugurdia, masusta, aranak...), barazkiak (orburua, brokolia, hosto berdeko barazkiak...), lekaleak (lentejak, ilarrak, garbantzuak...) eta fruitu lehorrak (almendrak, hurrak...). Adinaren arabera, zuntz beharrak desberdinak dira. Haurrek behar duten zuntz kantitatea jakiteko, adinari 5 gramo zuntz gehitu behar zaizkio. Adibidez, hurrak 4 urte baditu, haurraren zuntz beharrak 9 gramokoak izango dira. Horrela, 20 urte arte. Zuntz gehiegi ematea ez da gomendagarria, mineralen (kaltzioa, burdina, zink-a eta kobrea) asimilazioa gutxitu baitaiteke. Gehienez, adinari 10 gramo zuntz gehitzea gomendatzen da. Haurrak zuntz kantitate egokia kontsumitzeko, gomendio hauek jarraitzea nahikoa da: zereal integralak (egunean 4-6 anoa), fruta (2-3 pieza; hobe osorik), barazkiak (2-3 anoa); lekaleak (astean 2-4 anoa), fruitu lehorrak (eskukada bat egunero). Adinaren arabera, anoak desberdinak izango dira. Haurraren elikaduran zuntza gehitzearekin batera, oso garrantzitsua da haurrak edaten duen ur kantitatea gehitzea. Horrela, zuntzek bere lana hobeto egin ahal izango baitute. Komunera joateko zailtasunak diren kasuetan, elikaduran zuntzak eta ura gehitzeaz gain, aktibitate fisikoa egitea ere garrantzitsua da.

### IZOZKIAK

Izozkiekin zalan-tza handia daukagu. Ahal den gutxien jaten saiatzen gara, beti entzun baitugu asko gizentzen duela izozkiak eta ez duela nutrizio balio handirik. Baina umeek eskatu egiten dute. Izozkien pareko jaki osasungarririk gomenda diezagukezu?

**EGUNERO JATEKO** ez bada ere, noizean behin haurrari izozki-txo bat ematea ez dago gaizki. Horrelakoetan, aukera egokia egitea komeni da. Izozkiaren osagaien arabera, balio nutrizionala asko aldatu daiteke. Gaur egun denetariko izozkiak aurki ditzakegu saltokietan (esnedunak, kremadunak, gantz bejetaldunak, urezkoak...). Horiek, gantz saturatu eta azukreetan aberatsak dira. Urezkoak, aldiz, gantzik ez eduki arren, azukreetan aberatsak dira.

Saltokietan azukre gabe eginiko izozkiak ere aurki ditzakegu baina hauek, askotan, gantz gehiago izaten dute. Jogurtaz eginikoak ere badaude. Horiek, azukre eta gantz gutxiago izaten dute normalean.

Etxean ere, izozkien pareko jaki goxo, fresko eta osasuntsuak prestatu daitezke. Hona hemen adibide batzuk:

- Fruta-irabiakia: fruta, izotza eta esnea irabiatzea.
- Frutazko poloak: fruta txikituari, azukrea eta limoi zukua nahastu eta izoztea.
- Esnezko izozkia: gustuko irabakia izoztea (soja edariarekin ere prestatu daiteke).
- Jogur izoztua.
- Udako fruten izotz-edaria.

\* Fruta, aurretik izoztea eta txikitzea komeni da

# astez aste, urtez urte

## HAURDUNALDIA

Haptonomia: ukituz sentitu eta sentiarazi

## LEHEN URTEAK

Zaintza-uneen garrantziaz

## URTE GOZOAK

Euskara, emozio positiboen hizkuntza

## NERABEZAROA

Lagunik ez edukitzea arazo bat da

## HAURDUNALDIA

# Ukituz sentitu eta sentiarazi

Haurdunaldia kontzienteago bizitzeko eta sentitzeko aukera ematen du haptonomiak. Ukimenaren bidez, maitasuna eta hurbiltasuna sentiarazten dizkiote gurasoek sabel barruan den haurrari, Ainhoa Elordik azaldu duenez.



**G**ero eta bikote gehiagok bizi nahi dute haurdunaldi kontziente bat, prozesuaren jabe izan, sentitu eta erabakiak hartzeko gai izateko. Haurdunaldiari dagokion denbora eta garrantzia emateko eta bi bikotekideek haurrarekin konektatzeko bide bat eskaintzen du haptonomiak, afektuen zientzia baita. **Kontaktua bidez —eskuen ukimenaren bidez— hurbiltasuna eta segurtasuna transmititzean daturatzen da haptonomia**, eta bizitzeko etapa ugari aplikatu daitezke, hala nola heriotzaren atarian dagoen pertsona batekin, edo jaiotzearen dagoen batekin, haurdunaldian.

**Ainhoa Elordi psikologo eta haptoterapeuta** da, eta haurdunaldian zeharreko laguntza eskaintzen du: "Bikote askok beharra sentitzen dute euren egunerokotasunean eten bat egin eta denboratxo bat hartzeko, haurdunaldia bizitzeko eta aldaketa horiek sentitzeko, baina behar hori ase eta haurdunaldian enfoke medikuari beharrean afektuei lekua egiteko, laguntza behar izaten dute". Horretan dihardu berak, haptonomiaren bidez bikoteei haurdunaldi kontziente bat bizitzeko laguntzen. "Lana bikoteak egin behar du umetxoarekin, haptoterapeutak laguntza ematen die".

Haurraren autonomia ahalbidetzen du haptonomiak, baina lehenik eta behin bikotearen autonomia indartu behar du: "Gure helburua ez da makulu bat izatea, baizik eta erreferentzia bat, helburua bikotea ahalik eta autonomoen izatea da, segurtasuna irabaztea, prozesua euren egitea eta jabetzea; plazerez, argitasunez eta segurtasunez bizitzea euren haurraren etorrera".

Bikotea aipatzen du uneoro Elordik, umetxoarekin batera haiek baitira prozesuko erabateko protagonista. **"Aitari edo beste amari —haurdun ez dagoen bikotekideari— garrantzia handia ematen zaio; dagokion lekua ematen zaio"**. Bikotekidea izango da bere eskuen bidez, amaren gorputza ukituz, haurrari maitasuna eta hurbiltasuna helaraziko dizkiona. "Haurra jaio ostean, kasu askotan, amaren eta umearen arteko lotura oso estua izaten da, eta beste gurasoa diada horretatik kanpo geratzen da. Hirukotea zaindu ezean, hortik arazoak etor litezke behin haurra jaiotakoan, aitak edo beste gurasoak haurrarekin lotura sendotzeko denbora asko igaro baitaitezke". Beste gurasoari ere haurdunaldia osoki bizitzeko aukera ematen dio ukimenak, bere eskuen bitartez afektua transmitituz umeari, eta baita

haurra bera sentituz ere".

Aitari ez ezik, amari ere mesede egiten dio bikotekideak haurdunaldia sentitzeak, Elordiren arabera. Kontaktu fisikoaren bidez, guraso biak presente eta umeararekin konektaturik egoten laguntzen du haptoterapeutak: "Ama munduari irekia egon dadin laguntzen du, eta, era horretan, amak bikotekideari bidea irekitzen dio sar dadin konexio horretara. Hasieratik aitak badauka beraz bere lekua, eta behin umetxo jaiotzen denean ez du bere lekua bilatu beharrik". Aldiz, gero eta bikote gehiago topatzen ditu "deskonektaturik": "Gure gorputzetik eta bikotetik deskonektatuak gaudenean ez dugu gure lekua topatzen, eta arazo horiek prebenitu egin litezke emozioak landuz".

**Aurretik, haurdunaldian zehar, eta ondoren.** Hiru atalen inguruan egiten dituzte haptonomia saioak. Lehenik eta behin, lotura afektibo sakona lantzen dute. **"Ukimenaren bidez egingo dugu lana, baina haur ez da teknika bat, ez mugimendu automatiko batzuk ikastea; baizik eta umeararekin komunikatzea gure eskuen bidez**, bihotza eta arima gure eskuetan jarriz umeari maitasuna, segurtasuna eta hurbiltasuna emateko".



tea da gakoa". Ernardiko oso etapa goiztiarretik umetxoak ukimenaren zentzumena garatua dauka, eta beraz, laztanekiko sentibera da. Umearekin komunikatzeko, alabaina, lehenengo bikotearen arteko harremana lantzen da. "Ikaragarria izaten da gurasoek nola lortzen duten eguneroko bizitzarekin deskonektatzen eta euren emozioekin konektatzen ikustea".

Bigarrenik, behin beste gurasoak amaren sabelera hurbiltzen ikasi duenean, jarrera hori baliatzen dute amak haurdunaldian zehar izan ditzakeen min eta zailtasun fisikoetan laguntza emateko. "Aitak ez dizkio masajeak soilik ematen amari, ematen dion babesa eta laguntza askoz

sakonagoa eta afektiboagoa da". Artikulazioen, lotailuen eta giharren elastizitatea bilatzen da, eta honek haurdunaldiari ongizatea ekartzen dio, tentsioak eta molestioak arintzen laguntzen baitu.

Erditzea ere lantzen dute bikoteek haptorerapeutarekin, nahiz eta ez den ohiko prestakuntza bat. "Erditzean afektuak oinarri izaten jarrai dezan, bakoitzak zer egin dezakeen jakitea oso garrantzitsua da, umeari mundu berri honetarako bidea erakusteko". Erditzeak diren bezala izanik ere —etxean, ospitalean; epiduralarekin, gabe; zesarea bidezkoa...— kontzientzia handikoak izan ohi direla dio Elordik: "Hirukotearen lotura landu dutenez aurre-

tik, umea akonpainatua izan dadin lagunduko dugu uneoro".

Behin haurra jaiotzen denean ere, lehen urtean hainbat saio egiten dituzte umearekin, "haurrak hasieratik jaso du babesa, gidatua sentitua da, maitatua eta desiratua. Erditzeraoan gurasoak hor egon dira, presente, eta lehen urtean, autonomo izan arte, saio batzuk egiten ditugu gurasoek segurtasun hori ematen jarrai dezaten".

Haptonomia saioak indibidualki egiten dira, ez taldean, "oso emozionalak izaten dira taldeak, eta intimitatea gorde behar da". Haptonomiarekin egiten diren zortzi-bederatzi saioetatik harago, bikoteek etxean egunero denbora bat hartzea beharrezkoa da elkar ukitzeko, haurrarekin komunikatzeko eta haurdunaldia sentitzeko. Saio horietan hasten dira haurrak gurasoen laztanei erantzuten.

Saioak, normalki umetxoaren mugimenduak hasten direnean hasten dira, baina aurretik ere egin liteke, baita haurdun gelditu aurretik ere, uteroa prestatzeko eta kontaktuaren bidez goxotasuna hartzeko. **"Haurdun gelditzeko arazoak dauden kasu batzuetan, barruko tentsioak daudelako izaten da, eta haptonomiak erlaxazio maila handia lortzen laguntzen du, fisikoki eta emozionalki lantzen baita gorputza,** eta giharrez gain, gorputzeko atal sakonagoetan eragiten da".

Haptonomia ez da oso zientzia ezaguna Euskal Herrian —dozenatik behera haptoterapeuta formatu daude Euskal Herrian—, baina 50 urtetik gora dira Frans Veldman herbeherearra gerra ostean haptonomiaren bidez laguntza ematen hasi zela. Gerra ostean, dena galduta eta egoera miserablean zeudenei euren eskuekin, gertuko pertsona maiteari babesa eta segurtasuna transmititzen irakatsi zien. Gaur egun pil-pilean dago European, hala nola, Suedian, Alemanian edota Herbeheretan, eta herrialde batzuetan gizarte segurantzaren barruan egiten du haptoterapeutak haurdunaldiaren laguntza.

## LEHEN URTEAK

# Zaintza-uneen garrantziaz

Jan, lo egin eta txiza eta kaka egin. Haur txiki baten egiteko nagusiak dira (arnasa hartzarekin batera). Txikieria irudi dakioko norbaiti, baina, izan, hil ala bizikoak dira egiteko horiek. Horregatik, **zaintza-une horiei arreta handia jarri zien Emmi Pikler pedagogoak, eta jateko unea, garbitzekoa eta lotarakoa kalitateko zaintza-une izan behar zirela defendatu zuen; haurraren ongizaterako duten garrantziagatik, batetik, baina baita haurraren eta helduaren arteko une estuak direlako ere.**

**E**gunean hiruzpalau aldiz aldatu behar zaio pixoihala haur txikiari; beste horrenbestetan erantzi eta jantzi; elikatu egin behar da; mukiak kendu; bainatu; lotarako prestatu... egunean zehar eta egunero-egunero errepikatzen diren zaintzak dira, errepikatzearen errepikatzeaz automatikoki egiten direnak, batzuetan. Alabaina, **haur txikiarentzat itzelezko garrantzia dute une horiek, ondoezetik ongizatera baitaramate oinarrizko zainketek; bere beharrak ezagutzen, bereizten eta adierazten ikasten du eta, gainera, bakarka dago helduarekin, izan gurasoarekin, zainzailearekin edo hezitzailearekin.**

**Emmi Pikler**ren (Viena, 1902-Budapest, 1984) pedagogiaren oinarrietako bat da zainketari daukan arreta eta garrantzia ematea. Bi dira Lóczy institutuan garatu zuen proposamen pedagogikoaren ardatzak: jarduera autonomo eta mugimendu askea, batetik (**Hazi Hezi**-ren 3. zenbakiko gai nagusian jorratu zen gisan, haurraren ekimena errespetatzea eta urratsak ez aurreratzea proposatzen du Piklerrek) eta zainketei dagokien hau, bestetik. Hala bada, bi oinarri horiek bat datoz, eta zaintza-

uneetan ere posible da —eta are gehiago, beharrezkoa beharko luke izan— haurra bere garapen-prozesuaren protagonista izatea, helduak lagunduz, baina beti ere haren garapen erritmoa eta haren ikaskuntza-prozesua errespetatuz, beharrezko ez den esku hartzerik gabe. Piklerrek nabarmendu zuen haurra ez dela zainketen objektu bilakatu behar, baizik eta parte hartzaile aktibo izateko aukera eman behar zaiola.

Oinarrizko zainketa horiek modu egokian —horretara jarririk eta eskatzen duen atentzioarekin— egiten direnean, haurrak segurtasuna garatzen duela ikusi zuen Piklerrek, berak artean identifikatzen ez duen ondoeza goxatu baitio helduak. Haatik, oinarrizko premiak behar den moduan ez asetzeak heldua ondoan ez daukala sentiarazten dio umeari, eta Piklerrek azaldu zuenez, “oinarrizko premiak ez asetzeak eta segurtasun fisikoaren gabeziak haurraren interesa mugatzen du, bai sozializatzeko interesa nola mundua deskubritzeko ere. Haurrak segurtasunik ez duenean, ezin du autonomo izan; segurtasunik gabe mugimendu askatasunik ez dagoelako. Haurrak sentitu behar du zaintzen

duen heldu horrek konfiantza osoa duela haren gaitasunetan”. Azken batean, lehen haurtzaroan haurra somatikoa da, gorputza du eta psikologia gutxi, beraz, gorputza da beste guztiaren abiapuntu.

**Montse Fabres** Kataluniako Mestres per l'Autonomia taldeko andereñoak **hik hasi**-k Emmi Piklerren pedagogiari buruz antolatu zituen jardunaldietan zaintza-uneen garrantziaz ikastaro bat eskaini zien hezitzaileei. Harremana, arreta eta errespetua dira zaintza-uneetako gako hitzak, Fabresen arabera; une horiek kalitatezkoak eta plazerean oinarrituak izan behar dutela azaldu zuen, bai haurrari eta bai helduari dagokionez ere. **“Egunerokotasunean murgilduta dauden zainketa-une horiek guztiak harreman iraunkorrek sortzeko une pribilegiatuak dira. Garrantzitsua da gure kargu dugun haur bakoitzarekin harreman afektiboa eraikitzea; lotura segurua, iraunkorra eta konfiantzazkoa ezartzea”.**

Jaten ematean, arropak erantztean eta janztean... umearen eta helduaren artean dagoen komunikazioa zaintzearen garrantzia nabarmendu



zuen Fabresek. Begirada, ahotsaren tonua, hitz egitea, haurrari gertatuko dena azaltzea, keinu leunak egitea, heltzeko modua zaintzea, baimena eskatzea, entzuten jakitea, haurrari behar duen denbora ematea... horiek guztiak errespetuzko komunikazio bateko ezaugarriak direla azaldu zuen. "Era berean, haurra ere komunikatzen ari zaio une horietan ere, ekimena du, gorputzarekin helduari hitz egiten dio eta haurra bere buruaren kontzientzia hartzen ari da, zaintzailearengandik jasotzen duen tratua araberera eraikiko baitu bere buruaren irudia". Komunikazioa eta elkarrekin egon daitezen, pixoihal-aldaketa, jaten ematea, lo-kuluxkaren aitzineko unea... harreman mekaniko batean oinarritzeko arriskua saihestu behar dela dio Fabresek, "haurraren ekimena kontuan hartu behar delako". Zainketa hauek familiako testuingurutik kanpo, sehaska etxeetan eta haur eskoletan gertatzen direnean, haurrez arduratzen direnak hezitzaileak diren uneetan, ahal izanez gero haur bakoitzarekin bakarkako harremana izatea hobesten du. "Haurrak ongi ezagutzen dituen pertsonen kopuru jakin batekin lotura iraunkorra izatea da onena, eta harreman pribilegiatua eraikitzea, beti, heldu berarekin".

## "EZ EMAN HAURRARI GOGOZ HARTUKO EZ DUEN KOILARAKADA BAT GEHIAGO"

Hezitzaileentzat —eta kasu askotan gurasoentzat ere bai— umeari jaten emateko unek zailenak izaten direlako eta haurraren hazieran eta hezkuntzan duten garrantziagatik, tarte berezia eskaini zion Fabresek bere hitzaldian. "Elikatzeko behar fisikoa asetzeko unea izateaz gain, jatorduetan gauza asko gertatzen dira: helduarekiko komunikazioa sortzen da; gauza berri asko ikasten ditu haurrak, zaporeari gustu hartzen, eta edalontzitik edaten, koilara erabiltzen, ez zikintzen... eta ohitura sozialak ere ikasten ditu, mahaiki-deekin jokatzeko...".

Jatorduetan ere haurraren erritmoak eta neurriak errespetatzeko premia nabarmentzen du Fabresek, "ez baitira ume guztientzat berdinak". Neurriari dagokionez, adibidez, hezitzaileak azaldu zuen kopuru handiegia jartzen zaien kasuetan, platera guztiz amaitzeak ematen duen plazera sentitzea ukatzen zaiola haurrari. Erritmoari dagokionez, zapore eta uki berriak pixkanaka eskaintzea gomendatzen du, "haur bakoitzak bere momentua baitauka eta aldaketa handia baita haurrarentzat". Elikagai bat proba-

tu nahi ez duenean, berria delako, koloreagatik, usainagatik, ukiagatik, haurra igarotzen ari den uneagatik... itxoitea eta ukazio hori errespetatzea aholkatzen du. Berdin, alderantzizko kasuetan ere, haurrak gehiago nahi badu, gehiago eskaintzea proposatzen du, beti ere muga batekin, eta haurra amaierarako prestatuz: "Hauze izango da azkena, ados?".

Erritmoari loturik, era berean, haurra garapen psikomotorraren zein unetan dagoen begiratzea garrantzitsua da Fabresek, garapen psikomotorra beharrezkoa baita, adibidez, koilara bat hartzeko. "Eta guk, sarritan beharrezko garapena izan aurretik, koilarari heltzeko eskatzen diogu. Eta, gainera, erabiltzen jakin dezala, ez dadila zikindu, eta ez dezala jolas egin jatorduetan. Baina prozesu bat da, eta haur guztiak ez dira une berean egoten".

Zaila izaten da, ordea, bai gurasoentzat eta bai hezitzaileentzat, haurrak esaten duena errespetatzea. Batzuetan baztertu egiten du platera, eta zenbaitetan bota ere bai. Ohikoa izaten da kasu horietan heldua haurra limurtzen saiatzea, "ea, azkeneko koilarakada, besterik ez", ahots liluragarria eta begirada ezin ederragoa baliatuz, baina beste mezu bat helarazten dio helduak haurrari: hark ezetz esan arren, heldua ez dela haren nahia onartzen ari". Fabresek aholkatzen du ez saiatzeko haurra konbentzitzen. Piklerrek argi esaten zuen: "Ez eman haur bati gogoz hartuko ez duen koilarakada bakar bat gehiago".

**Ura edateari** dagokionez, haur eskolako beharren edo ordutegiaren arabera edan beharrean, Fabresek errespetua eskatzen du une honetarako ere. "Garrantzitsua da haurrak egarria sentitzen duenean ura eskuratzeko aukera izatea. Ura edateko aukera kontrolatzen badugu, haurraren gaitasun bat mugatzen ari gara".



## URTE GOZOAK

# Euskara, emozio positiboen hizkuntza

Gurasoek ezin dute euren seme-alaben hizkuntza-ohiturak zeintzuk izango diren erabaki, baina bai haietan eragiteko oinarri on bat jarri. Hala dio Iñaki Eizmendik, euskararen erabilera sustatzeko estrategietan adituak. Euskararekiko jarrera aktiboa hartuz seme-alabei eredu koherente bat erakustea eta euskararekin lotutako bizipenak eskaintzea da bide eraginkorrena horretarako.

**E**bete enpresaren bidez, euskararen erabilera sustatzen ari izan diren eragileei estrategia eta tresna praktikoak eta eraginkorrak eskaintzen dizkie Iñaki Eizmendik. Berezik gurasoekin eta irakasleekin egiten du lan, formazio ikastaroak, hitzaldiak eta informazio saiok emanaz. Halaber, ikastetxeei ikasleen hizkuntza-jokabideetan eragiteko aholkularitza zerbitzua eskaintzen die.

**Datuek diote gela barruan ikasleekin euskaraz egiten duten haur askok ere, kalean erdaraz egiten dutela. Ikerketa horiek, halaber, diote familia eragile garrantzitsua dela seme-alaben hizkuntza-ohituretan. Nola lagun dezakete gurasoek seme-alabek euskaraz hitz egin dezaten?**

Gurasoek ezin dugu erabaki gure seme-alaben hizkuntza-ohiturak zeintzuk izango diren, baina oinarri on bat jar dezakegu. Hori da gure zeregina. Azken ikerketek erakutsi dutena oso gauza logikoa da (Soziolinguistika Klusterraren Arrue ikerketa, adibidez): adinean aurrera doazen neurrian haurrak/nerabeak gizarteko hizkuntza-errealitatera hurbiltzen doaz. Hau da: sozializazio prozesuaren barruan hizkuntzen erabilera ere



gizartean ematen diren ohituretarako egokitzen doa. Haur txikien gizarte harremanak nahiko mugatuak dira (familia, eskola, inguru hurbila...) eta poliki-poliki gero eta egoera gehiagotan eta gero eta harreman gehiago dituzte. Txikiak direnean familien eta eskolaren eragina oso handia da, baina eragin horrek indarra galtzen du hazten doazen neurrian, eta ohiturak gero eta gehiago hurbiltzen dira gizarteko errealitatera. Baina, gure inguruan argi ikusten den moduan, heldu guztiok ere ez ditugu hizkuntza-ohitura berberak. Hau da: abiapuntu berdintsua duten eta testuinguru bertsuan bizi diren heldu guztiok ez dute berdin jokatzeko hizkuntzekin. Herri batean euskaraz hitz egiten duten eta gaztelaniaz hitz egiten duten heldu koadrilak aurkitu ditzakegu. Agian guztiok eskola berean ikasi dute eta hizkuntza-ibilbidean (haur-nerabe

garaikoak) ez dute alde handiegirik. Are gehiago, koadrila bereko kideek ere hizkuntza-ohitura ezberdinak dituzte beste hainbat egoera eta harremanetan: bikotekidearekin, kaleko beste hainbat egoeratan, lantokian... Beraz, haurrak gizarteko hizkuntza-errealitatera egokitzen doaz, baina horren barruan ere jokabide oso ezberdinak daude. **Gurasoek ezin dugu erabaki gure seme-alaben hizkuntza-ohiturak zeintzuk izango diren, baina oinarri on bat eskaintzen ahalegindu gaitzake. Horretan gurasoon zeregina benetan da garrantzitsua.**

**Gurasoek zer nolako rola dute haurrek euskara erabil dezaten?**

Hizkuntza-ohitura gehienak imitazioz ikasten dira. Haurren kasuan, ingurune hurbilean ikasiko dituzte ohitura horiek. Kaletik goaz. Gurea ez den herri batean. Ezezagun bati zer bait galdetu nahi diogu. Zein hizkuntzatan galdetzen diogu? Edo, hiriburu batean gabiltza erosketak egiten. Dendaz denda. Nola eskatzen ditugu gauzak? Horiek hizkuntza-ohiturak dira eta imitazioz ikasten dituzte gure seme-alabek. Zuen ohiturak nolakoak diren argi baduzue, seme-alabek antzekoak direla ikusiko duzue.



Noski, hori gertuko harremanetan ere ematen da. Zenbat erdara erabiltzen dugu ustez euskaraz diren elkarrizketetan? Nola egiten dugu lagun euskaldunekin? Eta beste gurasoekin? Guraso horien seme-alabekin?...

Gurasoon rola seme-alaben hizkuntza-ohiturei begira benetan garrantzitsua da. Seme-alabek lagunartean eta beste hainbat harremanetan euskaraz egitea nahi badugu, eredu on bat eskaintzen ahalegindu beharko dugu. Hori izango da hizkuntza-ohiturei begira oinarri on bat jartzeko zutabe garrantzitsuena. Baina eredu on bat eskaintzea ez da zaila, eta zeregin horretan gurasoak ere aritu gaitezke. Bizi garen testuinguruan ez da harrizkeoa gurasoak kontraesanak izatea: gure seme-alabek hizkuntza-ohitura batzuk izatea nahi genuke, baina guk ez dugu bete-betean horrela jokatzeko (segurtasun falta dugu egoera batzuetan euskaraz egiteko, erantzun txarren beldurra, ohiturak aldatzea zaila dela iruditzen zaigu...). Ez da erraza horiek guztiak gaintzea, baina ez da zaila euskararekiko jarrera aktiboa izatea: gero eta euskara gehiago eta gero eta harreman gehiagotan erabiltzeko jarrera hartzea. **Gure jarrera hori bada, gure seme-alabek ikusiko dute**

**ahalegintzen garela esaten dugunaren eta egiten dugunaren artean koherente izaten, eta hori da bidea hizkuntza-ohiturei begira eredu on bat eskaintzeko.**

**“Hitz egin euskaraz!” agindua ematen dute sarri helduek (guraso zein irakasleek). Hizkuntzarekiko jarrera positiboa hartzen laguntzen du horrek? Zerk lagundu dezake?**

Euskararen erabilera indartzera begira ez da eraginkorra. Euskararekiko jarrera positiboak lantzerantz begira ere ez. Baina zein zaila den ez erabiltzea!

Gurasoek eta irakasleek nahi dugu haurrek euskaraz egitea, baina guk nahi genukeen hainbat harreman eta egoeratan agian ez dute egiten. Eta orduan euskaraz egiteko eskatzen diegu, baina... Agian une horretan lortuko dugu euskaraz egitea. Hori bai, hizkuntza-ohiturei begira ez da eraginkorra. Gainera, hori esaten dugunean helduek ez gara gustura sentitzen: badakigu ez dela eraginkorra eta ez zaigu gustatzen “kontrolatzaile” papera hartzea. Ezintasunetik eta etsipenetik abiatutako estrategia da. Are gehiago, haurrek euskararekin harreman handia, indartsua eta positiboa izatera begira ez da egokia, inposizio bat baita. Eta, hori dena gutxi balitz,

ohiko estrategia moduan erabiltzen denean haurrak ohitu egiten dira eta testuinguruaren parte bihurtzen da gure jokabide hori: gu erdaraz ari gara, heldu batek euskaraz egiteko eskatzen digu, joango da, eta guk “normal” jarraituko dugu.

**Jar gaitezen haurren lekuan. Ez dira elebakarrak. Hizkuntza bat baino gehiago erabiltzeko gai dira. Zergatik egin behar dute euskaraz? Guk nahi dugulako?**

Talde baten hizkuntza-ohituretan faktore askok eragiten dute. Besteak beste, dakigun hizkuntza bakoitzean dugun erraztasunak, ingurune hurbi-lean ikusi eta bizitzen dugunak, erreferenteek, kontsumo eskaintzak...

Adibidez: gure seme-alabek, hizkera informalarik dagokionez, zein hizkuntzatan dute erraztasun eta aberastasun handiagoa? Adarra jotzerakoan erabiltzekoak, haserretzen direnean... Are gehiago: guk zein hizkuntzatan dugu erraztasun eta aberastasun handiagoa? Zenbat erdarazko esamolde erabiltzen ditugu? Tebistako zein programa dira beraien gustukoak? Gormitietara jo lastu al daiteke euskaraz tebistako programa hori gaztelaniaz bada? Seme-alabek euskara gehiago edo gutxiago erabiltzea ez da kapritxo hutsa. Uste okerra da besterik

gabe euskaraz egin behar luketela pentsatzea. Baina gainera, ez al diegu arduraren handiegia eskatzen? Ikus dezagun egoera bat:

- Pertsona heldu bat. Euskalduna eta hainbat harreman euskaraz dituen. Gainera, euskararen erabilera indartzearen aldekoa.
- Haur bat. D ereduan ikasten duena. Familia erdaldunekoa. Euskara ulertzen du, erabiltzeko gai da, baina erraztasun handiagoa du gaztelaniaz, eta eskolatik kanpo euskara erabiltzeko aukera gutxi ditu.
- Pertsona heldu horrek euskaraz egiten dio.
- Haurrak erdaraz erantzuten dio.
- Pertsona helduak... erdaraz jarraitzen du haur horrekin!!!

Egoera hori, eta modu horretako beste batzuk, egunero ikus ditzakegu. Galdera: heldu batek jokabide hori baldin badu (ustez euskararekiko jarrera nahiko kontzientea duena izanda), zergatik 8-9 urteko haur batek euskara mantendu behar du berari gaztelaniaz egiten dion batekin? Zergatik eskatzen diegu arduraren hori hartzea? Ez al da arduraren handiegia haurrei eskatzen dieguna? Aurreko galderara itzuliz, **"egin euskaraz" esatea ez da eraginkorra, ezta egokia ere, baina ezer ez esatea ere ez da egokiena: seme-alaben hizkuntza-ohiturak axola bazaizkigu jakin beharko dute nola jokatzeko nahiko genukeen. Seme-alabekin hitz egin dezakegu horretaz:** zergatik nahi dugun beraiek euskaraz egitea, lagundu egin nahi diegula adierazi, gustatuko litzazigukeela beraiek ahalegina egitea, baloratuko dugula ahalegin hori ikusten badugu, eta abar.

Horri begira guk nola jokatu dugun azaltzea egokia da ere, eta gure jokabidearen barruan atentzioa deitzearena eta euskaraz egiteko eskatzearena ere egon daiteke. Baina argi izanda mezuak egokia izan behar duela, atentzioa tonua zainduz deitu beharko geniekeela, eta, batez ere, gure jokabideak esaten dugunarekin koherentea izan behar duela (guk ere ahalegin du behar dugula euskaraz izan daitezkeen harremanetan euskaraz egiten eta seme-alabei hizkuntza-jokabideei dagokienez eredu on bat eskaintzen).

**"Gure jokabidearen barruan atentzioa deitzea eta euskaraz egiteko eskatzea egon daiteke. Baina argi izanda atentzioa tonua zainduz deitu beharko geniekeela, eta gure jokabideak esaten dugunarekin koherentea izan behar duela"**

**Euskara eskolako kontua soilik izan ez dadin, zein garrantzia du esperientziak/bizipenak euskaraz edukitzeak? Zer nolako esperientziak eragiten dute hizkuntza-ohituretan?**

Euskarazko bizipenen zakua ondo betetzea komeni da euskara dilisten pare izan ez dadin. Hizkuntza-ohiturei begira garrantzia handia duen gaia da: gure seme-alabek zein hizkuntzatan dituzte bizipenak? Zeintzuk eta nolakoak dira euskaraz? Zeintzuk eta nolakoak erdaraz? Ziur zuetako askok entzun izan duzuela inoiz: "A mi hijo/a no le gusta el euskera". Eta egia izango da. Baina agian dilistak ere ez zaizkio gustatzen. Baina, noski, ez da gauza bera.

Hori esaten duen haurrak euskararekin nolako harreman duen aztertzen badugu, hauxe ikusiko dugu ziurrenik: eskolatik kanpo euskararekin oso harreman gutxi du. Hau da: ez du euskarazko harreman eta bizipenik. Etxean zein hizkuntza erabiltzen dute? Eskola orduz kanpoko jarduerak zein hizkuntzatan dira? Eta bere gustuko bestelako egoera eta jarduerak? Erdara agertuko da behin eta berriz. Euskara eskolako hizkuntza da eta agian eskolan ere euskararekin ez du bizipen positibo askorik. Ez da harritzekoa euskara ez gustatzea, baina **arazoa ez da hizkuntza bera, arazoa hizkuntza horrekin duen harremanean dago. Ildo horretatik jarraituz, zuen seme-alabek etxetik euskara jasotzen dutenez hainbat bizipen euskaraz**

**izango dituzte. Oso zaila da "no me gusta el euskera" esatea.** Baina nolako bizipenak dituzte euskaraz? 11-12 urteko haur batentzat bizipen indartsuenak zein egoeratan ematen dira? Eskolan eta etxean? Edo kalean, lagunartean eta gustuko jardueretan? Argi dago bigarren multzo horrek hartzen duela gero eta pisu handiagoa, eta gurasook ahalegin du gaitetzkeela egoera horietan euskarazko bizipenak ere izan ditzaten zaintzen.

**Haurren bizipenak euskararekin lotu nahi baditugu, zertan has gintezke?**

Bizipenak euskararekin lotzera begira, beraientzat indartsuak diren bizipenak zein izan daitezkeen eta horietan euskarak lekua izan dezan zaintzen ahalegin du gaitetzke: erreferenteak eskaini, eskola orduz kanpoko jarduerak, eta abar. Haur eta gazteentzat indartsuak diren hainbat bizipen gurasook ez gauden egoeretan ematen dira. Beraz, gure eragina oso mugatua da egoera horietako hizkuntza-ohiturei dagokienez. Hori bai, saiatu gaitetzke ahalik eta "giro babestu" gehien eskaintzen. Eskola orduz kanpoko jardueretan, adibidez, euskarazko aukeratu ditzakegu: badakigu hezitzaileak (entrenatzaileak, begiraleak...) euskaraz egingo duela eta jarduera hori neurri handi batean euskaraz izango dela. Are gehiago, badakigu jarduera batzuetan giro euskaldunagoa izaten dela beste batzuetan baino, eta horietan euskara erabiltzea baloratzen dela. Modu horretako jarduerak eskaintzen badizkiegu, beraien gustukoak diren jarduerak, euskarazko bizipenak eskaintzen ari gara. Horretaz gain, erreferenteak eskaintzen ere ahalegin du beharko genuke: euskararekin lotzen dituzten eta beraientzat erakargarriak diren erreferenteak. Horri begira, egunerokotasunean zenbait elementu zaintzea nahiko eraginkorra izan daiteke: telebista euskaraz ere ikustea, irratia euskaraz jartzea, euskarazko musika entzutea, euskarazko prentsa eskura jartzea, irakurzaletasuna sustatzea, euskarazko ekitaldietan parte hartzea... Zenbat eta erreferente gehiago, orduan eta balio indartsu eta erakargarriagoekin lotuko dute euskara.

## SEME-ALABENGAN EUSKARAREN ERABILERA INDARTZEKO GILTZAK ETA BALIABIDEAK

**Gure seme-alabek erdarara maiz jotzeak kezkatzen bagaitu, Iñaki Eizmendik gomendatzen du, hasteko, haurren lekuan jartzea eta saiatzea ulertzen bere hizkuntza-ohituren oinarrian zein arrazoi dauden. Aholku hauek kontuan hartzea proposatzen du:**

- Gurasoen artean eredu izaten ahalegindu. Euskaraz dakiten gurasoekin euskaraz egiten dugu? Horrela bada, eredu gara. Horrela ez bada, proposamen bat: hitz egin guraso horiekin, eta hizkuntza-ohitura aldatzea proposatu baina urrats txikiak eman. Adibidez: parkean topatzen garen bakoitzean euskaraz egiten hasi... Berdin egin dezakegu euskaraz izan daitezkeen beste hainbat harremanetan.

- Jolastu beraiekin: haurrak lagunartean jolasten ari direnean tartean sartu eta beraiekin jolasten bazarete euskaraz aritzeko ohiturak finkatzen lagundu dezakezue, elkarriketak euskarara bideratu ditzakezue...

- Ez egin errieta: erdaraz hitz egitea ez da txarra, gaztelania edo frantsesa beraien hizkuntza ere bada. Ikus dezatela euskaraz egitea nahi duzuela eta errefortzu positiboak ematen dizkiezuela euskaraz ari direnean: animoak, zorionak...

- Helburu txikiak adostu: lortu ahal izango dituzte eta zuek lagundu ahal izango diezue. Adibidez: jolas hau egingo dugu, baina egiten dugun bitartean denok euskaraz egin behar dugu. Ados? Gu bertan egotean elkarriketak euskarara bideratzeko, helburuak lortu eta errefortzu positiboak emango dizkiegu: "Oso pozik nago, bihar beste jolas bat!", "Banekien nik lortuko zenuela!"...

- Eskola orduz kanpoko jarduerak: benetan da garrantzitsua eskola orduz kanpoko jarduerak euskaraz eskaintzea. Euskaraz



aritzeko guneak eskaintzen dizkiegu, gune babestuak.

**Haurrek telebistatik erreferente asko jasotzen dituzte, baina erreferenteen mundua ez da telebistara mugatzen. Badira beste hainbat tresna garrantzitsu. Zein diren eta nola jokatu azaldu digu Eizmendik.**

Telebistaren kasuan, euskarazkoari lekua egiten ahalegindu behar dugu:

- Gutxienez, euskaraz beraien gustuko zer dagoen jakin. Hau da, programazioan gustuko aukerarik ba ote duten begiratu eta horiek ikustera gonbidatu.

- Helduok ere euskarazko programak ikusi: honetan ere eredu izatea garrantzitsua da.

- Euskarazko programak elkarrekin ikusi. Familia osoaren gustukoak izan daitezkeen programak elkarrekin ikusi: "Hitzetik Hortzera", kirol saioak, marrazki bizidunak...

Kontuan izan beste gauza asko ere egin ditzakegula eta benetan garrantzitsuak direla hauek ere.

- Musika: etxean eta autoan euskarazko musika jartzea. Musika tradizionala eta berria, denetik. Batetik, kultur transmisioan eragiten dugu eta bestetik erreferenteak eskaintzen dizkiegu. Etxean gaudeanean (etxekolanak egiten, eskulan bat egiten...) euskarazko musika jar dezakegu eta autoan bidaia batean

goazenean ere bai.

- Irratia: entzuteko ohitura baldin badugu, euskarazkoari lehentasuna eman. Euskaraz denetarik dugu eta kalitatez ere aukera nahiko ona da. Irratiaren bidez erreferente askoren berri jaso dezakete seme-alabek (ez soilik pertsonaia ezagunak, edozein arlotan euskaraz aritzen diren pertsonak ere bai).

- Pentsa: eskura jarri euskarazko prentsa. Hurrei (baita helduoi ere) ilusio handia egiten die postontzia ireki eta aldizkari bat jasotzeak. Aukerak bat baino gehiago dira: "Irria", "Berria"-ko "Mantangorri" gehigarria, "Gaztezulo"... Hemen ere lagungarria da helduok euskarazko prentsa (ere) irakurtzea eredu on bat ematera begira.

- Irakurzaletasuna sustatzea: guk beraiei irakurtzea, beraiek guri irakurtzea, irakurtzeko ohiturak lantzea, liburutegian euskarazko liburuak (ere) hartzea, tarteka euskarazko liburuak oparitzea...

- Euskarazko ekitaldiak ikustea eta horietan parte-hartzea (antzerkia, kontzertuak, zinema...).

- Euskarazko produktuak eskura jartzea edo opari bat egiteko asmoa duzuen euskaraz gustuko zer-bait ote dagoen begiratzea (liburuak, CDak, DVDak, jostailuak...).

- Internet: nabigatzailea euskaraz izatea, bilaketak euskaraz egitea, euskarazko gune interesgarriak eskaintzea...

## NERABEZAROA

# Lagunak ez dira arazo; ez edukitzea, bai

Nerabe guztiek izan behar lukete lagun talde baten esperientzia, onarpena eta ulermena eman eta jasotzeko aukera, Elena Aycart eta Ainhoa Martin hezitzaileen aburuz.



**A**diskideek nerabezaroan hartzen duten garrantziaren inguruan galdetu diegu **Ainhoa Martin eta Elena Aycarti. 12 eta 14 urte daramatzate, hurrenez hurren, nerabeekin lan egiten, kale hezitzaile gisa.** Nerabeentzat adiskideek duten garrantzia azaldu aurretik, nerabeak nola ikusten dituzten azaldu du Martinek. "Nerabezaroak baditu ezaugarri batzuk, baina ezin zaio orokortasun bat eman; ezin da esan nerabeak 'horrelakoak' dira. Jaume Funesek dioen bezala, 'nerabezaroak' eta 'nerabeak' daude; pertsona bakanak dira, eta hala hartu behar ditugu eta, are gehiago, geure seme-alabak baldin badira". Helduak nerabearengana gerturatu nahi badu, Martinen eta Aycarten arabera, lehenik eta behin, helduaren ikuspuntuan jarri behar da arreta: "Etiketak kendu, konparazioak saihestu, eta aurrean duguna 'nerabe' bat bezala ez, munduko pertsona garrantzitsuena balitz bezala hartu behar dugu". 11-18 urte bitarteko gazteak ulertu nahi baditugu, eta prozesu horretan lagundu nahi badiegu, hezitzaileen arabera, begirada ulerkorra izan behar du helduak, "ez epailea".

Etiketen gainetik eta begirada ulerkorrenekin begiratzeaz gain, nerabezaroa trantsizioko etapa gisa ikustea saihestu behar dugula dio Aycartek: "Badirudi haurrak eta nerabeak helduak izateko presta-

tu behar ditugula, eta ez luke hala izan behar, garai bakoitza bizitzen, gozaten eta aprobetxatzen ikasi beharko genuke, eta baita nerabezaroa ere; eurek gainera, halaxe bizi dute, etorkizunean pentsatu gabe, gaurkoa axola zaie".

Pertsonaren eraikuntzan, 'continuum' baten barruan ulertzen dute, beraz, nerabezaroa. Honenbestez, haurtzaroan bezala, eta helduaroan egingo duten bezala, gazteak, etapa honetan ere, identitatea eraikitzen ari dira. Bilaketa horretan, gorpuztean ematen diren aldaketek eragin handia izan ohi dute. "Helduak bilaketa horretan nerabeari lagundu egin beharko lioke nor den ezagutzen, bere burua ezagutzen, zer gustatzen zaion...", azaldu du Aycartek. "Helduak hor egon behar du, presentzia eskaini behar dio nerabeari, haren ondoan egon...", erantsi du Martinek. Baina ondoan egotea, hezitzaileek zehazten dutenez, ez da galderak egiten egotea: "Galdetzen badiogu, 'zer moduz bart parrandan?', edo 'zer moduz neskalagunarekin?', geuk ere prest egon behar dugu antzeko galderari erantzuteko. Ondoan egoteak, zuk gazte hori ezagutzea eta gazte horrek zu ezagutzea esan nahi du".

Identitatearen bilaketa horretan, nerabezaroan lagunak pisu handia hartzen dute, euren antzeko egoeran dauden kideengandik ulermena eta

onarpena jasotzen dituzte, oroz gain. **"Lagunekin egoteak babesa ematen du, euskarria ematen du eta identitatea ematen du; 'ez nago bakarrik', sentitzen dute. Adiskideekin, interesak partekatu ditzakete, gatazkak izango dituzte, baina gatazka horietatik ateratzeak dakartzan emozio oso positiboak biziko dituzte; konfiantza ematen dute lagunek, maitasuna, zailtasunak daudenean helduleku bilakatzen dira... Elkar ulertzen dute eta ulertuak sentitzen dira"**.

Haurtzaroarekin eta helduaroarekin erkaturik, nerabezaroako adiskidetasunaren ezaugarrietako bat intentsitatea da, nerabezaroaren ezaugarrietako bat baita dena intentsoki bizitzea. "Nerabe baten egun arrunt bat hartzen badugu —azaldu du Martinek—, bere egiteko nagusia lagunekin egotea izango da, hori da beraienezako gauzarik garrantzitsuena: esnatu, prestatu eta eskolara joaten dira; askori ez zaie batere interesatzen klasean esaten dena, baina lagunekin daude, eta atsedenean haiekin egongo dira, eta hori nahikoa dute, eta gero arratsaldean ere bai. Harreman horiek izatea bilatzen dute. Lagunekin daudenean daude benetan ondo".

Nerabezaroako adiskidetasunaren beste ezaugarri bat da, haurtzaroan ez bezala, lagunak kontzienteki aukeratzen dituztela lehen aldiz,



erabakiak hartzeko autonomia baitaukate dagoeneko nerabeek. "Lagunak aukeratu egiten dituzte, zurekin bai eta zurekin ez; eta batzuk kanpo gelditzen dira, eta hori da benetako arazoa".

Arazoa ez da lagunekin orduak ematea, lagunak gurasoen gustukoak ez izatea edo lagun-taldea gatazkatsua izatea; arazoa, bene-benetan, hezitzaileen aburuz, lagunik ez edukitzea da. "Gero eta gehiago ari gara aurkitzen oso bakarrik dauden gazteak; batzuek haurtzarotik ez dute ikasi lagunekin egoten, edo beste batzuek haurtzaroan lagunak izan dituzte eta gero ez". Lagunak edukitzea garrantzitsua baino are gehiago, "funtsezkoa" dela diote. **"Lagun-taldean egotearen esperientzia bizitzen ez dutenek, gero zailtasunak dauzkate, zerbait falta zaie: lagunak falta zaizkie"**.

Nerabe guztiek lagun-talde bat edukitzearen esperientzia bizitzea bermatu beharko litzateke, hezitzaileen arabera: **"Lagunak oso garrantzitsuak dira, eta izan behar dira. Ez baldin badaude, helduok nerabeari eskaini behar dizkiogu baliabideak lagun-talde baterako sarbidea izan dezan; eta hori elikatu, inor baztertu gabe"**. Beraiek, hezitzaile gisa, kale heziketako programetan beti lagun-taldean egiten dute lana, sekula ez bakarka. "Gure programako tresna hori da, lagun-taldea. Gazte bat

bakarrik baldin badago, talde bat sortzen dugu, talde ez-naturala izango da, baina talde-esperientzia hori bizi izan dezaten baliabideak erraztu behar dizkiogu bakarrik dagoenari".

Gurasoen lekuan jarrita ere, seme-alabak ez baldin badauka lagun-talde naturalik, bere zaletasunen inguruan talde bateko ateak irekitzen laguntzea gomendatzen dute. "Garrantzitsua da esperientzia hori bizitzea, besteekin partekatzea, besteak onartzea eta besteek zu onartzea. Esperientzia hori bizitzea. Besteek baloratzea zuk egiten duzuna, galdetzea, entzutea... hori nerabe horientzat ikaragarritzko elikadura da. Lagun-taldea funtsezkoa da".

Adiskideek garrantzia handia dute nerabezeroan, baina baita familiak edo beste helduek ere. **"Helduok uste dugu nerabeek ez gaituztela baloratzen, baina behar beharrezko dute helduaren presentzia eta kontrapisua"**. Helduak erreferentzia dira beraientzako eta, horregatik, garrantzitsua da nerabeen eta helduen artean esperientzia positiboak egotea —eta ez denbora guztian agindu eta arauemaile hutsa izatea—, erreferentzetzat har gaitzaten". Alabaina, garrantzitsutzat jotzen dute rolak bereiztea: "Ez dugu ahaztu behar heldua heldua dela, eta ez seme-alabaren adiskidea; gerturatu, hitz egin, lagundu, galdetu, egon, itxaron,

alboan egon... baina uneoro gogoratuz ez garela bere lagunak".

Heldu bat baino gehiagoren erreferentziak eskaintzeari ere garrantzitsua deritzote. "Nork bere nerabezeroa jotzen badu, bakoitzak irakasle bat edo begirale bat edo norbait gogoratuko du unean uneko erreferente gisa, norbaitekin identifikatzen ginen; garrantzitsua da erreferentzetat har ditzaketan hainbat heldurekin —gurasoak, kirol entrenatzailea, irakaslea, begiralea...— izatea harremana".

Nerabeengana gerturatzeko, hasieran esan bezala, helduak begirada ulerkorra izatea hobesten dute hezitzaileek. "Porro bat erre dute-lako, edo kondoi bat topatu diegula, alarma pizten da, badirudi dena oker doala, baina itxaron, begiratu etxean, gurekin zer moduz dagoen, eskolan nola doan, lagunak dituen... eta ondoren komunikatu, konfiantza eman, eta adostasunetara iritsiko gara, hitz egin baitaiteke beraiekin, arrazoitu eta adostu". Eta alderdi negatiboari begiratu beharrean ikusi nerabezeroak dituen ezaugarri positiboak ere, sormena adibidez. "Nerabeak oso sortzaileak dira eta ikaragarritzko energia dute, gauza asko dakizkite egiten eta helduoi gauza askotan lagun diezagukete, eta horrek gure arteko harremana hobetzen lagunduko du eta eurekiko konfiantza azalduko diegu".

# "Prebentzio onena, haurra zaintzaren bidez transmititzen diren emozio positiboek betetzea da

CARMEN  
MAGANTO



HAURTZAROA ZAINZEA BIZITZA OSASUNTSU BATEN ABIAPUNTUA DA, PSIKOLOGIAN DOKTORE DEN EHU-KO IRAKASLEARENTZAT. HAURRA ARTATZEKO ETA AFEKTUZ BETETZEKO GURASOEK PRESENTE EGON BEHAR DUTE, BAINA ASKO ETA ASKO ABSENTE SUMATZEN DITU GAUR EGUN.

Oso ondo ezagutzen du haurtzaroa Carmen Maganto Mateok. Psikologo kliniko gisa ume ugari pasatu dira haren kontsultatik. "Euren gurasoei zer eskatuko liekeen galdetzean, ume askok eurekin egon daitezela besterik ez dute eskatzen", azaldu du psikologo kliniko eta irakasle nafarrak. Esperientzia klinikoaz gain, ikerketa ugari egin eta hamaika artikulua eta liburu idatzi ditu, haurren gorputzaren irudiaz, elikadura arazoaren inguruan, 'sexting'-ari buruz... Eta azken urteetan psikologia positiboaren inguruan lanean dihardu.

## **Zer garrantzia du haurtzaroak norberaren nortasunaren eraikuntzan?**

Haurtzaro bat daukagu bizitza osorako, hau da, haurtzaroa bakarra da eta bizitza osorako da. Lehen urteetan garunaren plastizitate neurologikoaren bidez jasotzen ditugun datuak hurrengo urteetan baino sakontasun handiagoz grabatzen dira. Memoriaren efektuak eragin handiagoa du bizitzako lehen urteetan azke-

nekoetan baino. Horixe bera ikusten dugu adineko pertsonengan: haurtzaroz oroitzen dira baina ez atzo egin zutenaz.

## **Zeintzuk dira haurraren garapenean eragiten duten oinarritzko faktoreak?**

Haurraren garapenean bi aspektu daude: hazieran jaso duen maitasuna eta afektua, batetik; eta haurrari jartzeko mugak, bestetik. Biak elkarrekin doaz. Guraso batzuek diote mugak eskolak jarriko dituela, edo haur bat daukatela eta euren nahia zaintzea eta permisiboa izatea dela... Baina bigarren kasuan, haur hori mugarik gabe haziko da, mugak ez baitira gero ikastetxean jarriko. Asko maitate dugun pertsonari onartzen diogu ondoen mugak ezartzea; horregatik, gurasoek ezarri behar dituzte mugak. Afektuaren eta mugen arteko interakzio hori oso indartsua da haurtzaroan, eta haurrari laguntzen dio zer dagoen ondo eta zer ez bereizten; zer den ona eta zer den txarra; zer egin daitekeen eta zer ez... Horrek guztiak

// Haurtzaro bakarra daukagu eta bizitza osorako da //





Magantok hamaika ikerketa egin ditu ikastetxeetan 'sexting'-az, ikasketa-zailtasunez... eta baita emozio positiboez ere.

segurtasunez bizitzeko laguntzen dio. Mugarik ez daukan haurrak ez daki zer egin daitekeen, ez zer gertatu behar den, ezta gauzek ze ondorio izan dezaketen ere; mugak argi dituen ume bat baino intseguritate handiagoarekin hazten da.

Honi buruz ari naizela, ohartu naiz norbaitek uler dezakeela uneoro eta edozein muga jar dezakeela gurasoak, eta hori ez da horrela: haurrei arau gutxi jarri behar zaizkie, arau gutxi, argiak eta beharrezkoak soilik ezarri behar zaizkie.

#### **Afektua aipatu duzu. Maitasunak zer eragin dauka garapenean?**

Afektua eta limiteak trenaren bi errailak balira bezala, elkarrekin doaz. Errail afektiboak alderdi emozionala, babesa, zaintza, euskarria, kontentzioa, etabar barnebiltzen ditu. Gero eta afektu positibo gehiago jaso, orduan eta konfiantza handiagoa izango dugu norbere buruarengan. Ume bati besoetako haurra denetik bere beharrei kasu egiten bazaie, zain-

tzen badute... haur horrek segurtasuna edukiko du beti norbait izango duela ondoan lagunduko diona eta maitatuko duena. Haatik, gurasoak absente badaude, dela lanagatik, krisi emozionalengatik, buru gorabeherengatik... haurrak ez du konfiantza hori garatuko.

Guraso asko estresatuak daude gaur egun, denbora gutxi dute, nekatuegi daude, eta haurren zaintzan pseudoabandono larri bat ari gara bizitzten. Gabezia emozionalak dituzten ume horiek beti daude ez daukaten zerbait eskatzen, eta horrek antsietate handia sortzen du. Emozio negatiboak sortzen ditu, beldurra, antsietatea, deskonfiantza... Aldiz, gurasoek hazierako lehen zaintza kalitatezkoak eskaintzen dituztenean —babesa, esfinterren kontrolatzea, elikadura, jolasa...—, emozio positiboak sortzen dituzte haurarengan eta, ondorioz, honek segurtasun eta konfiantza handiagoa izango du bere buruarengan, eta baita ondokoengan ere, bai baitaki lagundu egingo diotela.

#### **'Cómo potenciar las emociones positivas y afrontar las negativas' liburuan diozunez, ez gara emozio guztiekin jaiotzen.**

Ez. Oinarrizko bi emozioekin jaiotzen gara: ongizatearena eta ondoezarena. Haur bat ondo dago edo gaizki dago. Haur jaio berri bat ondo dagoenean, ondo elikatua dagoelako da, garbi dagoelako, ez daukalako minik eta logalerik ez daukalako: ondo dago. Bere organismoak hotza edo beroa, gosea, izerdia, hazkura edo ondoezen bat duen unean... ez dakienez esku bat duela hazka egiteko eta ezin duenez hazkura goxatu, gaizki sentitzen da. Defentsa gutxi ditu, eta zaintza handia behar du, norbait behar du gertu, zer behar duen jakingo duena. Gehiegizko gainbabesik gabe, garrantzitsua da gurasoek haur horren ondoeza denboran luza ez dadin neurriak hartzea. Luzatzen baldin bada, haurrak fisiologikoki sentitzen duen babesgabezia emozioetara igaroko da eta esperientzia fisiko horrek garunean arrasto handia utziko du. Zaintza

## // Haurtzaroa oso garai zoriontsua dela pentsatzen dugu. Baina guztiz okerreko ideia da hori //

hauek oinarrizkoak dira, eta erritmoagatik, errepikapenagatik, memorizatu egiten dira; ondoren hasten zara nork egiten dizun ikasten, nola egiten dizun ikasten, zer nolako maitasunarekin egiten dizun, nola tratatzen zaituzten... eta bizitza osorako ongizatearen oinarrizko emozioak segurtasun, konfiantza eta lasaitasun bilakatzen dira.

Behin pertsona heldu garenean, eta arazoren bat daukagunean, jateko gogoia galtzen dugu, edo lo egiteko arazoak ditugu, edo idortu egiten gara. Hau da, gurasoek eskaini dizkiguten oinarrizko zaintza fisikoetatik jaso ditugun emozioak barneraino sartuak ditugu. Horixe da ondorengo haurtzaro-nerabegarorako, eta bizitza osorako, prebentziorik onena: oinarrizko zaintzaren bidez transmitzen diren emozio positiboek betetzea besoetako haurra.

### **Oinarrizko bi emozio horietatik, nola garatzen dira gainontzekoak?**

Emozioak progresiboki garatzen dira. Ongizate eta ondoez sententziaz

gain, hainbat emozioekin jaiotzen gara, adibidez, beldurrarekin. Animalioek partekatzen dugun oinarrizko emozioa da. Bakardadeari, iluntasunari... beldurra diogu. Beldur fisiko horren ondoren, bakarrik eta babesik gabe egoteari diogun beldur horren ondoren, gauza handiekiko beldurra garatzen dugu, adibidez, zakur handiekiko, zarata handiekiko... eta ondoren gauza txikiei hartzen diegu beldurra, intsektuei, adibidez. Gero, beldur sozialak datoz, beldur gara gutaz barre egingo ote duten, 6-7 bat urterekin etortzen da beldur hau; inteligentzia garatzen doan neurrian ulertzen dugu besteak gu ebaluatzen ari direla, judizio soziala sartzen da, gauzak ondo daude edo gaizki, barre-garri gelditzen ari naiz ala ez.

Inbidia eta jelsia, berriz, 3 urteren inguruan sortzen da. Agresibitatea ere jaiotzetik dakargu, hau ere bizirauteko emozio bat baita, eta animalia guztiok daukagu. Agresibitate bat positiboa da, haurrak negar eta aztalka egiten duenean agresibitatea ateratzen da, baina beharrezko du, jaramon egin

Arlo pertsonalaren, familiaren eta lanaren arteko kontziliazioari lehentasuna eman behar zaiola dio Magantok.



diezaioten. Beste gauza bat da agresio soziala edo liskarra, norbait etsaitzat hartzea eta min egitea.

### **Nola igarotzen gara erreakziozko agresibitate eraso sozialera?**

Bizirauteko agresibitatea beti daukagu. Adibidez, sute baten aurrean, herrera izanagatik ere korrika ihes egingo dugu. Lagunekin edo gurasoekin frustrazio bat edo amenazu bat sentitzen dugunean, amorrazioa sentitzen dugu; hori da haurren lehen sentimenduetako bat, ez dietela nahi dutena ematen. Amorratio horren aurrean, ondokoa jotzeko agresioa sortzen da, baina frustrazio batengatik erreakzionatzen dute horrela. Mina emateko intentzioa gero dator, 3 urte eta erdi-4 urteren inguruan, ondokoa izorratzeko gogoia daukagu: ahizpari atximur egingo diot negar egin dezan. Ez dauka helduaren kontzientziarik, baina badaki min ematen diola.

### **Emozioak hezi al daitezke?**

Hala izan behar luke, baina gutxi hezten dira, denbora asko eskatzen baitu. Hausnartu behar da haurrarekin, hau da, gaitasun sozioenpatikoa garatu behar dugu, "begira nola gelditu den zure laguna, nahiko al zenuke zuk egin diozun hori zuri egitea? Nola sentituko zinateke zu?; bada horrela sentitara zi duzu haur hori". Eta horrela eguna joan eta eguna etorri; baina horrek present egotea eskatzen du, gelditu eta hauraren ondoan egotea. Errukia, enpatia, esker oneko izatea... emozio horiek guztiak hezi egin litezke. Baita pentsamendu positiboa ere, eta azken hau ez da batere hezten. Baikortasuna eta ezkortasuna 6 hilabeteren inguruan garatzen dira, oso garaiz beraz. Hasieran aipatu ditugun ongizate eta ondoez sentsazio horiek 8 hilabeterako lorratz sakona utziko dute gure segurtasunean. Pertsona bat baikorra baldin bada, posible da haurtzaro goiztiarrean —aurreneko 8 hilabeteetako umezaroan— gurasoen laguntza eta mugen ezarketa egoki bat jaso izanagatik izatea. Horrek dagoeneko baikortasuna ematen dizu, "ez da ezer txarrik gertatuko, beti egongo da lagunduko eta babestuko nauen norbait"... Baikortasun horrek erakusten digu zailtasunen erdian alde positiboari begiratzen. Gainera, pentsamendu positiboa babes, ongizate eta osasun faktore bikaina da.

Garatu egin liteke, eta konstantea izanez erraza da pentsamendu positiboa hezte. Behin ohitura hori harturik, gauza gutxi eraitsiko zaituzte.

### **Emozioek osasunean eragin zuzena dute, ezta?**

Ondozik handiena, haur batentzat nahiz 100 urteko pertsona batentzat, maitasunik ez izatea da. Gizakiaren lehen ondoeza da, eta hainbat eratan somatizatzen da. Bigarren ondoeza babesgabezia da, eta lehenarekin batera doa. Hirugarrena soziala da, ez edukitzea sare sozial edo emozional sendo bat. Ama hiltzen bada, edo gurasoak bereizten badira, zeinek geldituko naiz? Ze lagun ditut? Lagun sareak izatea oso beharrezkoa da. Oinarrizko klabeak honako hauek dira: maitatua sentitzea eta baloratua sentitzea. "Maitatua sentitzea" esan dut, eta ez "maitatua izatea", zeren guraso batzuk ez baitira gauza maitasun hori transmititzeko —denbora gehiegi egiten dugu liskarrean—, eta haurrak pseudoabandono bat sentitzen du.

### **Zein dira emozioen somatizaziotik eratorritzen diren ohiko gaixotasunak?**

Egoera horretan dagoen haur batek arrisku handiagoa du, gripea, asma, buruko minak, migrainak izateko. Gurasoak bereizi direnean, lagunak bazter utzi dutenean, edo suspenditu egin duenean, minak agertzen dira. Normalki elikadurarekin, loarekin eta esfinteren kontrolarekin zerikusia duena somatizatzen da. Gosea galtzen da, edo etengabe jate hasten zara eta bulimia bat ateratzen zaizu, edo somatizatzen da pupa edo txantxar bidez, edo azaleko gaixotasun bidez. Haur asko daude idortzen direnak, edo pixak ihes egiten dienak, edo buruko, sabelako, bizkarreko minekin.

### **Alarma bat da mina.**

Azken batean, mina alerta bat da gurasoentzat, "egidazue jaramon" esateko modu bat da mina; eta egiatan mina daukate.

Haur jaio berria haur somatiko bat da. Gorputza du eta psikologia gutxi, urtebete inguru izan arte. Hortik aurrera, alderdi motorea gailentzen da, oinez, lau oinetan, saltoka, mugitu, korrika egin nahi du... 3-4 urterako hitzak lekua hartzen du, eta gertatzen zaion hori esan dezake. 7 urterekin haurra arrazionala izango da, hau da, arra-

zoia agertzen eta pentsamenduan egonkortzen da, iada ezin dio jostailua kendu dion haurrari ostikoa eman, buruak geldiarazi egiten du ostikoa emateko bulkada hori. Bi urterekin, baloia kendu badio, ostiko bat edo horzka egingo lioke, ez baitauka hori geldiarazteko arrazoirik. Dena den, aipatu dizkizudan adin tartean gutxi gorabeherakoak dira, garapen bat dela ikus dezagun.

### **Hortaz, haur txikienei hamaika azalpen ematen dizkiegunean, ez digute ulertzen?**

Hala eta guztiz ere, haurrei azalpenak eman behar zaizkie. Ulertzen baitute gauzak gertatzeko arrazoiak daudela. Kontua da ezin zaiela errurik bota, "amorratioa eman dizu baloia kendu izanak, baina min handia egiten du horzkadak, eta hori ez da egin behar, maitea". Lehen aldian ez dute ulertzen, baina barneratu egiten dute eta bada momentu bat ulertzen dutena. Ez zaie eskuan jo behar ez dezatela jo esateko.

### **Utzeria, pseudoabandonoa aipatu dituzu elkarrizketan zehar. Sarri hitzok desegituraturiko familiekin lotzen ditugu, edo begibistako arazoak dituztenekin. Ez ote da gertatzen ordea, emakumeen kontrako tratutzat hartu ere egiten?**

Lehenik eta behin, haurtzaroari buruz pentsatzen dugu haurrak ez direla ezertaz enteratzen, txikiak direnez ez dutela sentitzen, eta garai zoriontsua dela. Guztiz okerreko ideia da hori. Haurrek ikaragarri sufritzen dute. Oso sentiberak dira, ikaragarri. Arazoa da gurasoak ez garela enteratzen zerbait jarrerak haurrengan duten eragin eta ondorio itzelaz. Haurrari zin egitea ikastetxera joango garela bere bila eta gero ez azaltzea, horrek ikaragarriko frustrazioa sortzen du, ez da lagun batek ezin duela etorri esaten digunean bezala. Haien egiteko bakarra, eta buruan duten pentsamendu bakarra, etorriko dela zin egin duen gurasoari itxarotea da. Eta desengainu hori tratutzat hartu ere egiten da.

Tratutzat hartu ere egiten da, ez dago ez erakusten digu zailtasunen erdian alde positiboari begiratzen. Gainera, pentsamendu positiboa babes, ongizate eta osasun faktore bikaina da.



# “Aitak aktibo izan behar du hazieran, eta amak utzi egin behar dio espazioa”

Abiadan bizi garen garaiotan, Carmen Magantok guztiz beharrezko ikusten du alor pertsonala, familiarra eta laborala kontziliatzea, “osoki gara gaitezen”. Juana Maria Maganto Mateo EHUko Psikologia irakasleak zuzenduriko ‘Concilia en tu vida’ liburuan parte hartu zuen haren ahizpak.

**Gaur egun, guraso askok seme-alabak nahi baino ordu gehiagotan uzten dituzte haurrak eskoletan. Zer egin dezakegu kontziliatzeko?**

Kontziliazioa serio hartu beharreko gaia dugu gure gizartean. Andre askok diote gizonak ez dutela laguntzen etxean, eta eurek egiten dutela dena, eta hala izaten da. Baina emakumeek ere sarri honako hau egiten dute: neuk egingo dut hobeto eta azkarrago egingo dut-eta. Aitei, inoiz ezer egiten utzi ez diegunean, egun batetik bestera, dena eta ondo egin dezaten eskatzen diegu. Gainera, euskal gizartea oso gizarte matxista da. Nahikariz eta teorikoki berdintasunean sinesten dugu, baina gure jarrerak ez doaz bat teoriarik pentsatzen dugun horrekin, eta bereziki erlazio intimoetan eta etxean

da zailena parekidetasuna.

Seme-alabek ere oso gutxi laguntzen dute etxean. Gu haur asko ginen, eta zapatak garbitzen ez zituenak, zakarrak atera behar zituen... Gaur egun seme-alaba bat edo bi daude etxe gehienetan, eta gurasoek ez dute uzten haiek ezer egin dezaten; 8 urteko ume bat ninitu egiten dugu, eta ez dugu ezertarako gai ikusten. Hurrek egin ditzaketen etxeko lan asko daude, eta era horretan neska zein mutilak barneratuko lituzkete garbitasun, lan, zaintza edo arduradun rolak.

**Liburuan diozue gure bizitzetako hiru esparruak —familiarra, pertsonala eta lanekoa— kontziliatu behar ditugula. Emakumeek ez ote dute ahazten euren arlo pertsonala zaintzea?**

Kontziliazio ikerketak eta programak egin izan ditugunean gehienetan andrazkoak etorri izan dira. Gero etxera joaten ziren, eta zera esaten zieten bikotekideei: “lanak zerrendatu eta banatu egingo ditugu”, eta gizonak bat, bi edo hiru aukeratzen zituzten, eta gainontzekoak euren

esku gelditzen ziren. Emakumeek uste dugu etxea txukun-txukun eduki behar dugula, eta berdin digu egunero ordubete gehiago sartzea etxea jasotzen. Oso zaila da, baina kendu egin behar ditugu zama horiek guztiak; utzi etxeko lanak astebururako, eta orduan, etxeko guztien artean banatu.

Arlo pertsonalari buruz galdetzen diozu ama bati, ea maila pertsonalean zein den bitzta honetan duen desira handiena, eta emakumezkoek lehenik eta behin beren seme-alabek osasuna izan dezaten erantzuten dute. Ezin dute ez bada besteen arabera pentsatu. Badirudi ama izatean bestelako helburu guztiak desagertu egiten direla, badirudi umeen hazierarekin emakumeak bere dimentsio pertsonala galdu behar duela, eta ez duela beretzat denborarik izan behar. Eta ez du zertan horrela izan behar.

**Zergatik ahazten zaie?**

Heziketa faltsu bat jaso dugu, umeak ditugunean sinesten dugu guregan soilik dagoela haurren hazieraren ardura osoa, eta gizonak

garaiz ez berandu, zaplaztekoarentzako ez dago denborarik, ez dakit hurrekin zergatik balio duen denboraren arrazoiak. Haurrari zaplaztekoa ematea tratu txarra da.

Baina, gaur egun, eta orokorrean hitz eginda, asko zaintzen da tratu txar fisikoa. Gaur eguneko familia askok ez diote haurrari tratu txar fisikorik ematen. Ez da hainbeste zaintzen tratu txar psikologikoa, indiferentzia, umiliazioa...

**Jar zenezake adibideren bat?**

Eskola atarian elkartzen dira gurasoak eta bata besteari esaten dio: “zelan doa zure haurra? Nirea desastre bat da, ikaragarri nota txarrak atera ditu”. Haurrak aurrean daudela egiten dira horrelako umiliazioak. Akaso guri gustatuko al litzaiguke gure bikotekideak bere lagun aurrean zeinen gaizki sukaldatzen dugun esatea? Uste dugu komentario horiek ez dietela minik egiten hurrei, baina noski

egiten dietela! Bere lagun aurrean barregarri uztean besteak baino gutxiago dela sentiarazten diogu, eta nola agertuko da bada gero haien aurrean neska-mutil errespetagarri, jator, sinpatiko...

Gaur egun, oraindik ere, bikotekideen artean ikaragarri iraintzen da, eta onartu egiten dio bata besteari. Badira gizonak tratu txarrak ematen dizkieten andreak, baino askoz gehiago dira euren iritzia inposatzen duten

lagundu egin behar duela. Lagundu? Barkatu baina bera da aita.

### **Gizonek garrantzi txikiagoa ematen al diote familiaren esparruari?**

Ezin da orokortu, baina gizon askok ez diote inolako garrantzirik ematen.

Emakumeek presio handiarekin bizi izaten dute euren seme-alaben haziera. Emakumeak lanera bueltatu behar baldin badu, haurra utzi izan balu bezala jokatzeko da, aitari ez zaio ardurarik egotzen, bere egitekoa lanera itzultzea dela ulertzen baitugu. Hala ere, kontziliazio neurriak oso eskasak dira Europako beste hainbat lekurekin konparatuz. Hori gako inportantea da.

### **Zein litzateke soluzioa?**

Haurra 4 edo 6 hilaberekin haur eskolan utzi behar baldin badugu, etxeratzea guraso biek partekatu behar dute. Aitak aktibo izan behar du hazieran, jolastu egin behar du, harekin irten kalera, bainatu, etxeko lanak egin. Emakumeak utzi egin behar dio gizonari espazio hori guztia. Kasu horietan aita askok ikaigarri gozatzen dute euren ume-oxoekin.

### **Sexu bereko bikoteetan ere diferentzia hain handia al da?**

Ez genituen ikertu liburua egitean. Baina nire esperientziatik ikusi dudana ikusirik, sexu bereko bikoteetan haurren zaintza parekideagoa dela esan dezaket. Oro har, biek hartzen dituzte ardurak, eta maitasuna ematen eta limiteak ezartzen ere parekideagoak dira.

gizonak, neska barregarri uzten dutenak, exijentzia onartezinak dituztenak...

### **Zergatik onartzen dugu biolentzia hori?**

Gizarteak zerbait normala balitz bezala sozializatu du biolentzia. Kiroletan ikusten da: Ronaldok beste jokalaria bati aurpegian ostikada bat ematen dio, eta zer geratzen da? Agresio hori normalizat hartzen dute

begira dauden mutikoek. Edo telebistan jendea gosez hiltzen ikusten dugu edo gerrak, politikarien gezurrak, korrupzioa... dena normala balitz bezala jokatzeko dugu. Egoera horretan, ez nau harritzen haurrek biolentzia normalizat jotzea. "Hau ez dago ondo" esateko gaitasuna eduki arte, kontra egin beharko genuke. Baina gurasoek lanean, kalean bizi duten presio eta agresio soziala ere hain da latza askotan, estresaturik eta nekaturik iristen direla etxera, haurrek telebistan normalizat ikusten duten biolentzia hori guztia kontrarrestatzeko indarririk gabe.

Askotan gertatzen zaigu haurrekin: euren gurasoei zer eskatuko lieketen galdetzen diegu, eta asko eta askoren erantzuna etxean egon daitezela da, "nirekin jolas daitezela" izaten da. Gurasoak, gero eta presentzia emozional gutxiago eskaini, orduan eta gastu ekonomiko handiagoa egiten dute euren seme-alabekin, ekonomiko ki konpentsatzen baitiete daukaten gabezia. Nik uste dut hau tratatu txarra eta abandonua dela, haur batek maitasuna, presentzia eta konpainia behar baititu. Horrekin ez dut esan nahi gurasoek lana utzi behar dutela, eta are gutxiago emakumeek; inondik inora ere ez. Baina gurasoek pentsatu behar dute euren seme-alabengan, eta haiekin egoteko denbora bilatu behar dute.

### **Baina lana egingo bada, haurrak norbaitek zaindu behar ditu.**

Arazoa ez da haur txikiak haur eskolan uztea, arazoa egunero 10-11 orduz uztea da, eta hori gertatzen ari da etxe askotan. Eta arazoa da, baita ere, haurra jasotzean gurasoak ez daudela haiekin egoteko prest. Hasierako garaian haurrak jasotzen duen atentzioa ez denean hain pertsonalizatua, maitasunean eta segurtasunarekin haztea oso zaila da. Iragazki batzuk bezalakoak dira, gero maitasuna jasotzen dutenean ere maitasun hori iragazi egiten zaie, ez baitute oinarri sendorik eraiki eusteko. Beti isuri egiten dute, eta zulo edo hutsune horiek betetzeko beti zerbait nahi dute, eta etengabe gauzak eskatuko dituzte, ondo ikasiak baitaude maitasuna eskatzea alferrekoa dela, eta gauzak eskatuko dituzte. Helduek badakite, gainera, gauzak emanaz gero, distraitu egiten direla aldi baterako bederen.

### **Ikerketa ugari egin dituzu Euskal Herriko ikastetxeetan. Zer nolako osasuna du haurtzaroak gurean?**

Denetarik dago, estrato guztietako egoerak. Badaude babes handia ematen duten gurasoak, haurrekin daudenak, baina hauek ere normalki 6-7 urteak arte egoten dira umeekin.

Hemen gurasoen ongizate maila ona da ehuneko altu batean, badakite euren seme-alabak zaintzen, baina hala ere, denbora eta maitasun gabezia ekonomiarekin ordezkatzeko dute. Espainiako Estatuarekin alderaturik, tratatu txarren kopurua askoz baxuagoa da, baina hala ere hemen ere haurrei jo egiten zaie. Eta bada kopuru altu bat "pseudoabandontuak" deitu diegunak. Guraso askok interesa dute, maite dituzte euren haurrak, baina gero oso estresatuak eta okupatuak daude eta ezin diote haurrari behar duen hori eskaini.

Maila ekonomiko nahiko ona dugu, eta horrek eragina du, eta familia oso tradizionalak gara, banaketa maila oso baxua da, %17koa —estatuan %50ekoa—. Egonkortasun familiarra handia da. Gainera, herri hau balioetan sinesten duen herri bat da, independentzia, politika, erlijioa edo dena delakoa, eta hori transmititu egiten da. Horrez gain, ikerketa garatu ahal izan da, eta ikerketa horietan oinarrituriko hezkuntza programak barneratu dituzte ikastetxeek. Ekonomia ez da osasunarekiko proportzionala, baina ekonomia gabezia edo pobrezia oso lotua dago osasun eskasiarekin; negatiboa bai, proportzionala da, konprobatua dago.

### **6 urte bitarteko zaintzak aipatu dituzu. Hortik aurrerakoa, ahantziriko etapa bat al da?**

6tik 11 urtera bitartekoa ahantziriko garaia da, bai. Pubertarotik aurrera gurasoei iruditzen zaie kontrolatu egin behar dituztela, eta oso txikiak direnean ere nahiko gainean daude, baina 6tik 11ra badirudi haurrak hazita daudela eta gurasoek ez dutela ezer egitekorik. Baina eskola jokoan dago, inteligentziaren eta baloreen garaia da. Garai honetan barnerraten dituzte kooperazioa, ongizatea, enpatia, balio politikoa, soziala, ekonomikoa, erlijiosoa... inteligentzia garatzen ari da, eta gure motibazioak, zertan sinesten dugun, zer baloratzen dugun transmititzen diegu.



## PSIKOPEDAGOGIA

Nerea MENDIZABAL  
Psikopedagogo

### BESTEREN HAURRAK

Orain arte neure buruari esaten nion ez dela nire ardua beste gurasoek euren seme-alabak nola kezten dituzten. Orain ordea, ikusten dut gure semeak sufritzen dituela bere adinekoen "ohitura txarrak" edo ohitura biolentoak; beti bera da ostikoak edo kolpeak jasotzen dituen. Gure semearen lagunen gurasoei zerbait esan nahiko nieke, jabetu daitezten haiek euren umeeekin egiten dutenak eragina duela beste haurrengan. Nondik hasi?



**BIDEETAKO BAT** helduei adieraztea da; haiekin dugun erlazioaren arabera, esaten dugunaren edo hartzen duten moduaren arabera, lagungarri edo oztopoa izan daiteke esaten diegun hori. Beste bide bat, gure haurrari egoera horretan laguntzea litza-teke. Adierazteko eta defendatzeko gaitasuna aktibatu, guk ere erdua emanez, egoera horietan babesten lagunduz, beharrezkoa balitz. Haur bakoitzaren adierazteko eta babesteko modua aurkitzea da garrantzitsua. Besteek jotzen uzten den haurrak, orokorrean, estalita dauka gaitasun hori: bestea bera baino indartsuago ikusten duelako edo, josten badu, helduaren onarpena izango ez duen beldur delako. Bere barruko baliabideetan eta adierazpenetan duen indarra aurkitzen lagundu diezaiokegu, adieraztea eta babestea baimenduz, egoera horiei aurre egiteko aukeratzen dituen moduek bere ziurtasun afektiboa, balorazioa eta onarpena zalantzan jarri gabe. Horretarako, berarekin ikusi behar dugu zer egin dezakeen egoera horietan, hausnartu zerk lagunduko dion bere adierazteko eta babesteko gaitasuna pizten, eta baloratu zein egoeratan azaltzen duen bere indarra.

### EDOSKITZEA

Haurdunaldiaren zazpigarren hilabetean nago, eta erditzea prestatzeko ikastaroetan asko hitz egin digute edoskitzeaz. Ahal izanez gero, eradoski nahiko nuke, baina ezingo banu, ez nuke horregatik errudun sentitu nahi. Ezin dut burutik kendu erruduntasunaren ideia hori. Zer egin dezaket?



**OROHAR, EMAKUME GUZTIOK**, haurdunaldia aurrera eramán dugun momentutik, edoskitzeko gai gara. Horrek ez du esan nahi zailtasunak egon ez daitezkeenik eta informazio eta babes egokia beharko ez dugunik. Hala eta guztiz ere, zailtasunengatik, ezjakintasunagatik edota beste mila arrazoiengatik, emakume batek bularra ez ematea edo amaiera jartzea erabakitzen badu, garrantzitsua da hartzen dugun bidearekin lasai, seguru eta bakean sentitzea. Errudun, zergatik? Ez naizelako "hain ama ona izango"? Ez diodalako "onena" emango? Haurrak behar duena esnez elikatzea eta emozionalki asetzea da, eta horretarako edoskitzea bide zuzen, osasuntsu, natural eta efektibo bat

dugu. Edoskitzeaz ez bada, nola egin dezakegu haurraren beharrak asetzeko? Elikadura fisiologikoa esne artifizialarekin eginik, jakina da ez dela bularrekoarekin eginikoa bezala izango. Aldi berean, nahiz eta inoiz ez diren berdintzera iritsiko eta arrisku batzuk hartzen ditugun, gero eta gertuago daude bata eta bestea. Baina elikadura emozionala, edoskitzearen ahalik eta berdintzuen egin dezakegu, bularra ematen dugun baldintzeta gerturatuz: bularra amak ematen du, ezker-eskuin pasatzen dugu, kontaktua dago, begirada, intimitatea, "a demanda"... Garrantzitsuena haurraren beharrak asetzea da, eta horretarako bakoitzak bilatu behar du bere bidea.

## PSIKOPEDAGOGIA

### BELDURRAK

Haurra izan genuenetik beldur obsesibo bat daukat, zerbait gertatuko zaiola, ez dela ondo haziko, ez dela osasuntsu egongo... beti kezka horiek ditut buruan. Pediatriak dio alaba ondo dagoela, baina nik, hala ere, ez dut beldur hori gainditzen. Ez dakit nondik dator kidan beldur hori. Ohikoa al da? Nola gainditu nezaket?

**BELDUR HORIEK** zerbait garrantzitsua adierazi nahi dizute eta informazio hori entzuteak pista batzuk emango dizkizu. Zein ederra den ama bezala haurrarentzat onena nahi izatea! Seguru egon nahi duzu, ondo hazi eta zainduko duzula, osasuntsua izango dela, ez zaiola ezer txarrik pasako... Baina horretaz ziur egon al gitezke? Ez. Ziur egon gaitzke ama bezala haurra ahalik eta ondoen hezitzeko, elikatzeke eta zaintzeko gure esku dagoen guztia egingo dugula. Presente duzun beldur horrek zuk bizitako zerbaitekin zerikusia izan dezake, eta aldi berean zure alabak bizitzari eta bere garapenari aurre



egiteko dituen baliabideak ikusten oztopatzen dizula iruditzen zait. Batzuetan gurasooi hau gertatzen

zaigu, gure bizi esperientzien arabera pentsatzen dugu haurrei ere gauza bera gertatuko zaiela. Imajinatzen dut zure alabarengan konfiantza izatea nahiko duzula, bizitzari eta aurkezten zaizkion oztopoei aurre egiteko berak dituen gaitasunetan konfiantza. Proposatzen dizut —zuk ikusi ondo datorkizun edo aldatu nahi duzun— tarte bat hartzea eta zure alaba ikasteko, adierazteko, komunikatzeko, egiteko, aukeratzeko gai den gauza guztien zerrenda bat idaztea. Ahalik eta gauza zehatzenak.

Esperientzia horrek zure alabarengan konfiantza izateko bidean lagunduko dizula espero dut.

### JO EGITEN DU

Gure alabak 4 urte ditu, eta bere gelakideei jo egiten die. Zeharo harrituta eta larrituta gaude. Ez dakigu zer egin, jotzen eta horzka egiten jarraitu ez dezan. Zer egin dezakegu, zigortu gabe, jokaera alda dezan?

**EZ ZAIGU ERRAZA** egiten ikustea gure umeak besteari eraso eginez kanporatzen duela amorrua. Haurrari errespetuzko baloreetan harremantzen erakutsi nahi diogu, eta sarritan bere espresio emozionala entzun beharrean, isilarazteko joera daukagu.

Jokaera eta emozio guztiak zerbait esan nahi digute, behar batzuk asetzeko egiten ditugu. Egia da batzuetan bilatzen dugun modua ez dela gustatzen zaiguna, baina momentuz ezin izaten dugu besterik egin (helduok ere nahiago genuke garrasi edo ipurdiko bat eman ordez, beste modu batean adieraztea, baina unean-unean hori da irtetzen zaiguna). Beraz, haurrak ere bere ezintasun, amorru edota desesperazioa, jotzen, horzka egiten, garrasi egiten, gauzak botatzen... atera ohi du, bere burua adierazteko guk baino aukera gutxiago eta guk baino autozentsura gutxiago duelako.

Jokaera horren alderdi baikorra errekonozitu eta zaindu dezakegu. Baieztatzeke, adierazteke eta babesteko daukan energia ederra da, eta bizitzarako baliogarria izango zaio; horrek ez du esan nahi topatzen duen modua onartzen dudanik. Bere barruko indar eta boterearekin kontaktuan dago, eta hori egiteko gai ez diren haurrek arazoa izan dezakete gerora.

Nola lagundu? Zer esan nahi digu jokaera horrekin? Ziurtasuna behar duela egoera horretan? Babesa edo atentzioa eskatzen ari da? Berarentzat inportantea den zerbait kontuan hartua izatea nahi du?... Gauza ziurra da ulermena behar duela, nahiz eta gure begietatik ez iruditu ezer gertatzen zaionik. Adieraz diezaiokegu berari gainartzen dion egoera baten aurrean dagoela eta besteari eraso egitea baino ez zaiola irtetzen. Emozio hauek bideratzeko aukerak eskaini behar dizkiogu. Jotzeko, horzka egiteko, gauzak botatzeko... gauzak eskaini, besteari minik egin gabe eta guretzat inportanteak diren gauzak puskatu gabe. Eta ondoren, behar duen horretan gure esku dagoena eskaini ahal diezaiokegu. Esploratu nola eskaini diezaiokeen helduak (guraso eta irakasleak) behar duen segurtasun, babes edo atentzioa.



## DOLU PERINATALA

# “ESPIRAL BELTZETIK ATERA DAITEKE, ONDO EGOTEA POSIBLE DA”

Euren seme-alaba haurdunaldian edo erditu-ostean galdu duten Debagoieneko lau sendik dolu perinatalari buruzko blog bat sortu dute, egoera horretan egon litezkeen gurasoei bakarrik ez daudela erakusteko, “minetik, bizipenetik, esperientziatik eta esperantzatik laguntzeko”; barreneko min jasanezin hori baretu litekeelako.



Ezkerretik hasita, Belen Azkarate, Jakes zenaren ama; Iñaki Narbaiza eta Kristina Pavo (eserita, Unairekin), Xabiren gurasoak; Aitor Atxa eta Aintzane Irizar, Ihintzaren gurasoak (Goiatz besotan duela, eta Maren ezkerrean eserita) eta Eider Otxoa eta Iker Barandiaran (Markelekin), Ekaitzen gurasoak.

**A**intzaneke Ihintza alaba galdu zuenean, Belenek honako hau esan zion: “ondo egotea posible da, ni orain hobeto nago”. Ondo aski ulertzen zuen Belenek Aintzanearen egoera; hiru hilabete lehenago galdu zuen semea, Jakes.

Bi biak goiztiar hil ziren; Ihintza, jaio aurretik, Aintzane 7 hilabeteko haurdun zela; eta Jakes, 7 hilabete-ekin, jaio eta lau egunera. “Min eta tristura espiral beltz batean sartzen zara, eta ez duzu pentsatzen inoiz pixka bat hobeto egon zaitezkeenik”,

dio gertakari hartatik ia lau urtera Aintzaneke. “Niri Belenek eta Iratxek —Jakesen beste amak— ikaragarri lagundu zidaten”.

Kristinak eta Iñakik erditze ostean bertan, Xabi galdu zutenean, Ain-



tzanek mezu bat bidali zien: "badakit orain gaizki zaudetela, baina min horretatik irten liteke". Handik lau hilabetera, Ekaitz hil zen, Eider eta Ikerren semea; Xabi hil zen ospital berean, Arrasaten. "Emaginak eman zigun Kris eta Iñakiren berri, ezagutu genituen, eta oso positiboa izan zen; ulermen handia dago gure artean, eta oso gustura gaude elkarrekin; denbora guztian ez gaude triste, momentu batzuetan bai, hala egoteko beharra dugulako, baina handiena elkar ulertzea da", azaldu du Ikerrek.

Belenek hasiko zuen kateak Antzuolako elkarte bateko mahai baten bueltara ekarri ditu lau familiak, Jakes hil zenetik lau urtera. Ordu asko igaro dituzte gisa honetara hizketan, partekatzen, indarrak biltzen; hunkituta une batzuetan, lasaia-go bestetan, adorez usu. Minaren espiraletik elkartsunaren katera egin zuten, eta gaur da eguna lau familiak "hobeto" daudena. Debagoienekoak dira laurak; Eider Otxoa, Iker Barandiaran, Ekaitz eta Markel semeak Aretxabaletakoak eta besteak, Antzuolakoak: Aintzane Irizar, Aitor Atxa eta Maren, Ihintza eta Goiatz; Iratxe Vazquez eta Belen Azkarate eta Jakes, Ainhize eta Beñat; eta Kristina Pavo eta Iñaki Narbaiza eta Xabi eta Unai. Lau sendiak Jakes, Ihintza, Xabi eta Ekaitzen heriotzak elkartu zituen, eta orain, dolu perinatalaz argi eta zabal hitz egiteko eta informatzeko blog bat sortu dute.

**"Guri hitz egiteak, elkarri entzuteak, esperientziak eta informazioa partekatzeak mina erlaxatzen lagundu digu —azaldu du Eiderrek—, eta horretarako da bloga, hitz egiteko".** www.guretxikixak.org du izena, eta dagoeneko, hasierako helburua bete du, Kristinak azaldu duenez: "Gura genuena zen gure egoeran dagoen edonork laguntza topatzea blog horretan, eta bakar bati balio izan badio blogak, bere helburua bete du".

Orain indarturik eta modu positiboan hitz egiten dute esperientzia gogor haiei buruz. "Ez dugu ahaztu eta ez dugu ahaztu nahi". Gainditu baino gehiago, galera horrekin bizitzen ikasi dutela dio Kristinak: **"Nik neuk ez daukat oroitzapen txar bat, bihotzez esaten dut, horixe da sentitzen dudana orain: Xabirekin gogoratzen**

### Guretxikixak.org: heriotza perinatalari buruzko bloga

www.guretxikixak.org dolu perinatalari buruzko blog bat da, Debagoieneko lau familia hauek sortu dutena. Elkar ezagutzeak eta elkarrekin euren esperientziak konpartitzeak eman dien laguntzatik sortu dute bloga, indar hori eta ezagupen osoa beste batzuen laguntzarako izan dadin. Egoera hori beraien larruan bizi izan duten guraso batzuek beste gurasoei bakarrik ez daudela erakutsi eta argi apur bat emateko asmotan sortu dute "minetik, bizipenetik, esperientziatik eta esperantziatik laguntzeko asmoz".

Dolu prozesua bizitzen ari direnei edo haien ingurukoiei zuzendurik dago web orria, baina gaiaz interesa izan dezakeen edonorentzat, eta bereziki profesionalentzat oso baliogarria den informazioa biltzen du, hala nola, seme-alaben heriotzaren aurrean gurasoek dituzten eskubideei buruzko informazioa dago, lagungarriak izan daitezkeen artikulu-bilduma, liburu, interneteko lotura, txosten eta ikus-entzunezkoak; elkarteei buruzko informazioa dago eta ingurukoek nahiz ospitalekoek kontuan hartzeko gomendio sorta zabala ere eskaintzen du. Horrez guztiaz gain, haurra galdu duten gurasoen esperientziak irakur daitezke, eta inor kasu horretan egongo balitz, berea zabaltzeko aukera ere izango luke.

**naiz eta ez daukat oroitzapen txar bat; kontrakoa, positiboa daukat".**

Hasiera bestelakoa izan zen, ordea, lau familientzat. Shock gisa deskribatzen dute euren seme-alabaren heriotzaren unea bera, eta hurrengo egunak "laino batean bezala" gogoratzen dituzte. "Lehenengo momentua shock bat da —kontatu du Aintzanek—. Momentu latzak izan ziren, benetan, deskribatzen asmatzen ez ditudanak". Urak hautsita ingresatua zegoen ospitalean, eta laugarren egunean Ihintzari bihotza gelditu zitzaion. Aitor bikotekidea

eta biak, alabarekin beharrean, haren errauntsak potean hartuta itzuli ziren etxera. **"Nik une horretan uste nuen nire bizitza handik aurrera horrela izango zela betirako, gaizki egongo nintzela beti aurretzean".**

Belenek eta Iratxek, berriz, jaiotza eta defuntzioa une berean erregistratu zituzten. "Gurea ez zen bat-batekoa izan: lau egun bizi izan zen Jakes. Hasieran animoak ematen nizkion. Gero apur bat hobera egin zuen, eta igual irtengo zela pentsatzen genuen, eta bere familia, aitona-amonak, herria, nolakoak diren azaltzen hasi ginen... baina gero ikusi genuen denbora kontua zela, eta agurtzen hasi ginen. Eskerrak eman genizkion gurekin egin zituen lau egunengatik. Gero, etxera itzultzean, ikaragarriko hutsunea sentitzen duzu".

Eider eta Kristina erditu ostean hil ziren Ekaitz eta Xabi, hurrenez hurren. "Dena ondo zihoan, dena ondo zihoan, dena ondo zihoan, erditzea bukatu zen..." —hasi da kontatzen Eider—. "Eta handik pixka batera esan ziguten arnasa hartzen laguntzen ari zitzazkiola, baina bazirudiela ez zuela arnasik hartzen, eta hil egin zela", osatu du kontakizuna Ikerrek.

'Shock'-aren ondoren, ukazioa, ezin onartua eta erruduntasun sentimendua etorri ziren: "Zergatik guri?" "Zer egin dugu gaizki?"; "Nik ez dut ume bat edukitzeko balio..." 'Shock'-etik ezin ulertura, ukaziotik minera, bitarte horretan guztian nora eza deskribatzen dute, "galduta eta noraezean ibili ginen, geuk ere ez genuen ulertzen gertatu zitzaguna" —kontatu du Aintzane—. Eta are handiagoa da jendearen ezin ulertua. **"Sentitzen duzu inork ez duela zure mina ulertzen. Umea ezagutu ez dutenez, jende gehienarentzat ez baita beste heriotza batzuk bezain mingarria".** Ulermen falta horren erakusle da baten batek guztiei noizbait esan dien esaldia: "Edukiko duzu beste bat". "Hori esate hutsa bera, lehenik eta behin, errespetu falta bat da hil den umearekiko —dio Eiderrek—. Beste bat bai, baina guk seme edo alaba bat galdu dugu, bes-



te bat izango dugu, baina hura ez, eta hori jendeak ez du ulertzen”.

Egoera ulertzeko lehenik, eta onartzeko gero, laguntza profesionala bilatu zuen familia bakoitzak bere kabuz. Eskatuagatik ere, batzuei ukatu egin baitzieten babes psikologikoa ospitalean. Eider: **“Ni josten ari zirela laguntza psikologikoa eskatu nuen, zeren banekien bizi izan nuen basakeria bat zela, baina ezetza eman ziguten”**. Kristinak eta Iñakik Beso Hutsak-Brazos Vacíos heriotz perinatala artatzen duen osasun mentaleko ekipoaren arreta eskatu zuten, baina hura soilik arabarrentzat zela eta Gipuzkoan ez zegoela antzekorik, eta ukatu egin zieten laguntza.

Laguntza psikologikoa makulu biziki garrantzitsua izan da guztientzat dolubidea egiteko, eta gaur egun hobeto egon daitezten, “giltzarria” izan da zenbaiten kasuan. “Dolua guk egin dugu, baina bidelagunak behar izan ditugu. Galduta geunden, eta denok topatu ditugu profesional onak”, azaldu du Kristinak. Dolubidea min eta tristura bide bat da. “Egin beharreko bide bat da dolua — azaldu du Eiderrek—, min bide bat, bere prozesuekin”.

Maite denaren galerak sortzen duen minaren korapiloa egoki askatzen lagundu diete profesionalak, horixe baita dolu prozesuetan profesionalak egiten dutena. Minean gelditu baino, mina zeharkatzea da dolubidea egitea. Baina, horretarako, minari loturiko emozio ugari bizi egin behar dira —samina, amorrua, beldurra, tristura...—. “Nik neuk gaizki egoten lagateko eskatzen nien ingurukoei; min hori bizi egin behar nuen, bestela ezingo nuke aurrera egin”, azaldu du Aintzanek. Izan ere, doluaren helburua, samina askatzea da, emozioz hustutzea, ondoren berriro eraikitzeko eta ez minaren emozioetan trabaturik bizitzeko.

Heriotz goiztiarren kasu askotan, ordea, mina eta dolua ezkutatu, isilarazi edo ahantzarazi egin dira denbora askoan. Doluaren helburua, alabaina, ez da, inolaz ere, galdutako pertsona ahaztea. Horregatik, lau familiek beharrezko ikusten dute gizarte mailan heriotz perinatalari buruz hitz egitea, eta dolubidean dauden familiak bakarrik ez daudela sentitzea.

**Nork bere dolubidea egin behar du**  
Dolua haurra erraizetan zeraman gurasoaren egitekoa soilik dela

pentsatu izan ohi da askotan, baina familia hauek argi dute, bikoteen kasuan, kide biek egin behar dutela euren bidea. **“Ez da geure barruan egon, baina geure ametsa ere galdu egin zen haurra galtzean”**, azaldu du Ikerrek. Beste gurasoaren mina, haurra eduki ez duen beste amaren edo aitaren mina errebindikatzen dute Ikerrek eta Iñakik —Iratxe eta Aitor ez daude bileran—. “Kristina zer moduz dago?”, galdetzen zioten Iñakiri kalean, Xabi hil ostean, bera zer moduz zegoen itaundu gabe. “Eta orain ni jausten banaiz?”, galdeztzen zion, ordea, bere buruari Iñakik. Eurek ere euren dolua egin beharra izan dute, “bi dolu dira, bakoitzak berea egin behar du”, azaldu du Ikerrek. **“Baina gu, ospitaletik bertatik hasita eta beste gauza askotan, egongo ez bagina bezala da askorentzat”**.

Seme-alabaren dolua behin betiko itxi ondoren, beste etapa bat hasi dute lau familiek. Guztiek eduki dute beste ume bat heriotzaren ondoren. “Beste ume bat eduki aurretik zerratu ditugu motxila horiek, ez genion nahi hurrengo umeari motxila bat jarri”. Alabaina, haurra galdu osteko haurdunaldiak ez dira errazak izan, arrisku psikologiko handiko haurdunaldi gisa deskribatzen dituzte bizi



izandakoak, fisikoki ondo egonagatik ere, beldurrak hartzen baitu burua. Beldurra haurdunaldian zehar umea galduko ote duzun, baina bereziki erditzean galduko ote duzun, lehenago halako esperientzia bat bizi izan zutenen kasuan. "Ekaitz erditze baten ostean hil eta gero, ni ez nintzen kapaz beste erditze bat edukitzeko, are gehiago, jakin barik zehazki zergatik hil zen. 'Zu ondo zaude erditze fisiko baterako', esaten zidaten, ordea, ginekologoek, baina ni ez nintzen ondo sentitzen. Zesarea bat edukiko nuela jakin nuenean ikaragarri lasaitu nintzen". Orain Markel aitaren besoetan dago, adi-adi, amak esaten duenaz jabetuko balitz bezala. Kristinak, Aintzane eta Belenek ere primeran ulertzen dute Eiderrek bizi izan zuen beldurra. Belen, kasu, zazpi hilabeterekin erditu zen berriro ere, **"Ospitalean geundela, pultsazioak jaitsi egin zitzaizkion umeari eta ni hondoratu egin nintzen, 'ez, berriro ez', pentsatu nuen; Iratxek esan zidan orduan 'benga Belen, Ainhize oraindik bizirik dago eta zure laguntza behar du'. Belarrondoko bat bezala izan zen**, eta Ainhizerekin berrikerian hasi nintzen, eta lau minututan epidurala jarri eta hankak lo hartu aurretik, kanpoan zegoen Ainhize. Hura poza!".

## Mina ez zamatzeko, inguruko eta ospitaleko tratua giltzarri dira

Dolua osasuntsua izan dadin, edo okertu ez dadin, bederen, hainbat faktore zaindu behar direla diote haurra galdu duten gurasoek. Ospitaleko tratua nabarmentzen dute, lehen lehenik. Hango tratua giltzarrietako bat da ondoren egingo duten dolubiderako. Lau familiek alabaina, oso tratu diferentea jaso zuten ospitaleetan.

Belenek eta Iratxek ospitalean bertan, Jakes artean bizi zela hasi zuten hura agurtzeko prozesua. "Nik familiako denei esan nien joateko ospitalera Jakes ikustera, bestela, fantasia bat izango zen gure semea beraientzat. Eta orain asko eskertzen dute ikusi izana". Kristina eta Iñakirentzat urrea balio du Xabi agurtzeko aukera eduki izanak: "Garbi eta prepartuta ekarri ziguten umea, eta guk agur esan ahal izan genion Xabiri". Eiderrek ordea ezin izan zuen Ekaitz ikusi, "eta hori ez bizi izanaren mina ikaragarria da". Min horri, gainera, gertatu zenaren inguruan ospitalak erantzunik ez emateak sortuko ziena gehitu behar zitzaion.

### "Ospitaleetan jardueraprotokolo bat behar da"

Aintzane eta Aitor heriotz perinatala artatzeko jardueraprotokoloaren arabera hartu zituzten, Donostiako Ospitalean, eta batzuen eta besteen tratua arteko aldea ikusirik, guztiz beharrezko jotzen dute ospitaleek heriotza perinatalak artatzeko jardueraprotokolo bat edukitzea. "Hasierako momentu gogorretan profesionalak zer egin behar duten jakiteak eta euren lana ondo egiteak gure mina ez du arinduko, baina ez du min handiagoa ekarriko, eta hori gauza handia da", azaldu du Iñakik. Horrez gain, ospita-

leko profesionalak (emaginek, ginekologoak, erizainak, pediatrak...) horrelako kasu baten aurrean nola jokatu behar duten aurrez lantzeak profesionali euri ere mesede handia egiten diela ikusi dute, momentuko nahasmenean, inprobisazioan ez erortzeko eta horrek ekar ditzakeen hutsegiteak ekiditeko. Debagoinean lortu dute jardueraprotokolo bat irekitzea, familia hauen esperientziagatik eta euren insistenziagatik.

Ospitalak protokoloa izan ala ez, eurek bizi izan duten egoeran dauden gurasoentzako lagungarriak izan daitezkeen hainbat gomendio bildu dituzte blogean, batzuk erietxeari begirakoak: heriotzaren albistea emateko modua eta unea zaintzea bermatu beharko litzateke, eta ez modu txarrean esatea —hauetako bati zeladore batek esan zion haurra hil egin zela—. Umea ikusteko aukera ematea gomendatzen dute, laguntza psikologikoa eskaintzea; haurra galdu duen familia gela batean bakarrik jartzea, alboan ume jaio berri bat duen familiarik gabe; haurrari argazkiak egitea; uneoro haurrerekiko jokabide zuzena izatea langileek...

Ingurukoentzat ere badute gomendio-sorta bat, mina ulertzen laguntzeko, edo bederen, berau ez gutxieteko: Onartu ezin duzula euren mina kendu, baina bai konpartitu; Zuen benetako ardura eta maitasuna adierazi; erabili umearen izena; ez pentsatu umearen adinak familian heriotza horrek izango duen balioa eta inpaktua zehazten duenik; ez esan badakizula nola sentitzen diren, ez baduzu antzeko egoera bat bizi izan... (gehiago [www.guretxikixak.org](http://www.guretxikixak.org) gomendioen atalean)



## EDOSKITZE TALDEA

# “BULARRA EMAN NAHI DUENAK ESPERIENTZIA ON BAT IZAN DEZAN BILTZEN GARA”

Lau urte daramatza Ondarroako edoskitze taldeak biltzen, Esnearen Ligako monitore Lide Azkuerekin. Beste herrietan bezala, presioetatik askatu eta zalantzak argitzeaz gain, babesa eta ulermena jasotzen dute andreek bileran hauetan.



Ondarroako edoskitze-taldearen bilerako argazkia. Ezkerrean, Lide Azkue, Esnearen Ligako monitoria.

**A**ma, izeba eta beste hainbat emakume hizketan ari diren bitartean, Gari txikiak aulki hutsak hara eta hona mugitzeko ahalgina egiten du. Doi-doi ematen ditu pausoak, baina lortu du bere helburua. Zarata egiten du egurrezko aulki astunak lurraren kontra, eta umeak helduei begiratzeko die irribarrez, bere lorpena erakutsiz bezala. Gustura dabil, aulkiak dantzaz jarriz, emakumeei ahotso altzaraziz, harik eta aulki batekin min hartu duen arte. Orduan bere negarra izan da gailendu dena. Amak besotan hartu duenean berehala apaldu zaio negarra Gariri: bularra bilatu duenean lasaitu da erabat.

Ondarroako edoskitze taldearen bileran daude Gari eta bere ama. Gaurkoan zazpi emakume eta lau haur elkartu dira Kofradia zaharrean. Lau urte daramatza edoskitze taldeak elkartzen hemen, Lide Azkue Esnearen Ligako monitorearen gidaritzapean. “Berez emakume ia-ia denok eman badezakegu esnea, ez nuen ulertzen askok, nahi izan arren ere, ezin eman izatea; neuk ere, lehen umea eduki aurretik zera pentsatzen nuen, ‘ahal badut emango diot’. Asko irakurri nuen, eta ikasi nuen laguntzarekin, babesarekin eta informazio onarekin edoskitzeko esperientzia onak bizi daitezkeela”. Bere prozesuan

zehir ikasi zuen hori guztia beste emakume batzuegana zabaltzeagatik hasi zen talde hau gidatzen. Bere borondatez eta diru-saririk gabe gidatzen ditu bilerak Azkuek, Esnearen Ligan formazioa jaso ondoren.

Edoskitze taldeko bileren helburua bularra eman nahi duten ama horiei laguntzea ematea da. “Gure helburua ez da inor konbentzitzea bularra eman dezan, hori norberaren erabakia da, eta badago nahikoa informazio onena zer den jakiteko. Norbaitek erabakitzen badu ez duela eman nahi, gu hor ez gara sartzen. Baina eman nahi duen horrek babesa eta laguntza

izan dezan gaude gu hemen, esperientzia on bat izan dezan biltzen gara”.

**“Talde hauek beharrezkoak dira** —esan du Goizargik. Bi urte eta erdi daramatza alaba eradoskitzen—. **Hasieran beharrezkoa da lehenengo hilabeteak oso gogorak direlako, bakarrik sentitzen zarelako... eta gero ere beharrezkoak dira, sasoi batetik aurrera bularra ematen jarraitzen baduzu eta, atxikimenduzko haziera badaramazu, jendeak txarto begiratzan dizulako, ez baitago ondo ikusia urte eta erditik edo bi urtetik aurrera bularra ematea, eta ostera ere babesa edo aitorpena behar dituzu”.** Baietz egin du buruarekin Uxuek, hilabeteke ninia bularrean duela: “Alde guztietatik presio handia sentitzen duzu”.

Bileran behin eta berriz atera da “presioa” hizpidera. Presioa erakundeen aldetik, gertuko aldetik nahiz ezezagunen aldetik ere. **“Beti dago kalean komentarioren bat egiten dizun norbait, nahiz eta ezezaguna izan; bularra emateari buruz, edo hazierari buruz, hau edo beste ez duzula egiten, edo txarto egiten duzula... zuk zeure nekearekin, hormonekin eta zalantzeekin nahikoa izango ez bazenu bezala”**, dio Uxuek.

Osasunaren Munduko Erakundeak bultzaturik, osasungintzako erakundeek bularra emateko mezua zabaltzen duten arren, informazioa hedatze hutsa ez da aski Liderentzat, baliabideak eman behar zaizkie amei: “Erakundeak ahalegina egiten ari dira bularra emateko mezua zabaltzen, baina beraien mezua da onena dela eta bularra eman behar zaiola umeari; baina amak arazoren bat baldin badu, inork ez dio laguntzen —akaso emaginen batek, bere kabuz bere burua formatu duelako edo edoskitze esperientzia on bat bizi izan duelako—; zenbait kasutan, erakunde horiek beraiek aurreneko ezintasunarekin biberioa sartzen dute. Eta ama asko nahi eta ezinaren erdian uzten dituzte, mezu eta sentimendu kontrajarriekin”. Une zaurgarri, ahul eta sentibera horietan, gertukoeren presioa ere handia izaten da zenbait kasutan, Lideren arabera: **“Azken belaunaldietan eten egin da edoskitzearen ezagutzaren transmisioa, eta emakumeok galdu egin dugu geure buruarengan konfiantza,**

**ez soilik bularra emateko konfiantza, baita erditzean, haurdunaldian eta gure sexualitatearekin zerikusia duen guztian ere, menopausia, hilekoa...”**

Eta horrek ondorioak dituela dio Lidek: “Konfiantza faltak ezintasunak dakartza, eta emakumeek esperientzia gogorak bizitzen dituzte, zailtasunak dituztelako, asmatzen ez dutelako, edo mina edo zauriak dituztelako... Kasu horietan, ingurutik bularra utzi eta biberioa emateko mezuak jasotzen dituzte askotan”.

**Aitaz, lehen hilabetez, sexuaz...**

Aitatasunaz hitz egiteko asmoa dute gaurko bileran. Normalki gai bat proposatzen du Lidek, baina bilerak beti irekita daude partaideek nahi dituzten kezkek argitzeko edo gaiak jorratzeko. Aitak egitura berrian duen rolaz jardun dira, rol berriaz, zenbaiten kasutan belaunaldi askotan emakumeak —ama, amona, izeba...— arduratu baitira haurraren hazieraz; ba ote duten aita horiek eredurik; haurdunaldian eta erditzean aktibo den aita baten eta ez den baten jarreraren arteko diferentziak izan dituzte hizpide; aitaren presentziak eta absentiak jardun dira, eta amaren bakardadeaz; edoskitzeak aitaren rola mugatu egiten ote duen ala ez galdetu dute, baina eurek eman dute erantzuna ere: “Zabalduta dago aitak parte har dezan, bularra eman beharrean, biberioa ematearen ideia, baina biberioa emanez haurraren hazieran inplikatzeko prest dagoen aita, edoskitzea erabakitzen dutenean ere inplikaturik litzateke, ezta? Bainutik masajera... hamaika gauza egin ditzake aita batek”.

Gaurkoan ez da aitarik edo bikotekiderik etorri. Baina sarritan etorri izan dira. “Euren bikotekideek bizi dutena ezin ulerturik etortzen dira —azaldu du Lidek—, eta hemen ohartzen dira hasierako hilabeteetako baxualdia, kezkek, beldurak, nekea eta ezintasunak normalak direla”. Amonak eta zaintzaileak ere etorri izan dira, “ama ulertzeko eta hari laguntzeko”.

Presioarekin batera, “ulermena” da amek hitzetik hortzera darabilten berba. “Hemen ulermena daukagu, negar egin dezakegu, purrustada batzuk botatzeko askatasuna daukagu, eta epaitu gabe, ulertuko gaituen jendea izango dugu ondoan”. Guztiek

ulertu dute bilerara lehen aldiz etorri den haur jaio berriaren ama, kezkek eta zalantza beterikoa: “nahikoa hartzen al dit? Ondo hartzen al dit? Zenbat denbora eduki behar dut bular bakoitzean? Denbora guztian hain lotua izango al da edoskitzea?”. Amek eurek erantzun diote, nork bere esperientziatik. “Lehenengo hilabeteak oso gogorak izan ziren, ez daukazu ezertarako denborarik, denbora guztian umea titian duzula zaude; baina, hasierako zuloa pasa eta gero, lau bat hilabetez aurrera, errazago erosten da dena”. Ados daude denak Goizargik esan duenarekin. “Orain, nik uste dut gauzak errazago direla titia ematen diodalako —dio Enarak—, haurra gaixodagonean edo mina hartzen duenean, beldurtzen denean... bularrarekin erraza egiten zait lasaitzea”.

Aitatasunetik, hasierako une latzetera... gaiz eta hizpidez aldatzen dute lagun-tertulia batean bezala, bilduta dauden amen kezken eta interesen arabera. Erditu osteko sexu harremanetara pasa dira ondoren, minaz, gogo fisiko eta emozionalaren gabezia... “Zenbait ginekologok esaten dizute lubrikatzailea erabiltzeko, horrek gogo gabezia konponduko balu bezala; baina, zertarako? Ahal den min gutxienez hartuta gizonarekin konplizeko?”. Ezezkoa diote buruarekin, “baina horri buruz ez du inork berba egiten, asko jota bikotekidearekin berba egingo duzu, edo horrelako espazio batean”.

Berrito ere hitz egiteko espazioaren beharra atera da, ulermen beharra. “Haurdunaldi aurreko klaseak baino gehiago ostekoak behar ditugu —esan du Enarak—, taldeko babesa, ulertuko gaituen jendea ondoan izatea; hori da benetako laguntza”. Lidek dio amatasuna den bezala agertzen dela bilera hauetan: **“Amatasunaren erretratu perfektua saltzen digute: ama izatea bikotekidearekin haurra paseora ateratzea dela, eder eta irribarretsua, baina ez da beti horrela. Haurra jaioztean badirudi munduko pertsonarik zoriontsuena izan behar duzula, baina batzuetan ez zara, presioa sentitzen duzu, nekatuta zaude, bakarrik, zalantzeekin eta beldurrekin... eta hori guztia beste amekin partekatu ostean, hustu eta besteen esperientziarekin eta laguntzarekin bete ostean, indar berriturik ateratzen zara”.**

### GASTROENTERITISA

Sarritan agertzen den gaixotasun infekzioso da gastroenteritisa. Edozein adin eta urtarotan gerta daiteke, baina haurrengan eta udan errazago. Beherakoa (kaka bigunagoa eta ohi baino gehiagotan) sintomarik ohikoena den arren, goragaleak, sukarra edota sabeleko mina ere maiz agertzen dira.

Gehienetan infekzio arina izaten da. Batez ere birusak sortutakoa den arren, bakterioak ere izan daitezke infekzioaren arrazoi (salmonella, adibidez). Dena den, bakterio batek sortua izateak ez du larriagoa denik esan nahi.

Gastroenteritisa gaixotasun infekzioso den heinean, kutsakorra da.



#### Zer egin behar da? Pediatrarengana joan behar da?

**GEHIENETAN GAIXOTASUN ARINA** da eta haurra medikuarenera eraman gabe zaindu daiteke.

Garrantzitsua haurren hidratazioa zaintzea da. Haurrak onartu ahala likidoak eskaini behar zaizkio, beherakoan galdutakoaren arabeko egarria erakutsiko du. Goragaleak dituenean, hasieran kopuru txikitetan eskaini, eta onartu ahala gehiago eman beharko zaio. Haurrak zerbait jateko gogo duenean eta kaka kopurua handia ez bada, ura eskaini dakioke. Ordea, haurrak ia ezer jan gabe kaka ugari egiten duenean, hidratatzeko ahotik hartzeko suero bereziak erabiltzea litzateke egokiena. Hau ere haurrak onartzen duen erritmora. Beherakoagatik galdutako likidoak berreskuratzeko ez dira oso gomendagarriak freskagarri komertzialak edo etxean prestatutakoak.

Jakina da jateko gogo gutxiago izaten dela. Haurrak elikagai solidoak onartuz gero, hasieratik eskaini behar zaizkio derrigortu gabe. Haurra bularrekoa denean, onena amaren esnea eskatu ahala ematea da, eta nagusitxoei normalean jaten duten janaria ematea da egokiena. Gaur egun ez da aholkatzen dieta berezirik arrazoi honengatik.



Mariaje SARRIONANDIA  
Pediatra

#### Zelan kutsatzen da?

**GASTROENTERITISA ERRAZ** transmititzen da pertsona batetik bestera. Birus batzuen kasuan, zuzenean arnasbidetik, eta gehienetan kutsatuta dauden elikagaiak edo objektuak ukitu ondoren, eskuak edo elikagaiak ahora eramaten ditugunean gertatzen da.

Ez da ahaztu behar etxeko dortokak ere salmonella eramaileak direla.

#### Noiz kezkatu behar gara eta pediatrari aholkua eskatu?

##### - GORAKOAK BEHIN ETA BERRIZ

errepikatzen direnean.

- Beherakoa ugaria denean eta haurra galtzen dituen erritmo horretan edateko gai ez denean.

- Haurra oso goibel dagoenean edo pixa gutxi egiten duenean.

- Sukar handia duenean.

- Nahiz eta haurra ondo egon, beherakoa 8-12 egunez luzatzen denean.

Zenbat eta txikiagoa izan, orduan eta arreta handiagoa eskatzen du haurrak.

#### Prebentzioa

##### - ESKUAK, URA ETA XABOIAREKIN

garbitu komunera joan ondoren, umeari fardela aldatu ondoren, komunak garbitu ondoren, janariak prestatu eta jatorduren aurretik.

- Ez eraman haurra eskolara beherakoarekin dagoen bitartean.

- Salmonella ekiditeko garrantzitsua da arraultza gordinek ez jatea; zurin-goa ondo eginda, egokia da.



Nerea ETXAIDE  
Osteopata

## OSTEOPATIA

### GORPUTZEKO TENTSIOAK

Haurdun gelditu nahi badut (badira hainbat hilabete saiatzen ari garenetik, eta biok emankorrak garela egiaztatu dugu), nire gorputzean antzeman dituen hainbat tentsio askatu beharko ditudala esan dit ginekologoak. Osteopatarengana joateko aholkatu dit. Zer egin dezake osteopatak?



**BIZITZAN ZEHAR**, gorputzak kolpe, gaixotasun, ebakuntza eta beste hainbat arazoren eragina jasotzen du. "Arazo" horietako askok arrastoa uzten dute arteriek, zainek, ontzi linfatikoek eta nerbioek zeharkaturiko ehunetan. Osteopatak laguntzen dio

gorputzari tentsio horiek ezabatzen eta bere baliabideak optimizatzen. Zenbat eta hobeagoa izan zirkulazioa eta inerbazioa, orduan eta kalitate handiagoa izango dute organoek, eta orduan eta eraginkorragoa izango da gorputza.

### LESIOAK

Gure bi urteko semeak arazoak ditu ondo ibiltzeko, zehazki, oina lurrean jartzeko. Erditze baginala (tresnarik gabe) oso luzea izan zen. Pediatrak esan digu balitekeela bizkar hezurreen izandako lesio txiki baten ondorioa izatea. Nola konpondu genezake arazo hau, eta erditzearekin zerikusia duten beste batzuk saihestu?

### ERDITZE BAGINALA

Erditzea prestatzeko emaginak esan digu erditze normala (bagnala) onuragarria dela umearentzat (eta haren burezurrarentzat). Lan fisiologikoa amaren pelbisaren bidez egitea garrantzitsua dela azpimarratu digu. Baina ez du jakin azaltzen epiduralarekin egindako erditze baginal batean umearen burezurraren lana hain optimo eta eraginkorra den. Zure iritzia ezagutu nahi nuke.

**NIRE IRITZIZ**, epiduralarekin egindako erditze baginal batean umearen burezurraren lana berdina da. Kontuan hartu behar den bakarra da erditzearen erritmoa ez dela berdina izango. Erditzearen kanaletik pasatzean, arnas-kanal guztiak husteaz gain, likido zefalorakideoaren ekoizpen eta banaketarako lehen estimuloa gertatzen da. **Hazi Hezi**-ren 3. zenbakian informazio gehiago aurkitu dezakegu honi buruz. Epiduralarekin egindako erditze baten eta epiduralik gabeko baten

artean kontsultan antzeman dudana ezberdintasunik handiena, amaren egoeran eta umeak (zenbait kasutan) bularra hartzeko behar izan duen denbora luzean datza. Erditze luze batek, edo kolokazio goiztiarrak, umearen burezurrean eragindako deformazioak berdin gerta litezke epiduralarekin edo epiduralik gabe. Erditzeak ez dira beti guk planifikatu bezala gertatzen, eta amak epidurala behar badu, ez diogu horregatik errua botako. Nik uste dut emakume bakoitzak ahal duen ondoen egiten duela.

**NIK AHOLKATZEN DUT** berrogeialdiaren barruan osteopata bisita egitea, umea eta ama behatzeko. Ama artean oso mugikor egoten da, eta pelbisean eta lunbarrean desorekak lantzeko une egokia da. Eta haur txikia ere hobe lehenbailehen behatzea. Horrela, konpentsazio gutxiago izango ditu eta egiturak mugikorrak izango dira.

Denbora pasa ahala espektatibak murrizten dira, ez baitugu ahaztu behar osifikatzen ari den gorputz bat dela.

Bi urteko haur baten kasuan, oraindik modifikatu daitezke bizkarrezurra eta hanken ardatza. Osteopata baten jantzea aholkatzen dizuet, zuen semearen kasua aztertzeko.



# ETXEAN HEZTEA ABANTAILAK ETA DESABANTAILAK

Eskolak haurren beharrak asetzen ez dituelako edo 'homeschooling'-ak dituen onura pedagogikoengatik, badira haurrak etxean hezten dituzten familiak. Hego Euskal Herrian, ordea, legeak ez du baimentzen hautu hori, eta sendiak babes legalik gabe daude. Madalen Goiria doktoreak erdibideko soluzio bat proposatu du etxean hezteko zailtasun legalak gaitzetzeko: eskolatze partziala.





Ez da fenomeno berria, ez mundu zabalean, ezta Euskal Herrian ere. 36ko gerra ostean ohiko eskolako bidea hartu partez, haur ugari hartzen zuten beste etxe baterako norabidea. Izan ere, eskola frankistak ez zituen haur haien beharrak asebetetzen. Gaur egun ere badira goizero eskolako bidea hartzen ez duten umeak: bakan batzuk "eskola libre" deiturikoetara joaten dira, eta beste batzuk etxean gelditzen dira, etxea baitute "eskola".

Elbira Zipitriaren etxe-giroko ikastolen garaitik gaur eguneko 'homeschooling'-era egoera aldatu egin da. Madalen Goiria 'La opción de educar en casa' blogaren egile eta EHUKo doktoreak etxean hezteari buruzko tesi bat aurkeztu berri du, eta nagusiki zuzenbidearen ikuspegitik diharduen arren, haurrak ez eskolatzearen inguruko informazio zabala eskaintzen du 500 orrialdetan barrena. Tesiaren harira, Beasainen hitzaldi bat eskaini zuen Irriargi taldeak antolatutik, eta bertan honela definitu zuen 'homeschooling'-a: "Gurasoek hartzen duten ardura umeak etxean hezteko, eskola sistemara jo barik". "Betidanik izan den fenomeno bat da etxean heztea —dio Goiriak tesian—, familia-giroan edota zirkulu txikietan hezte, 'ad hoc' sorturiko eskola-instituzioetatik kanpo hezte. 'Homeschool' fenomeno moderno, gaur egun ulertzen den gisakoa, AEBetan hasi zuten 70 eta 80ko hamarkadetan, eskola sistema modernoarekin bat ez zetozen familiek".

Espainiako Estatuan legez aitortua zegoen etxean hezte, 1970. urtean hezkuntza orokortzeko erreforma onartu zuten arte. Bitartean, 1857ko Moyano Legeak eskola pribatua, publikoa eta etxeko heziketa aitortzen zituen. Frantziako Estatuan, oster, legezkoa da etxean hezte. Aitortua dago. Alabaina, Estatuak ezartzen du ikasi beharreko gutxieneko curriculum eta hezkuntza ikuskatzaileek kontrolak egiten dizkiete gisa honetan heziak diren haurrei. Goiriaren datuen arabera, Frantziako Estatuan gaur egun 8.000 haurrek etxean jasotzen dute heziketa, eta beste 22.000k urruneko ikasketak egiten dituzte. Horiez gain, ez norbere etxean ez eskola formaletan hezkuntza jasotzen duten haurrak ere badira, komu-

nitrate-giroko eskola libreetan heziak direnak; horietako batzuk homologatuak dira eta besteak ez.

### Profil anitzeko familien aukera

Ivan Illichen eta John Holden desekolatzearen teorietan oinarritu zen 'homeschooling' mugimendua, 70eko hamarkadan, AEBetan. Alabaina, eskola sistemaren aurrean etxeko hezkuntza hobesten zuten familiak ez ziren soilik eskolaren doktrinazioaren aurka zeuden ezkerreko familiak, mugimendu erlijiosoen ere etxean hezte hobetsi izan dute. "Batziek ezkerretik eta besteek eskuinetik, mugimendu indartsua osatu zuten, AEBetako Gobernuak etxeko heziketa legez baimentzeraino".

Gaur egun Euskal Herrian etxean hezte aukeratzten duten familien profila garai hartako AEBetako aldean diferentzia dela dio Goiriak, nahiz eta aitortu zaila dela jakitea zein den profil zehatza, batetik azterketa enpirikorik ez dagoelako, eta bestetik, etxean hezten duten askok ez dutelako euren hautua publiko egiten. "Egin dudana lanean, 'aitzindari' deitzen ditudan ezagutu ahal izan ditut. Gehienak atzerritarak dira, baita kontsumismoaren aurkako ere; horregatik aukeratzten dute seme-alabak sistematik kanpo hezte. Horiez gain, badira beste profil bateko familiak; batzuk inoiz eskolatu ez dituztenak dira, baina gero eta gehiago dira eskolatu bai baino gero haurrak eskolatik atera dituztenak, sistemaren barruan zailtasunak izan dituztelako". Azken sail horretan, batetik, arrazoi akademikoengatik etxean hezte erabakitzen dutenak aipatzen ditu Goiriak, hezkuntza-sistemak haur horien beharrei erantzuten ez dielako, izan seme-alabek eskola porrota jasan dutelako edo gaitasun handiko umeak direlako; bigarrenik, egokitzeko arazoak dituzten haurren kasua aipatzen du, adibidez, kultura desberdinekoak direnena; eta, hirugarrenik, erasoak jasan

dituztenak, 'bullying'-a, esate baterako. Azken hiru arrazoi horienengatik etxean hezten dituzten umei "eskola sistemaren biktima" deitu die, eta Goiriaren ikerketaren arabera, gehien handitu den taldea da. "Familia horiek ez zuten sekula pentsatuko euren seme-alabak hezkuntza sistematik kanpo hezi beharko zituztenik".

Miren Camisonek eta Sergio Paniaguak sakon hausnartu ondoren erabaki dute euren seme-alabak eskola formal batera ez eramatea. "Ez zaigu iruditzen gaur eguneko eskola ereduak haurren eritmoak, prozesuak eta beharrak errespetatzen dituenik", dio Mirenek. "Guztientzako, publiko den hezkuntza sistemak onura handiak egin dizkio gure gizarteari, haur hezkuntzatik unibertsitatera. Hori luxu bat dela aitortu behar da, noski, baina, oinarri eder horrekin, zergatik ezin dugu aurrera egin eta asko hobetu dagoena?". Ikuspegi ideologikotik nahiz pedagogikotik, "zailtasunak, hutsuneak eta interesak" ikusten dizkiote eskola-sistemari. "Paulo Freire pedagogoak dioen bezala, 'ez dago hezkuntzarik ideologiarik ez duena', eta eskolak ekonomia globalaren sistemak inposatzen duen ideologia politikoa eta ekonomikoa bultzatzen ditu". Arlo pedagogikoan, berriz, "irakasle asko eta asko sistema barrutik aldatzeko egiten ari diren ahalegina ikusi eta aitortzen" duten arren, Miren eta Sergio ez datoz bat eskola modernoetan edukiek duten trataerarekin eta ezta pro-

**"Gero eta gehiago dira eskolatu bai, baino gero haurrak eskolatik atera dituztenak, sistemaren barruan zailtasunak izan dituztelako"**  
Madalen Goiria  
(EHUKo doktorea)



posatzen duten metodologiarekin ere: "Sistema bertikala da: irakasleak daki / ikasle ezjakinek ikasi egin behar dute. Memorizatzean datza metodologia, eta ez bitzta ulertzean. Erantzun jakin batzuk eskatzen dizkiote haurrari; ez ditu galderak egiten; ez dauka aukerarik interesatzen zaiona momentuoro deskubritzeko, bere ezagutza eraikitzeke". Gaur eguneko eskola-sistemak haur bakoitza izaki konplexu eta dimentsioaniztun gisa ikusi beharrean, "burokratizatu eta homogeneizatu" egiten duela ikusirik, eure seme-alaben heziketaren "ardura osoa" hartzea erabaki dute.

Mirenek eta Sergiok aukeratu duten bidea zenbat familiak egiten duten jakitea ez da erraza. Hego Euskal Herrian babes eta segurtasun legalik ez dutenez — azken batean, edozein kaletarrek salatu ditzake guraso batzuk euren seme-alaba eskolatzen ez dutelako—, askok nahiago baitute euren egoeraren berri ez eman. Horietako bat da Aitziber —ez da bere benetakoa izena—. Bera Miren bezala, lanbidez eta formazioz irakaslea izan bada ere, haurrak eskolatzeko hautuari muzin egin dio. "Heziketa eskolan ikasten diren materietatik haratago dagoela ulertzen dugu". Gaur eguneko eskola-eredua baino gehiago, hezkuntza integratzen sinesten dute Aitziberrek eta haren bikotekideak, "haurren beharrak aseko dituen. Ez dugu nahi gure seme-alabak etengabe epaituak eta baloratuak izan daitezen; beraien autoestimua zaindu nahi dugu,

sormena garatzea ahalbidetu nahi dugu, gauzekiko jakin-mina indartu, besteekiko harremanak konpetitibetatik at izan daitezen ahalegindu". Etxean hezteak hezkuntza pertsonalizatua eskaintzen duela ikusten dute: "Umearen beharrak eta nahiak identifikatu eta asetzeko aukera dugu. Bere erritmoa errespetatu eta sinesten ditugun baloreetan haztekoa". Haurrekin batera familia hazten dela dio Aitziberrek. "Guk umeei ematen diegun adina jasotzen dugu beraiengandik; eta ikusteko eta entzuteko prest egonez gero, beraien ikuspuntu eta pentsatzeko modutik asko ikas daiteke".

Haurren heziketaren ardura osoki familiak hartzeak onurak izan ditzakeen arren, desabantailak ere baditu. Hasteko eta behin, gizartean oso aukera minoritarioa denez, baldintza ekonomiko nahiz legalak ez dira lagungarriak —edo baldintza ekonomiko eta legalak zailak direnez, aukera minoritarioa da—. Sozialki ez da begi onez ikusirik hautua, Goiriak tesian jasotzen duenez: "Familia hauen erabakia ez du jendeak ulertzen, eta kritika ugari jasotzen dituzte". Arduragabeak edo haurrak gehiegi babestu nahi dituztela diote kritika sarrienean. Aitziberrek ere badaki zer den hori. "Beldur handiak ditugu barneratuak. Gizartean eta familian zaila da ulertzen zaituenik aurkitzea eta nolabaiteko bakardade batean murgiltzen zara".

Sozialki aukera minoritarioa izateak, halaber, eskolara joaten ez diren

haurrek beste haurrekin egoteko aukera gutxiago edukitzea eragin dezake. Mirenek zehazten du seme-alabek beste haur batzuekin denbora dezente pasatzeko aukera gutxiago edukitzeak ez duela esan nahi sozializatzen ez direnik, asko zaintzen baitute "eskolak proposatzen duen gizarteratze-eredu homogeneizatutik landa" euren seme-alabek sare sozialak eraiki ditzaten.

Titulazioarena ere handicap bat da Hegoaldean. Gaur egun Espainiako Estatuan 6-16 urte bitartean urruneko ikasketak egiteko aukera CIDEAD erakundeak soilik ematen du (UNEDen parekoa), baina oso baldintza zorrotzak betetzen dituzten familientzako dago irekia CIDEAD, hala nola, artista edo kirolarientzat, edo gurasoek atzerrian lan egin behar duten familientzat. Titulazioa lortzeko beste bide bat urruneko formazioa eskaintzen duten atzerriko ikastetxeetan matrikulatzea eta titulazio hori baliozkotzea izan ohi da.

Ekonomikoki, Sergiok dioen eran, haurrak eskola arruntan ez eskolatzea erabakitzen duen familiar sendiaren funtzionamendu organiko haurren heziketaren arabera antolatu behar du. Aitziberrentzako, praktikan, umeak etxean hezteak gurasoetako bat etxean gelditzea esan nahi du, "horrek, lana uzteaz gain (eta dakartzan ondorio ekonomiko guztiekin), norberaren bizitzan inflexio puntu bat dakar. Gizartean oso baloratua dago autonomia ekonomikoa, norberaren lan bizitza, dirua... molde honetatik ateratzeko, lan psikologiko handia egin behar da".

### Lege aldetik babes faltan

Desabantaila guztien artean, lege aldetik babes gabezia da haurrak ez eskolatzea erabaki duten Hegoaldeko familien kezka nagusia, Goiriak ondorioztatu duenez. Berez ez dago legez debekatua —ezta aitortua ere—, Espainiako legediak ez baitu etxean hezteari buruzko aipamenik egiten. Espainiako Konstituzioak hezkuntza eskubide gisa aitortzen du, eta derrigorrezko jotzen du 6 eta 16 urte bitartean. "Hezkuntza da derrigorrezkoa dena, ez berez eskolatzea. Baina eskolatzea derrigorrezkoa dela interpretatu da", dio

Goiriak. Haurrak derrigor eskolatzea dakarren interpretazio hori ez dator etxean heztea arautzeko beharretik, baizik eta kalean eskean edo lanean egon beharrean haur guztiak hezkuntza jasotzen egoteko beharretik. 1990ean LOGSE erreformarekin ezarri zen eskolatzea derrigor-tzen duen dekretua, eta era horretan eskolan heziketa jasotzen ez duten haur guztiak —izan etxean jasotzen dutenak, edo kalean eskean daudenak— absentistatzat jotzen dira.

Konstituzioak euren aukera babes dezakeen arren, 'homeschooler' familiak "linbo juridikoan" daude dekretu horren ondorioz, Goiriaren arabera. "Euren umeak abandonatzan dituzten familiek jasotzen duten tratamendu bera jasotzen dute 'homeschooler'-ek". Udaletako gizarte zerbitzuek familiak bisitatu eta galdeketa egin diezazkiekete, eta are gehiago salaketa jarri ere bai. Haurrak etxean hezten dituzten familiek 6.000 eta 60.000 euro bitarteko isunak jaso ditzakete, edo guraso-agintea ken diezazkiekete. Katalunian esate baterako, auzitegi konstituzionalera iritsi zen familia baten kasua bide zibiletik, eta haurrak eskolatzera behartu zituen sententziak, guraso-agintea galtzeko mehatxupean.

### Erdibidea: 'flexischooling'-a

Etxean heztea eta eskolatzearen artean badaude erdibideak. Komunitate-giroko eskolak esate baterako. Hauek kasu gehienetan ez daukate Estatuaren homologaziorik eta ondorioz egoera alegalean daude. Hauetako eskola batera joaten dira Sergio eta Mirenen seme-alabak, Gipuzkoan. "Eskola honek ez du irakasten —dio Mirenek—, baina haur bakoitzaren ikaste eta ikertze prozesuak errespetatzen ditu, giro lasai batean eta material autodidaktaz ondo horniturik". Eskola horrek, alabaina, ez du haurren hezkuntzaren ardura hartzen guztiz, "gure gain jarraitzen du".

Baina eskolaren eta etxearen artean, legezko topalekua bat izan badago: 'flexischooling'-a edo eskolatzeko partziala. Erresuma Batuan indarrean dagoen eredu da, eta etxeko heziketa eta eskolako biak malgutasunez konbinatzeko aukera ematen du.

## Espainia, Alemania eta Grezia, etxean hezteko leku okerrenak

'Homeschool' fenomenoaren herrialde anglosaxoietan abiatu zen, eta lehen urratsak AEBetan egin zituen. 70 eta 80etan etxean hezteko lehen materialak publikatu zirenean, hainbat estatuk debekatu egin zuten etxean heztea eta besteetan ere mehatxu ugari jaso zituzten sendiek, guraso-agintea kentzea barne. Gaur egun, ordea, AEBetako ia estatu guztietan legezkoa da etxean heztea. Hurrena, Europako herrialde anglosaxoi eta nordikoetan zabaldu zen fenomeno hau. Gaur egun Europako herrialde gehienetan aitorten juridikoa du etxean hezteak, eta Goiriaren arabera, horrek asko errazten du familiaren egoera.

Etxean hezteko mugimendu europarrak AEBetakoak baino konnotazio laikoagoa du. Egoera ere oso desberdina da herrialderik herrialde, eta etxean hezteko lege aldetiko babesgabezia handiena Alemanian, Espainian eta Grezian daukate. Lege aldetik, betidanik onartu dute etxean heztea honako herrialde hauek: Frantziak, Belgikak, Danimarkak, Irlandak, Italiak, Luxenburgok, Norvegiak, Suitzako zati handi batek eta Erresuma Batuak. Lehen ez bezala, gaur egun bai-

mendua dago Austrian. Espainian, Grezian, Herbeheretan eta Suitzako bi kantonamendutan ez dago legez debekatua, baina babesik ere ez du, eta ondorioz, etxean hezteko aukerak oso murriztak dira. Hona hemen, hainbat kasu:

**Alemania:** eskolatzea derrigorrezkoa da 6 urtetik 18 urte bitartean (biak barne). Legez kanpokoa da etxean heztea. Hala ere, gaur egun 400 familia inguruk hezten dituzte haurrak etxean, eta ia guztiak prozedura judizialen pean daude, edo modu klandestinoan egiten dute.

**Belgika:** etxean heztea legezkoa da. Legislazioaren arabera, etxean heziak izango dira haur guztiak 'homeschooler' gisa erregistratu behar dira ikasturte hasieran. Haur horiek gai izan behar dute eskolan lantzen den gaien inguruko edozein galderari erantzuteko, nahiz eta oso gutxitan egiten diren gisa horretako azterketak.

**Finlandia:** Gurasoek etxean hezteko askatasuna dute, Finlandian hezkuntza derrigorrezkoa baita, baina ez eskolatzea. Estatuak jakintzak barneratu izana gainbegiratzan du, eta derrigorrezko azterketak egiten dizkiete haurrei.

Paula Rothermel Psikologian doktoreak, 'The Third Way in Education' proposamenean, hezkuntzako espazioak eta denborak malgutasunez kudeatzeko hirugarren bide hau proposatu zuen, eta badira 15 urtetik gora Erresuma Batuan martxan dela. Eskolak eta familiek haurrak hezteko ardura partekatzen dute, eskolak bere gain hartzen du zati bat eta familiek bestea. 'Flexischooling'-aren bidea hartzen duten familiek Erresuma Batuan eskolarekin kontratu bat izenpetzen dute, baldintzak adosteko —bakoitzak landuko duen materia eta ordutegia zehaztuz—. Haurren heziketa osoki eskolaren

esku utzi nahi ez duten gurasoek esku har dezakete haurren heziketan hirugarren bide horri esker, eta 'homeschooler'-ek, ere aukera dute kirola, musika, plastika.. edo dena delakoa eskolan egiteko, eskolan matrikulatuak baileudeke.

Goiriak 'flexischooling'-aren bidea proposatzen du etxean hezteak Espainiako Estatuan lege aldetik duen babesgabezia konpondu ezean, baina baita eskola-porrotaren kopuruak jaisteko ere: "Haurrek ez dute nahi egun osoa eskolan eman, eta horrek desmotibazioa eta eskola porrota ekartzen ditu".

## HEZKIDETZA



Izaskun GUARROTXENA  
Hezitzailea

### ARRETA

Jabetu naiz zenbait mutilek gelan atentzio handiagoa hartzen dutela, eta neuk ere denbora handiagoa ematen dudala haiei arreta eskainiz, isiltzeko eskatuz, edo dena delakoa. Neskak arduratsuagoak dira, eta horregatik, ez dute nik hainbeste arreta eskaintzea behar. Zergatik izan daiteke hori?

**NESKEK EZ DUTE ARRETA** deitzen argi dutelako beste zerbait espero dela beraiengandik, eta horretarako hezten ditugulako. Zer erakusten diegu? Zein balio transmititzen diegu? Zaintzari bideratuta daudenak. Generoaren arabera hezten ditugu, haurrak neskak modu batean eta mutilak beste modu batean. Neskak zaintzari begira hezten ditugu, eta mutilak modu askeago batean. Genero maskulinoaren ezaugarriak zeintzuk dira? Pentsatu pixka bat Genero femeninoa? Dikotomia horretan sartzen garenean, neskatoei neska onak izateko arauak irakasten dizkiegu. Arduratsuagoak, noski! Eta askotan mutilek arreta hori beharrezkoa dute. Zer da generoa? Denboran zehar aldaketa handiak jasan izan dituen kontzeptua da, kultura eta garai historiko ezberdinetan baldintzaturik egon delarik. Sexu bakoitzarentzat, jendarte portaerarekiko dauden espektatibak



izendatzen ditu generoak. Modu honetan, eta genero eraikuntza kontuan hartuta, pertsonak bi multzotan banatzen ditugu: emakumeak eta gizonak. Sexuaren arabera egiten den eraikuntza soziokultural horrek bi kategoria ondorioztatzen ditu: maskulinoa eta femeninoa.

### SEXUALITATEA ETA ANIZTASUNA

Seme-alabekin sexualitateaz hitz egin dugun gutxietan, erreprodukzioarekin lotzen dugula konturatzen naiz; eta ondorioz, bikote harreman heterosexualek irudia indartzen dugula, sexualitate anitzago bati buruz hitz egin gabe, eta ia ezkutatu.

**PERTSONA GUZTIAK SOZIALAK** gara, gorputza dugu eta honen bidez pentsatu, ulertu, adierazi, komunikatu, gozatu, sentitu eta sentiarazten dugu. Sexualitatea, hitzekin eta gorputzaren hamaika zentzumenekin bakoitzak espresatu, komunikatu, sentitu, intimitatu, plazera eman eta jasotzeko modua da. Sexualitatea, beraz, pertsonaren dimentsio bat baino gehiago da: garena da. Horregatik, sexualitatearen garapen integrala eta atsegingarria bermatzea, pertsonaren garapena osotasunean laguntzea da. Hortaz, heziketa sexuala, umeen eta gazteen hazkuntza integrala lortzeko alderdi garrantzitsua da. Ukitu, plazera eman eta intimatze behar fisiko eta

afektiboek, jaiotzatik heriotzaraino laguntzen gaituzte. Baina pertsonok sentsibilitate desberdinak ditugu eta ez zaizkigu afektu adierazpen berdinak gustatzen, horregatik da beharrezkoa hainbat gaitasun lortzea: besteak eta norbere burua entzutea, zer nahi dugun eta zer ez dugun nahi eta zer gustatzen zaigun eta zer ez zaigun gustatzen jakitea, nahi eta sentitzen dugun bezala egin eta disfrutatzea, norberari eta beste inori minik eman gabe... Umeek osotasunean heziak izateko eskubidea dute maila guztietan, sexualitatea komunikazio, osasun, plazer eta afektibitate iturri bezala ulertuz. Sexualitatea aukera askea izateko bitartekoak jarri behar ditugu gure hausnarketa pertsonaletik abiatuz. Jarrera aldaketak eta zer transmititzen dugun kontuan hartuz.

## HEZKIDETZA

### GURASOAK ETA HEZKIDETZA

Eskolan, HHko geletan, mutilek oso lasai eta pozik janzten dituzte soinekoak, pintatzen dute aurpegia... baina euren gurasoek behin baino gehiagotan aurpegiatu izan digute hezitzaileoi euren semeak ez janzteko neskaz, hori ez dela "normala". Ez diegu mutikoei soinekoak janztea debekatu nahi, baina "normala", "berezkoa", "naturala"... zer den eta zer ez den dudak sortzen zaizkigu. Nola azaldu diezaiekegu gurasoei euren semeentzat normala izan daitekeela soinekoak janztea?

**ARGI UTZI BEHAR** diegu gurasoei genero eraikuntza soziala dela, eta orduan jarrera guztiak ez dira naturalak edo normalak, ezin ditugu horrela definitu: jendarteak erabakitzen du normala zer den eta zer ez den. Genero femenino eta maskulinoaren dikotomian sartzen gara eta beraz, ezin ditugu gure haurrak hortik atera. Hori da patriarkatuak dioena, baina zergatik ez modu askean hezten baditugu, normala zer den eta zer ez den mugatu eta epaitu gabe? Gurasoekin aritzen garenean horretaz aritu behar gara. Beraiek oso argi izan behar dute generoak ez direla askeak, inposizio bat direla jendartearen antolaketaren ondorioz, sistema patriarkalaren



ondorioz. Beraien eskema apurto eta hausnartu arazi behar diegu.

### HELDUAREN JARRERA

Guraso bezala, semeari eta alabari gauza desberdinak eskatzen dizkiedala ohartzen naiz, eta desberdin begiratzen die-dala. Ipuin eta jolas berdinak eskaintzen dizkiet biei, baina nire hizkera desberdina da, adibidez. Gurasook gure artean dugun jarrerak ere izango du zeresanik ezta? Nik ikusten ez ditudan zein baliabide izan ditzaket eskura parekideago hez-teko?

**GURE JARRERAK ALDATZEA**, hori da zailena, baina hor dago gakoa. Ez dago irizpideen zerrenda bat. Garrantzitsuena konszienteak izatea da, eta aldaketak egiteko prest egotea. Jendarte patriarkal honetan hezituak izan gara, eta gure barruan ere jarrera sexistak baditugu, hauek detektatu eta aldatzen saiatu behar gara. Ez dago teoriarik, balore feministetan oinarritutako heziketa bat egin behar dugu, eta baliabideak bakoitzak bere barruan topatu behar ditu.

### MUTILEK IRABAZTEKO DUTENAZ

Hezkidetzaz hitz egiterakoan, beti emakumeon zapalkuntzaz hitz egiten da. Hezitzaile gisa, gurasoei bistaratu nahiko nieke, euren semeek ere asko dutela irabazteko bestelako hezkuntza batekin, biolentzia gutxiagorekin eta emozioak bizitzeko aukera gehiagorekin haziko liratekeela. Mutilei nola eragiten die jendarte eredu honek?

**NI HORRETAN EZ NAIZ** oso aditua, nire arreta guztia nesken heziketa prozesuan jarri dudalako. Nire ustez, mutilei rol batzuk atxikitzen zaizkie eta haiengan jartzen diren espektatibak ere oso altuak izaten dira. Norbera rol horretara egokitzeak auto-exigentzia handia eskatzen du, eta askotan frustrazioa ekar dezake. Hezkidetzan heztea berdintasunaren ideia nagusia izanik, haurrek bide askeago bat egin dezakete, naturaltasunez eta inolako exigentzia sexistari kasu egin gabe. Harremanez

ari bagara, oso erraz ikus daiteke beste harreman mota batzuk bideratzeak onurak baino ez dituela ekartzen. Gizona izateko eredu oso zehatz bat bultzatzen ari da. Dena zalantzan jartzea oso garrantzitsua da. Emozioetan arreta jartzen badugu, adibidez, zer egiten dugu mutil bat negarrez dagoenean? Ez duzue inoiz entzun mutilek ez dutela negar egiten? Ez da ezer negati-boa sentimenduak azalaraztea. Honen inguruan liburu oso bat idatzi ahal izango genuke.

# JOLASAK



Xabier ZABALA  
Musikaria

## GUZTIRA 24

Honek eta honek  
eta honek eta honek,  
bart ezteiak zituzten.  
Honek honi zer esan,  
gonbidatzeko hau eta hau,  
gonbidatuak hau eta hau,  
hara non diren hogeita lau



### Nola jolasten den

Hatz-jokoa da "Guztira 24". Abestiaren erritmoarekin batera hatz batekin beste guztiak erakutsiz joan behar da, abestiak dioen moduan, denera hogeita lau hatz zenbatuz.

LAM                      sim                      MI7                      LAM

sim                      MI7                      LAM

sim                      MI7                      LAM

## ZABUA

Zabu, zibu, ziburu;  
 zibu, zabu, zaburu;  
 konta itzazu, zibu-zabu,  
 konta itzazu hamahiru...  
 Bat, bi, hiru, lau, bost, sei,  
 zazpi, zortzi, bederatzi, hamar,  
 hamaika, hamabi, hamahiru.



### Nola jolasten den

Balsaren erritmoan jarria da.

Haur asko baldin badago, ilaran itxarongo dute. Abestia amaitzen denean, dagoena jaitsi egingo da eta hurrengoa igoko da, abestiarekin batera kulunkatzen hasteko. Horrela, denak banan-banan pasatzen joango dira zabutik.

SibM      solm      MibM

FA7      SibM      solm      MibM

FA7      solm      MibM      dom

FA7      solm      rem      FA7

SibM

# “Heziketa bisuala bizitzarako oinarrizko erreminta bat da



ASIER  
MENDIZABAL

IDAZTEN ETA IRAKURTZEN JAKITEA BIZITZARAKO OINARRIZKO GAITASUNA DEN BEZALA, “BISUALITATEAN ALFABETATZEA” (IRUDIAK ULERTZEA, TESTUINGURUAREN ARABERAKO ESANAHIA INTERPRETATZEA...) HAURRARENTZAT FUNTSEZKO TRESNA BAT DELA USTE DU ASIER MENDIZABALEK. TXIKITATIK HEZIKETA BISUALA JASOTZEA “MUNDUARI BEGIRADA KRITIKO BATEKIN” BEGIRATZEKO ETA GAUZEN KONPLEXUTASUNA ULERTZEKO OSO LAGUNGARRIA LITZATEKEELA DIO ARTISTAK.

Asier Mendizabalen iritziz, “munduaren aurrean hartzen duzun jarrera bat” da artea.





Norberak izan dezakeen trebetasun edo abilezia teknikoaren gainetik, bizitzaren aurrean "norbere erantzunak bilatzeko" hartzen den jarrera bat da artea, Asier Mendizabalen iritziz (Ordizia, Gipuzkoa, 1973). Ariketa hori txikitatik landu daitekeela uste du, haurrei heziketa bisuala emanaz. "Mundua-rekin harremantzeko oinarritzko ezagutza bat da, idazten eta irakurtzen jakitea bezala".

### **Nola izan zen sorkuntzarekin, eta arte plastikoekin, lotzen zaituen harremnaren hasiera?**

Irudipena daukat bokazio goiztiarrak gaizkiulertze baten ondorio izaten direla. Egia da ume batzuek trebezia berezia dutela marrazteko, plastilinarekin gauzak egiteko... eta teknikarekiko trebetasun hori sorkuntzarako ahalmen batekin identifikatu ohi dugu. Nire ustez, hori problema bat da artearen posibilitatearen transmisiorako. Irudikatzen duzu trebetasun hori desira bat bezala, baina gero konturatzeko zara inporta duena ez dela hori, beste gauza bat baizik.

Nik banuen halako interes bat komikietan eta marrazkietan, eta, bestetik, trebea nintzen marrazketan. Nire gurasoek, horretaz konturatuta, animatu ninduten, eta une batean nik ere eskatu nuen herriko pintore batekin klaseak hartzea. Hurbildu nintzen mundu batera eta portaera batzuetara. Baina kontzientziarik gabe artean. Gerora jabetu nintzen horrek ez zuela zerikusirik artearekin dudan harremanarekin. Jabetze horretan ematen da benetako sorkuntzarekiko konpromisoa.

### **Zertan datza konpromiso hori?**

Konpromisoa agertzen da konturatzeko zaren artea ez dela tresna bat bakarrik, baizik eta munduaren aurrean hartzen duzun jarrera bat. Mundua irudikatze halako borondate fuertea bat sentitzen duzu. Ulertzen duzu hor badagoela zure subjektibitatea eratzeko duen zerbait, zure burua eta munduarekiko zure erantzunak antolatze behar duzun zerbait. Eta horra iristeko, ezagutza baino gehiago, behar da argitasun ideologikoa: zer nahi duzun eta zertarako nahi duzun. Aukera hori maizago gertatzen da modeloak topatzen dituzunean, hezkuntza arautuan eskaintzen diren urratsak jarraituta baino. Ez dut esaten pauso horiek jarraitu behar ez

direnik, baina benetan artista izateak zertarako balioko ote duen bakarrik ulertzen duzu proiektatzen zaren beste baten modeloan.

### **Nolakoa izan zen zure modeloa?**

Kasualitatez egokitu zitzaidan, institutuan topo egin nuen irakasle batekin. Irakaskuntzatik aparte bere lana egiten zuen artista bezala, oso gaztea zen, eta bere interes estetikoak eta nireak oso antzekoak ziren. "Artista izatea hori baldin bada, nik ere izan nahi dut", pentsatu nuen. Ez zen egunkarrietan ateratzen ziren artista ezagun horietako bat, ez, baina hark bere bizitzarako baliogarri zituen erantzunak niretzat ere baliogarri izan zitezkeela ulertu nuen. Modelo horretan proiektatzea oso inportantea izan zen: ulertu nuen mundua irudikatze geure buruarentzat baliogarria den sistema bat eratzea dela guk egiten duguna, dena dela ere trebetasuna, ezagutza edo jakintza.

### **Konpromezuaren momentua noiz heldu zen?**

Arte Ederrak ikastera joaten diren ikasle guzti-guztiak bezala, nik ere ez nuen ideiarik zertara nindoan. Banuen halako irudi bat, arteari buruz edo artista izateari buruz, baina karrerako bost urteak irudi hori desmuntatzen eta burutik kentzen pasa nituen.

Baina azken urtean zorte handia izan genuen, Angel Bados artista izan genuen irakasle, eta bera etortzearekin batera espektatiba bat sortu zen. Gizon hari ulertzea asko kostatzen zitzaigun, bere diskurtsoa konplexua zen gure ezagutza mailarentzat, oso diskurtso espezializatua zen: linguistika, psikoanalisi, estrukturalismoa... Eta gogoan dut lehenengo egunetik zailtasun harekiko lilura sentitu nuela, oso desira indartsua. Lehenengo aldiz, irakasleak proposatzen zuena ez zen azalpen eskuragarri bat.

Hor ikasi nuen gauza bat, gerora oso baliogarria izan zaidana: ikasi nuen interesatzen zitzaidana jakin-minaren momentu hori zela, desiraren momentu hori, eta zailtasuna ez zela arazo bat, baldintza bat baizik. Ez zuela ezer ezkututzen, erakutsi baizik. Baina ez dena emanda erakutsi, bide bat proposatuta baizik. Konpromezuan eratu beharreko bide bat.

### **Hauren hezkuntzan, nola landu be-**

**// Bokazio goiztiarrak gaizkiulertze baten ondorio izaten dira; trebetasuna sorkuntzarako ahalmen batekin lotu ohi dugu //**

**// Formekin lan egiteko era bat bilatu behar da, umeengan jakin-mina eta izpiritu kritikoa piztuko dituen //**

**// Banandu egin behar dira irudiarekin egiten den lana eta irudiak sortzeko trebetasuna //**

**harko lirateke arte plastikoak?**

Niretzat inportantea da hau ulertzea: guk umeei irakurtzen eta idazten erakusten diegunean, ez dugu pentsatzen idazle izango direnik. Bizitarako funtsezko tresna bat ematen diegu, oinarrizko gaitasun bat. Zergatik uste dugu irudiarekiko harremana, irudiak ulertzea, irudiak proposatzea, irudi batek zertan datzan ulertzea, irudiek zeinu bezala –esahiekin, alegoriekin, metaforekin...– nola funtzionatzen duten ulertzea ez dela oinarrizko ezagutza bat? Zergatik uste dugu ume bat plastikaren eremu zabal horretan jartzen dugunean, espresio edo askatasun eremu batean hezten ari garela? Zergatik atxikitzen diogu artistaren rol sortzailea umeari? Hezkuntzan hori falta dela uste dut; heziketa bisual bat, zeinuen, formen, egitura linguistikoen heziketa sendo bat, ez duena artearekin eta sorkuntzarekin zerikusirik. Oinarrizko erreminta bat da, idazten eta irakurtzen jakitea bezala. Zergatik? Arteak duen birtualitatea hori delako: irudiak irakurtzeak dakarren problematika guztia ikasteak harreman zailagoa proposatzen du irudiaren eta esahiarekin artean, irudiaren eta narrazioaren artekoa baino. Hitzeko lengoaiaren bidez naturalizatu egiten ditugu harremanak. Baina irudiarekin lan egiten dugunok badakigu hori ezin dela naturalizatu, hori beti dela lengoaiak finkatutako ezagutza bat, ideologiak edo historiak determinatua.

Ikasbide hori arlo guztietan aplikatu daiteke, begirada kritiko batekin begiratzeke. Esateko, "hau da hau, baina bada ere beste zeredozer", "ideologiak, historiak, ekonomiak determinatzen du hau horrela izatea, irudi bat horrela izatea, telebistako saio bat horrela izatea, publizitateko orri bat horrela izatea...".

Hori irakurtzen eta desmuntatzen ikastea, oso txikitatik, bada ikusizko edukazio batetik egin daitekeen ariketa bat. Eta azkenean, hori ez al da gauzen konplexutasunari uko ez egitea, eta gauzak beti begirada berri-itu batekin begiratzea?

**Haurrek nola jokatzeko dute horrelako esperientzien aurrean?**

Guggenheim museoak Galdakaoko ikastola batean antolatutako ikastaroa egin nuen 8 urteko umeekin, pai-

## IRUDIA ETA TESTUINGURUA

**Haurrak "bisualitatearen alfabetatze esparruan" murgiltzeko ariketa erraz bat proposatzen du Asier Mendizabalek: etxean ditugun aldizkarietako argazkiekin collage-ak egitea. Deskontestualizazio teknika bat da collage-a: bere testuinguruan zentzua daukan irudi baten zati bat hortik atera, eta beste zati batzuekin elkartuta testuinguru berria ematean datza. "Interesgarria da, ez horrenbeste irudiak sortzeko, testuinguruak irudia nola determinatzen duen ulertzeko baizik. Alegia, zatiaren eta osotasunaren arteko dialektikaz, edukiaren eta formaren arteko harremanaz jabetzeko, umeak zein helduak".**

**Mendizabalen iritziz, "ez da kasualitatea" fotomuntaiaren metodoa bihurtu izana XX. mende hasierako abangoardien lengoia puntakoen, "eta politikoki eraginkorra". "Abangoardiako utopia artistiko guztiek, muturrenakoek, erabili zuten propagandarako, diseinurako...". Badu horretarako azalpena: "Edukietan irakurtzen dugunetik haratago, egitearen eta eratzearen metodoan bertan badago ezagutza bat, badago egia bat. Gertatzen dena gertatzen da bi planotan: edukien planoan (mozten badituzu futbolari bat, polizia bat eta gerrako abioi bat, bakoitzak bere edukia du), eta formaren planoan (batera jartzean, proposatzen duzu beste egia bat). Eta hori tresna utopiko oso aktibo eta politikoki eraginkorra izan da".**

saiaren ideiarekin inguruan. Bi aukera nituen: paisaiaren forma sinboliko edo naturalizatu hori ontzat ematea, alegia, paisaia mendiak, etxeak, itsasoa direla onartzea, edo umeei ikustaraztea paisaia dela kategoria mental bat, paisaia edozer gauza dela. 60-70eko hamarkadetako "land art" proiektuen diapositibak jarri nizkien. Gogoan dut asko gustatu zitzaizela Robert Smithsonen lan bat: basamortuan, kamioikada brea oso bat bota zuen amildegitik behera, mingain moduko bat sortuz ["Asphalt Rundown", 1969]. Umeetako inork ez zuen galdetu zer zen artistak egin nahi zuena... Horrek ez du esan nahi ulertu zutela "land art"-aren historia, ezta beharrik ere, baina batez ere ulertu behar izan ez dutena da paisaiak daukagun irudi sinboliko hori dela paisaia. Haur bati ez zaio hori esplikatuko behar, eta horren beharrik ere ez du. Intuitiboki ulertzen du.

Banandu egin behar dira irudiarekiko lana eta irudiak egiteko trebetasuna. Formekin lan egiteko era bat bilatu behar da, umeei jakin-min eta ikuspegi kritikoa emango diena. Erakutsi irudiarekin konpromezuzko harreman bat izaten, eta banandu trebetasunetik. Horretarako, egon beharko luke irakaslea ez den figura bat, lehen

aipatzen nuen modeloaren antzekoa, arazoak harengan proiektatu eta erantzunak bilatzeko, eta ez ezagutza transmititzeko.

**Elkarrizketaren hasieran bokazio goiztiarren inguruko gaizkiulertze bat dagoela esan duzu. Ez duzu bokazioan sinisten?**

Ez eta bai. Oso eszeptiko naiz korronte kognitiboekin, baina zientifikoki esparru kognitiboan lanean ari direnek lantzean behin ateratzen dituzte aurkikuntza berriak, nolabait proposatzen dutenak halako predeterminazio fisiko bat portaera batzuetarako. Nik ez dut erremintarik hori zalantzan jartzeko.

Aldiz, arlo izpiritual batetik, zaila da hori proposatzea. Bi gauzak banandu behar dira: gauza bat da gaitasun fisiko edo psikologikoa, eta beste bat lengoia eskuratzea. Ezagutzen ditut trebetasun hori inoiz izan ez duten artista oso onak, hain zuzen trebetasun falta horren kontra eratu dutelako beren lengoia. Ezintasun horri aurre egiten behar izatea bada artearekin erlazionatzeko bide nahiko aberatsa. Beraz, bokazioa ulertzen badugu trebetasun edo erraztasun batekin lotuta, esango nuke ez dela hain inportantea.

# Zurekin eta zuri esker hazten jarraituko dugu!



**Egin zaitez harpidedun!**

**Hazi Hezi** etxerako heziketa aldizkariaren lau zenbaki etxean jaso ditzakezu, 20 euroren truke\*

**943 371 408**

**www.hikhasi.com**

*\*hik hasi-ren harpidedunek prezio berezia daukate*



## HARPIDETU ZAITEZ ABANTAILA HAUEKIN!

✓ URTEAN 10 ALE, ZURE ETXEKO POSTONTZIAN

✓ KLUBEKO BAZKIDE TXARTELA ETA PULTSERA

✓ IRRIEN LAGUNAK PRODUKTUETAN DESKONTUAK ELKAR DENDETAN ETA WBGUNEAN

✓ DESKONTUA ZERAINGO IRRIEN LAGUNAK ATERPETKEAN

✓ BAZKIDEENTZAKO TOTKETA BEREZIAK

✓ KLUBEKO "IRRIKITA" BAZKIDEENTZAKO KATALOGOA

HARPIDETU ABUZTUAK 31 BITARTE  
ETA JASO KLUBEKO ALBORNOZA  
ONGI ETORRI OPARI GISA!



HARPIDETZEKO: Telefonoz 902 820 806 zenbakira dei eginez  
edo webgunean [www.irrienlagunak.com/harpidetza](http://www.irrienlagunak.com/harpidetza)

