



guraso.eus

Gurasoen premiak asetzeko gunea

Urtekaria '23

Sarrera

Hizkuntza erraldoien erdian bizi da gurea, eta erraldoien artean, esparru anitzetan, txikitasunetik lekua egiten gabiltza aspaldian. Sareek eskaintzen digute honetarako aukera; Sare digitalak eta adituen sareak bat egiten dute guraso.eus egitasmoan eta Arrasatetik osatu dugun elkarlanak (Arrasateko Udala, Goiena Komunikazio taldea eta Txatxilipurdi elkarteak) hauspotuta, gurasotasuna eta hazkuntza bezalako gai garrantzitsuen inguruan euskaraz hausnartu dugu 2023. urtean ere.

Esku artean edo pantaila aurrean duzuna, 2023. urtean guraso.eus egitasmoko kolaboratzaileek idatzitako artikulak batzen dituen dokumentua da. Kolaboratzaile bakoitzak bere esparrutik idatziak; batzuk esperientzia pertsonalak oinarri hartuta, besteek ogibideak eskaintako eskarmentutik eta beste batzuk eraldatzeko garrantzietatik. Askatasun osoa utzi diegu aurtengoan ere, eta antzemango duzuezen gai askotarikoak oso estilo ezberdinetako artikuluetan argitaratu ditugu.

Kolaboratzaileak



Leire Etxezarraga



Jone Zalduegi



Amelia Barquin



Mainer Garcia de Vicuña



**Ainhoa Barrenetxea/
Leire Telleria**



Mikel Egibar



Txusma Azkona



Amaia Agiriano



Mireia Centeno



Nora Salbotx



Idoia Larrañaga



Nahia Alkorta



Naroa Martinez



Jabier Agirre



Laura Bueno



**Nora Barroso/
Nekane Martiarena**



Maider Egino



Aiora Beristain



Itziar Arregi



Koldo Gilsanz



Itxaro Mendizabal



June Fernandez



Dorleta Kortazar



Nerea Mendizabal



Amaia Arroyo



Hiruki Larroxa



Mikel Azkarate-Askasua



Maite Garitano



Iñaki Larrea



Ainhoa Arruabarrena



Itsaso Pagoaga

Hizketa-soinuen nahasmenduak (TSH) Logopedara joan behar dugunean

Maiden Egin

Hizketaren alterazioak hizkuntza eskuratzean ager daitezkeen nahasmendu ohikoenetako bat dira, eta helduaroan ere iraun dezakete profesional batek lagunduta zuzentzen ez baditugu.

Hizketa-soinuen nahasmenduak artikulazioen ekoizpenean (fonetika) edota soinuen/fonemen erabilera funtzionalean (fonologikoa) gertatzen diren alterazioak dira eta mintzamenaren ulergarritasunari eragiten diote hainbat mailatan. Pertsona baten bizitzako etapa desberdinetan diagnostika daitezke.

Hizketaren soinuen eskuratzek garapen patroia bat jarraitzen du, eta orokorrean fonema bakoitza adin zehatz baten azaltzen da. Nolanahi ere, egia da, haur bakoitzaren garapena kontuan hartu behar dela; izan ere, beti esaten dugun bezala, pertsona bakoitzaren kasua partikularra izaten da, eta bakoitzak garapen denbora bat izaten du. Baina garrantzitsua da denbora-ildo bati jarraitzea hizketaren eskurapenean. Adin bakoitzean, soinu batzuk garatzen dira. Batzuetan, haur batek ohiko denbora baino lehen ikas dezake soinu bat, baina ez da komenigarria haurrak soinuak berehala eskuratzeko saritzea. Mintzamina, elikadura edo irakurketa-idazketaren ikaste prozesuak bezala, garunaren garapenaren lotuta dago eta dagokion unean gertatzen da.

Fonema berri bat eskuratzeko orduan zailtasunak sortzen direnean, alterazio anatomiko edota funtzionalen bat izan daitezkeen baloratu behar da, hala nola, mintzatzeko eremu orofazialeko mugimenduen antolamendurik eza, mihi-hari laburra, ezpain-palatina pitzadura, etab. Horretarako, logopedak, pediatarrekin edo medikuarekin batera, haurren eremu orofazialaren balorazio zehatza egin behar du eta beste faktore batzuk ere kontuan hartu behar dira (familia, kultura, etab.). Garrantzitsua da soinu bat zergatik ez den sortzen argitzea.



TSHaren sintomak hiru taldetan deskriba ditzakegu:

- **Alterazio fonetikoak:** dagokion adinean egonda ere, soinuak artikulatzeko ezintasuna izatea. Garapen motor ezegoki baten ondorio izan daiteke, adibidez, /rr/ fonema modu guturalean artikulatzen denean mihi-hari laburra bezalako egitura orofazialean arazoak edo disartria bezalako trastorno neuromotorrak izatea posible da. Alterazio fonetikoak soinua modu isolatuan artikulatzen denean ikusten dira, silabetan, hitzetan eta elkarrizketan, eta baita errepikapenean ere. Kasu hauen ondorio gisa fonema ez egitea, era distortsionatuan egitea (ez du soinua behar bezala egiten) edo ordezkapen bat egitea (soinua beste batekin aldatzen du) gerta daitezke.
- **Alterazio fonologikoak:** atzeratu egin diren edo ezohikoak diren sinplifikazio-prozesuak dira. Haurrak soinua era isolatuan edo errepikakorrean artikulatu dezake, baina ez du modu egokian erabiltzen espontaneoki hitz egiterakoan. Alterazio horiek 3 urtetik aurrera irauten badute nahasmendutzat hartzen dira. Adibidez, haur batek /l/ soinua zuzen esaten badu eta /lore/ hitza errepika badezake, baina bere berezko hizkuntzan /d/ -arekin ordezkatzeko duen kasuan /dore/ egongo ginateke anterazio mota honen aurrean. Alterazio honek sustrai ezberdinak izan ditzake: nahasmendu funtzional kognitibo-linguistikoa bat, entzumen-urritasuna edo hizketaren soinuak diskriminatze edo antzemateko zailtasuna.
- **Alterazio fonetiko-fonologikoak:** Oraindik eskuratu ez diren fonemak eta, aldi berean, modu isolatuan artikulatu ditzakeen beste soinu batzuk egonda, berezko hizketan erabili ez, distortsionatu edo ordeztu egiten dira.

Haurtzaroan logopedaren esku-hartzea funtsezkoa da hizkuntza behar bezala garatzeko, baita etorkizunean solaskideak hizketa ulertzen ez duelako sor daitezkeen esperientzia negatiboak saihesteko ere. Honela, soinuen ezagutzan eta haien artikulazioan izandako gabeziaren ondorioz sortzen diren etorkizuneko irakurketa-idazketa arazoak ere aurreikusi ditzakegu.

Gainera, akats horiek helduaroan ere iraun dezakete, eta askok logopedarengana jotzen dute zuzentzeko eta ahoskera hobetzeko.

Fonemen eskuratzea, adin kronologikoaren arabera:

ADINA	TAULA
3 URTE	m, n, ñ, p, t, k, b, j, l, g
4 URTE	d, f, ch, r, ll
5 URTE	s, z, ll, r
6 URTE	r, rr, ll, talde kontsonantikoak
7 URTE	r, rr

Haurrak, hirigintza eta herrigintza

Inaki Larrea

Hirigintza da hiriaren antolaketaz arduratzen den diziplina. Besteak beste, arkitekturarekin, ingeniartzarekin, ekologiarekin, ekonomiarekin edo soziologiarekin lotura zuzena daukan ezagutza-esparrua da. Dena den, Euskal Herriko herri gehienetan hirigintzak ez ditu beti gainerako diziplina horiek batera aintzat hartu. Etorri berrientzat etxeak azkar eraikitzeako premiak, kotxearen erabileraren gorakadak edo interes ekonomikoak eraginda, herri gehienetan ezagutzen ditugu horrela eraiki behar ez ziren auzoak, zuhaitzik gabeko hiribideak edo espaloi estuko kaleak. Horren ostean etorri dira parke berriak sortzeko, espaloiak handitzeko edo oinezkoentzako guneak gordetzeko erabakiak.

Hirigintza hobetzeko erabaki horiek hartzea ez da beti erraza izaten, herrietako egiturazko konfigurazioa aldatzeak kostu ekonomiko handia duelako eta herritar guztiek aldaketok ez dituztelako begi onez ikusten. Edozein kasutan, besteak beste trantsizio energetikoa edo larrialdi klimatikoa berabagai ditugun sasoi honetan, pentsa daiteke hirigintzan aldaketak egiten jarraituko dela, adituek dioten moduan, hiri eta herri lagunkoiagoak izateko. Horrelako hiriak eta herriak lortzeko, pertsona guztiak erdigunean jartzea lehenesten da. Oraingo honetan, haurren jarririko dugu arretan, haiek ere kontuan izan daitezkeen hirigintza estrategia berriak planteatzerakoan. Haurrak aintzat hartzeko gako batzuk eskainiko dira jarraian:

Partaidetza. Bozka emateko eskubiderik ez duten arren, haurrak ahots, eskubide eta parte hartzeko gaitasuna duten subjektuak dira. Beraz, hirigintza berritzeko prozesuetan, haurren partaidetza sustatu eta aintzat hartu beharrekoa da. Gaur egun zer egiten duten, nondik nora mugitzen diren, zer baliabide erabiltzen duten, nolako zailtasunak dituzten, zer duten gustuko eta zer ez, zer nahiko luketen etorkizunerako... helduoi era horretako galderak interesgarriak zaizkigu hirigintza haurren ikuspegitik ulertzeko. Ikastetxe askotan gauzatu dira parte-hartze proiektuak jangelaz edo eskolako patioaz hausnartu eta horiek berritzeko. Herri mailako haurren parte-hartze proiektuak garatzea interesgarria litzateke hirigintzarako zein haurrentzako.



Autonomia. Hirigintza proposamen berriek haurren autonomia sustatu behar dute. Kotxearen gainetik, oinez, patinetean edo bizikletan modu seguruan mugitzeko aukerak eskaini behar dira herri eta hirietan. Nagusiki kotxean zentratutako herriak ditugu gurean. Ikuspegi ekologikotik zein osasunaren ikuspegitik, bestelako ohiturak sustatu behar dira. Herbehereak adibidetzat hartzen dira askotan, bertako bidegorriak eta bizikletaren erabilera askorentzat ipar bihurtzeraino. “Holandan beste kultura bat dago, ezinezkoa da hori hemen” bezalakoekin erantzuten duten horiei gogorarazi behar zaie hango kultura ez dela beti horrelakoa izan. Stop de Kindermoord mugimenduak zeresan handia izan zuen gaur egun bizikletaren erabilera horren hedatuta egoteko. Aldaketa kulturala posible da, beraz, baina denbora eta azpiegitura egokiak behar-beharrezkoak dira horretarako.

Topalekuak. Hirigintzak batzeko tokiak eskaini behar ditu. Euskal Herriko herri askotan taberna inguruak bihurtzen dira helduon eta, ondorioz, haurren topaleku. Nolakoak dira topaleku horiek? Nahikoa espazioa daukate? Jolasa baimentzen dute? Bestelako aukerarik eskaini dakieke haurrei? Taberna baten irekierak sortutako topalekuak baino, hobe genuke hirigintzatik aurreikusitako topalekuak izatea, baldintza egokiarekin askotariko aisialdi aukerak gauzatzeko eta pertsonen arteko elkarrekintza bultzatzeko. Taberna bateko aulkiak

izan gabe esertzeko aukera eskaintzen duten bankuak, mahaiak, jolasteko eremuak, espazio ireki eta gozoagoak dituzten plazak, parkeak edo hiribide zabalak birpentsatzeko garaia ere bada.

Natura. Ikerketek aditzera ematen dute naturarekiko kontaktuak sustatzen dituela, besteak beste, pertsonen ongizatea eta harreman sozialak. Halaber, larrialdi klimatikoari begira, frogatuta dago porlana edo asfaltoko beroa arintzeko zuhaitzen funtzioa. Aitzitik, oraindik ere asko dira berderik gabeko plaza, parke eta kaleak, zuhaitz bakar bat ere ez dutenak. Are gehiago, naturarekiko kontaktua aintzat hartu gabe eraiki dira auzo berriak herri eta hiri askotan. Baliabide naturalak, naturaguneak eta herria inguratzen duten baso eta mendietara oinezkoentzako sarbideak aintzat hartu beharreko elementuak badira pertsonengan oinarritutako hirigintza lagunkoi berrian.

Jolasa. “Debekatuta balioarekin jolastea”, “Gune hau ez da jolastokia” edo “Debekatuta jolastea” bezalako kartelak ikusgai ditugu txoko askotan. Hurrei jolastea debekatzen dien herria nahi dugu? Jakin beharko genuke jolasa dela haurren garapenerako eta ikaskuntzarako bide esanguratsuenetako bat. Hortaz, hirigintzak sustatu beharko luke haurren jolasa. Tradizionalki jolas-parkeen bidez erantzun zaio haurraren jolaserako behar ebolutiboari. Ikerketek erakusten dute askotariko formak har ditzakeela jolasak haurraren garapen ebolutiboak aurrera egiten duen heinean. Horregatik, jolas-parkeak berrikusteko joera nabarmena da. Geroz eta gehiago dira elementu naturalekin, abiadurarekin edo garaierarekin esperimentatzea baimentzen duten guneak, baita erronka txikiak aurrera eramateko aukera eskaintzen dutenak ere. Eskola askotan kirolean oinarritutako diseinuetatik, askotariko aukerak eskaintzen dituen konfiguraziora pasa diren bezala, herriko jolas-parkeak ere norabide beretik joatea aurreikus daiteke haurren beharrei hobeto erantzuteko. Jolas-parkeetatik harago, berdeguneak, parkeak eta basoak herri eta hirietan eskuragarri izatea komenigarria litzateke.

Hirigintzan eta haurrengan pentsatutako gako batzuk aipatu dira artikulu honetan, baina esango nuke haurrentzat ez ezik herritar guztientzat ere baliagarriak direla aipatutakoak. Hirigintzak haurren garapen osasuntsurako lagun izan beharko luke, baina baita gazte eta helduen ongizaterako ere. Herritarrentzat hirigintza lagunkoiagoa eta

berdeagoa aldarrikatu nahiko nuke, hirigintza bera herrigintzarako tresna izateko. Azken batean, hirigintzak baldintza ditzake pertsonen arteko harremanak eraikitzeko moduak, mugikortasuna, erosketak-ohiturak... herria egiteko modua alegia. Hasieran esan bezala, hirigintza arkitekturarekin, soziologiarekin, ekonomiarekin edo ekologiarekin lotu izan da maiz. Hezkuntzarekin ere badu lotura, besteak beste hirigintzaren bidez oharkabean hurrei mezuak bidaltzen dizkiegun heinean. Horregatik, interesgarria izan daiteke askotariko eragileekin, haurrak barne, hirigintzaz hausnartzea etorkizunari begirako erronkei ahalik eta modu egokienean erantzuteko eta herrigintzarako baliabide bihurtzeko.

Ispiluak

Nora Barroso eta Nekane Martiarena

Gure kanpoko irudia ispiluetan ikusten dugu baita besteen erantzunek proiektatzen dizkiguten irudiekin ere. Besteetatik jasotzen dugun gurekiko ikuspegia atsegina, gatazkatsua... izan daiteke. Panpinetan jolastu beharrean akzioa duten ekintzak gustatzen bazaizkigu “Marimutil halakoa!” entzungo dugu agian. Ule motza eta txandalak eramaten duen neskato bat bagara akaso behin baino gehiagotan “Zeinen mutil polita!” aditu dezakegu. Egoera hauek, eta beste askok, mingarriak, nekagarriak eta bortitzak suertatu daitezke. Oroitzen al duzu txikitari edo gaur egun mina eman dizun halako esaldi, jarrera edo begiradarik? Edo, antzeko egoera bat ikusi baduzu, zein erantzun izan duzu? Askotan, egoera horietan botere harreman bat ematen da, adinagatik, generoagatik, klaseagatik, arrazagatik, jatorri sozial edo kulturalagatik... bestearekiko botere egoeran dagoen pertsonak/kolektiboak izugarritzeko kaltea eragin dezake.

Ezin ditugu halako egoerak ekidin baina eraldaketarako eremu lagunkoiak sortu nahiko genituzke. Testuinguru honetan, Haziak egitasmotik Ispiluak ipuin ilustratua sortu dugu. Ekhine protagonista duen ipuinak, onarpena, epaiketa, eta generoaren inguruan hausnartzeko euskaraz sortutako hazi txikia izateko asmoa du. Garrantzitsua iruditzen zaigu horrelako gaiak lagun artean, ikastetxeetan, familian... hitz egiteko aukerak izatea. Mimo eta errespetu osoz zaindu eta sortutako testu eta ilustrazioek osatzen dute ipuina.

Begirada arin batean hurrekin aritzeko materiala dela ondorioztatu daiteke eta hemen ere, islada azkarra gainditu eta ipuinak ematen dituen aukerak bizitzera animatzen zaituztegu, izan ere, egunerokotasunean denok baitugu gaiaren inguruan zer pentsatua, esana eta hausnartua.

Ispiluak geruza ugari dituen lana da eta norberak behar duena ikusiko du bertan. Abiapuntu anitz horrek elkarrizketarako aukera ematea espero dugu, aurrean dugun papera gainditu eta gure munduetan arakatzeko aukera. Eraldaketa orain eraikitzen da, gure txikitasunetik ere sorburua izan gaitzke.



Nor gara, nork egiten gaitu nor?

Informazioa gehigarria. Ispiluak ipuina hemen 1545 argitaletzeko webgunetik lortu daiteke eta online ere irakurtzeko aukera dago.

Kripto

Mikel Aykarate-Askasua

OCU Espainiako Kontsumitzaileen Elkartek argitaratutako datua deigarria da: Espainiako 16 eta 30 urte arteko gazteen %61ak kriptoaktiboren batean inbertitzen dute.

Ez da une txarra seme-alaba nerabeari galdera egiteko: “Zer dakin/k hik kripto munduaz?”.

Kriptotxanponek sortzen dute nolabaiteko lilura bikoitza. Alde batetik, erregulatu gabeko finantza sistema baten eredu dira, banku eta finantza bitarteko klasikoetatik aparte. 2009an sortu zen lehendabiziko kriptotxanpona, Bitcoin, eta 2007-2008ko finantza krisiak hauspotu zuen bere gorakada, banku eta finantza sistema klasikoa krisiaren erruduntzat jotzen zuten hainbat gazte idealistaren artean. Bestetik, ordutik Bitcoin-ek jazo duen bilakaera oso igoera handikoa izan da: 2015ean 500\$-eko salneurrira ez zen iristen txanponaren kotizazioa eta 2021ean 68.000\$-etik gorako maximora iritsi zen (137 aldiz garestiago). Diru errazaren erreklamo bihurtu da azken urteetan.

Igoera bortitz honek kriptotxanponaren beraren naturaren azalpena ematen digu: bitcoin ez da apenas diru bezala erabiltzen (gauzen salerosketa egiteko, webgune gutxi batzuetan salbu), baizik eta espekulaziorako bitartekoa bihurtu da.

Bitcoin-ek jarraitzen du kriptotxanpon ezagunena izaten, baina beste hainbat batu zaizkio: Ethereum, Cardano, Solana, etab. Denek dute berrikuntzaren bat bere funtzionatzeko moduan baina hauetatik bakarra ere ez dago benetako ekonomia bat sustengatzen, txanpona beraren prezioaren jokoa baino.

Horregatik, ez da arraroa, kripto teknologia honek arte mundura ere salto egin izana, NFT (Non-Fungible Token) formarekin. NFT-ak fitxategi digital baten (sarri irudi bat) jabetza ziurtatzen duen egiaztagiri kriptografikoak dira. Arte-lan klasikoen jabetza nola, NTF hauek ere erosi edo saldu egin daitezke beraien balioa bakartasuna bera delarik. Hainbat Youtuber eta Streamer-ek sortu dituzte beraien NFT irudiak, fitxategi digital eskusiboak, arrakasta handiarekin.



Bideo-joko munduan ere, geroz eta gehiago dira bideo-jokoaren beraren barnean saltzen diren NTF kontzeptu bereziak.

Honen aurrean, garrantzitsua da gai honetaz gazteekin hitzegitea. OCUn arabera, kriptoaktiboren bat dutenen hamarretik bederatzik ez dute aholkularitzarik eta %19-ak bakarrik dio gaiaren inguruan ondo edo oso ondo informatuta dagoela. Etorkizunak zer emango duen jakin gabe, gaur gaurkoz, gorakada beste beharakada izan ditu kriptoaktiboen mundua, inbertsioz mozorrotutako erruleta jokoa. Ez dago guttiz erregularizatua eta horrek arazo asko sor ditzake. Ertzaintzak ere eman du gurean hainbat lapurreta eta iruzurren berri. Horregatik, inbertsio bezala gutxienez, beraietaz zenbat eta urrunago, hobeto.

Adimen gaitasun handia eta nerabearoa

Amaia Agiriano

Modu sinplean esanda, nerabearoa haurtzaroaren eta helduaroaren arteko trantsizioa da, besteak beste, garaiak, kulturak eta egoera sozio-ekonomikoak baldintzatua. Beraz, pertsona batetik bestera, oso aldakorra izan daiteke. Gainera, gizaki bakoitzak une bakoitzean bizi duen etapak, aurreko etapatan bizi izandakoaren eragina izaten du. Ondorioz, ezin da esan adimen gaitasun handiko neska-mutilentzat nerabearo jakin bat dagoenik. Faktore askoren arabera izango da eta, faktore horien artean dago, guraso eta hezitzaileok nerabearoaz dugun iritzia ere.

Daniel Siegel (2019), estatubatuar mediku eta psikiatriako irakasle klinikoak dioen bezala, bada zenbait mito errealitatea ulertzen uzten ez dutenak eta etapa hau aurrera eramaterakoan lagungarri baino kaltegarri gertatu ohi direnak:

1. Nerabeek hormonak irakiten izaten dituzte eta burua galtzen dute. Erabat gezurra da. Nerabearoan hormonak ugaritu egiten dira, baina ez daude irakiten eta ez dago hauen baitan nerabearoan gertatuko dena, baizik eta burmuinaren garapenean ematen diren aldaketen baitan.
2. Nerabearoa heldugabetasun-garaia da, eta gazteek heldu baino ez dute egin behar. Pentsaera honek nerabearo ahal den bezala igaro beharreko etapa beldurgarri bat balitz bezala aurkezten du, baina errealitatean, bizitzarako oso etapa garrantzitsua da, aukeraz betea.
3. Nerabearoko hazkundeak helduen mendekotasunetik haiekiko erabateko independentziara igarotzea eskatzen du. Egia da garai honetan gurasoengandik aldentzeko bulkada natural bat sentitzen dela eta beharrezkoa dela, baina heldutasunerako bidea ez da bapatean lagunei garrantzia eman eta haiei atxiki eta gurasoak albo batean utziz egiten. Gurasoekin gertuko harremanak izatea bizitza osoan zehar da onuragarria.



Hau ulertzea oso garrantzitsua da bai gurasoentzat eta baita neska-mutilentzat ere, nerabearoa aukeraz beteriko garai zoragarri bat izan daitekeelako. Baina, horretarako, mitoak baztertzeaz gain, nerabeen burmuinean zer gertatzen den jakitea ere komeni da. Izan ere, Siegel-en hitzetan, gaztaroko lehen urteetan izaten diren garun-aldaketek lau ezaugarri nagusi dakartzate nerabearen adimenean: nobedadeak bilatzea eta esperientzia berrietara zabalik egotea; parte-hartze soziala eta inplikazioa; intentsitate emozionalaren areagotzea; eta esperimentazio sortzailea.

Lau funtzio hauek unibertsalak dira. Kultura guztietako nerabeen burmuinean agertzen da nobedadeak bilatzera eta esplorazio sortzailerako bideratutako ideia pila, baina, horretaz gain, baita emozioek gain hartu eta koordinazioa eta oreka galtzeko arriskua dakarten sentimendu biziak ere. Inplikazio sozialak aldiz, kide berriak egitera eta antzekoekin harremanak sendotzera bultzatzen du. Benetako adiskidetasunaren garaia da. Eta, baita, nola ez, norberaren identitatea definitzekoa ere.

Luz Pérez eta Pilar Domínguez (2000), adimen gaitasun handien gaian adituek azaltzen duten eran, horixe da, hainbat adituentzat, nerabearoaren eginkizun nagusia: identitatearen gatazka gainditu eta nolako pertsonak garen, zertan sinisten dugun eta bizitzan zer egin nahi dugun argi antzean izatea. Baina, guzti hau, urte askotako prozesua izan ohi da, bakoitzaren ezaugarriek eta kanpoko faktoreek baldintzatua, eta, gurasoekin, antzeko kideekin, komunikabideekin eta gizarte osoarekin harremanetan lortzen dena.

Horregatik, gaitasun handiko seme-alabak dituzten gurasoen kasuan, aurreko lerroetan aipatutako aspektu orokorrez gain, beste hainbat ezaugarri ere kontutan hartzea komeni da, hala nola:

1. Intentsitate emozionala, perfekzionismoa eta sentsibilitate handia (gaitasun handiko pertsonen nortasunean eraginik handiena duten ezaugarri emozionalak). Hiru ezaugarri horien konbinazioak idealaren ikuspegiak zuzendutako nortasuna eratzen du eta helduaroan mundua aldatzeko indar oso boteretsua izan badaiteke ere, haurtzaroan ez dira errazak kudeatzeko. Hori dela eta, nerabezaroan, “biziegiak”, “larregiko perfekzionistak” eta “sentiberegiak” bezala etiketatu ohi dira eta horrek, beren barnean zerbait txarra edo ondo ez dagoena gertatzen denaren sentimendua pizten die. Beraz, ezer baino lehen, oso garrantzitsua da sentimenduen intentsitatea ez dela ezegokia argitzea.

Eginkizun guztiak perfektu egin nahiak ordea, energia gehiegi gastatzera eraman ditzake eta norberaren akatsak eta besteenak onartzen erakustea komeni da. Are gehiago nesken kasuan, sarritan beren perfekzionismoaren “esklabu” bihurtzen baitira.

- **Gaitasun-aniztasuna**

Bada arlo konkretu batetan gaitasuna duen adimen gaitasun handiko neraberik, baina gehienak arlo konkretu batetan baino gehiagotan nabarmentzen dira. Ondorioz, asko kostatu ohi zaie zer ikasi nahi duten edo gerora zer izan nahi duten erabakitzen. Kasu hauetan, gaitasun-aniztasuna zenbait eragozpen dituen onura gisa ulertzea komeni da eta nerabeari bere ikasketa-aukeraketan orientazio egoki bat ematea, ahal dela, eremu ez oso mugatuetara bideratuz (ibilbide eta irteera ezberdinak dituenetara).

- **Ardura filosofiko eta humanistak**

Justizia sentimendu oso garatua izan ohi dute eta gainerakoez eta munduak hobeto funtzionatzeaz arduratu ohi dira. Batzuetan, beraiantzat egia den zerbait sutsuki defendatzeko joera dute eta holakoetan, besteak mintzeko arriskua dagoela somatuz gero, kontu handiz ibili behar dela eta komeni dena soilik esan behar dela azaltzea aholkatzen da.

Sarritan, altruismoak eta idealismoak bultzatuta, gobernuz kanpoko erakundeetan parte hartzeko joera ere izaten dute, baina beren hazkunde pertsonalarekin orekan egotea komeni da, gehiegizko energia gastatu gabe eta gurasoekin harreman egokiak mantenduz.

- **Sozializazio ez kronologikoa**

Gaitasun handiko gazte askok beren adinkideekin alderatuta beste era batetako sozializazioa izaten dute. Beraiek baino nagusiagoa den lagunen batekin edo birekin harreman sendoa eraiki ohi dute, edo baita helduren batekin ere eta asko zaindu ohi dute adiskidetasuna.

Bada eztabaidatzea eta eztabaida horretan irabaztea gustatzen zaionik ere eta askotan deabruaren abokatuarena egiten dute. Gaitasun handiko ikasle askorentzat, eztabaidatzea plazer handi bat da, ariketa mentala eta ikasteko era bat, baina, batzuetan, inguruko kideek jasanezintzat har ditzakete.

Hori dela eta, debateetarako trebetasunak garatzerakoan, komenigarria da gainerakoen sentimenduak, ikuspuntuak eta erreakzioak ere kontutan hartzen, inpartzialtasunez jokatzeko eta norberaren buruarekin ere eztabaidatzen ikastea.

- **Interes ezberdinak**

Txiki txikitatik ohikoak ez diren interes intelektualak izan ohi dituzte. Munduak nola funtzionatzen duen jakin nahi izaten dute, inguratzen dituzten guztiari zentzua aurkitu nahian. Gerora, nerabezaroan ere, beren jakinminak adinkideekiko ezberdinak izan ohi dira, sarri testuingurutik kanpo eta ulergaitzak.

- **Onarpen sozialaren eta arrakasta akademikoaren gatazka** (Coleman eta Cross, 2000).

Besteak bezalakoak izan beharraren presioa sentitzen duen gaztetxoak estresez bete dago eta bi aukera nagusi ditu: ez aurre egin eta egoera horretan jarraitu (baina honek arazo psikosomatikoak, depresioa eta antzekoak ekar ditzazkio) edo aurre egitea. Kasu honetan, hiru era ditu: (1) bere gaitasunak agerian jartzea (trebetasun sozialak ere baditu, posible da gelako lider gisa hartua izatea, baina bestela, baztertzeko jasan dezake); (2) taldearen mailara egokitu eta ikusezin bihurtzea; eta, azkenik, (3) beste identitate bat hartu eta alienatzea. Antzeko kideak inguruan dituztenean, ez dago estresik eta benetako beraiek izaten dira.

Hala ere, ezin ahaztu, gaitasun handiko neska-mutilen taldea oso heterogeneoa dela eta ez dituztela guztiak ezaugarri denak erakutsiko; ez eta garai berean ere. Maiz esan didate 6, 7, 8 urte inguruko gaitasun handiko seme-alabak dituzten gurasoek beren umea ezin ulertu dabiltzala; nerabe baten portaerak izaten dituela. Halaxe da. Batzuk Lehen Hezkuntzaren hasieran hasi ohi dira hemen aipatu diren kontu

eta ezaugarriekin eta adi egotea komeni da, bestela, haurrari zer gertatzen zaion ulertu ezinean ibiliko garelako eta, ohartzerako, nerabezaro korapilatsu batetan aurki gaitzkeelako.

Nahas-mahas horretan ez erortzeko eta nerabearoa etapa zoragarri bat bezala bizitzeko, Siegel-ek “mindsight”-aren garrantzia azpimarratzen du, hau da, norberaren burua benetan nolakoa den ezagutzea eta baloratzea. Era ezberdinak daude horretarako, baina mindsight-a hiru trebetasun hauetan oinarritzen da:

(1) intuizioa edo barne begirada, norberaren bizitza mentalari begiratzeko gaitasuna; (2) enpatia edo bestearen bizitza mentalari begiratzeko ahalmena; (3) integrazioa, zerbaiten atal ezberdinak elkartu eta osotasuna lortzeko trebetasuna.

Azkenik, ezin ahaztu, nerabeak, mundura irekita dauden ilusioz beteriko gazteak direla eta, helduok ere zer ikasi handia dugula berengandik.

“Saiatu nerabe baten esentzia mantentzen eta askoz heldu osasuntsuagoa izango zara”

(D. Siegel)

Bibliografia:

Coleman, L. J. & Cross T. L. (2000). Social-emotional development and the personal experience of Giftedness. In K. A. Heller, F. J. Mönks, R. Subotnik, & R. J. Sternberg (arg.), *International Handbook of Giftedness and Talent* (202.-212. or.). Elsevier.

Pérez, L. F. eta Domínguez, P. (2000). *Superdotación y Adolescencia: características y necesidades en la comunidad de Madrid*. Comunidad de Madrid. Consejería de Educación.

Siegel, D. L. (2019). *Tormenta cerebral. El poder y el propósito del cerebro adolescente*. (9. argit.). ALBA.

Aspertuta nago

Mireia Centeno

Eguraldi euritsua, asteburua, ordu asko etxean sartuta eta bat batean, esaldi hau: Ama, aita, aspertuta nago.

Askotan entzuten ditugun hitzak dira hauek gure seme alabengandik. Eta ez ditugu gustuko. Deseroso sentitzen gara hau entzutean. Orokorrean emozio “negatibo” bezala izendatzen ditugun hauek ukatzeko joera garatu dugu gizartean, eta desagerraraztea da gure lehenengo helburua. Beraz martxan jartzen ditugu hainbat estrategia hau lortzeko.

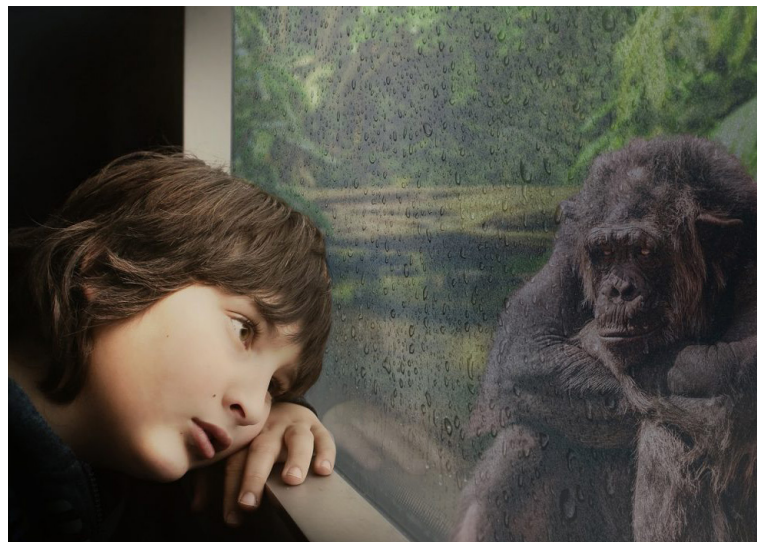
Aspertzeak geroz eta espazio gutxiago du gure egunerokotasunean. Ez dugu onartzen eta zaila egiten zaigu emozioa hau bizitzea. Gainera produktibitatea sustatzen duen gizarte batean bizi gara eta ez bagara zerbaite egiten ari, denbora galtzen ari garenaren sentimendua sortzen zaigu.

Baina txarra al da aspertzea? Aipatu dudan bezala, emozio batzuk ukatzeko joera dugu, eta hau arazo bat da gehienetan. Emozio guztiak dira beharrezkoak, denek dute helburu bat, gure beharrak zeintzuk diren erakusten dizkigute, eta noski, kasu honetan aspertzeak ere, izan ere, aspertzen garenean, beste esperientzia batzuekin konektatzeko aukera izaten dugulako.

Aspertuta egotea, ez da onuragarria, baina aspertzen garenean sortzen den frustrazioak eragiten digunean, emozio hau garatu egiten da. Aspertzen garenean sormena, irudimena, arazoen konponketa eta beste hainbeste funtzio jartzen dira martxan. Gaur egun hezkuntzan asko azpimarratzen diren funtzio exekutiboak alegia. Eguneroko bizitzarako beharrezkoak diren hainbat tresna. Pentsatzen asten gara, gure buruan ideia berriak sortzen dira eta gure egunerokotasunean pentsatzeko eta hausnartzeko aukera dugu.

Beraz, lehenengo pausoa beti, emozio guztiekin, onartzea da. Aspertu egiten gara, haurrak aspertu egiten dira, eta hori ondo dago. Behin onartu dugula, aspermenak, bere lana egiteko aukera izango du, eta aipatu dudan bezala hainbat harraminta martxan jarriko ditugu.

Zein da gaur egungo arazoa? Batez ere teknologia eta berehala asetzeko beharra, pantailak oso eskura ditugula, eta berehala asetzen gaituztela. Haurra aspertzen ari



dela? Hartu tableta. Itxaron gelan? Mugikorra usten diot lasai egoteko. Geroz eta haur gehiago ikusten ditugu aulkitxoan mugikorrarekin, edo haur taldeak pantailari begira jolastu beharrean. Eta guk heldu bezala, noski, berdina egiten dugu.: lehen, komunean, xanpuaren potea irakurtzen genuen, edo sabaiko zomorroak begiratu. Orain instagrama dugu. Ez diogu geure buruari behar bezala deskantsatzen uzten. Itxaroten egotea ahazten ari zaigu. Gure seme alaben frustrazioa ezabatu nahi dugu lehen bai lehen, frustrazioa txarra dela pentsatzen dugulako. Eta ez. Batzuetan frustratzea beharrezkoa da gaitasun ezberdinak garatzeko.

Orduan zer egin dezakegu?

Haurren eskura material egokiak jarri: Egongelan, logelan... ikusi ditzaten. Helduok, aspertzen garenean, badakigu zeintzuk diren gure inguruan ditugun aukerak, askatasuna dugu behar dugun hori egiteko, baina haurrek laguntza behar dute, batez ere txikienek. Horregatik ez utzi gordeta armairuetan. Horrela jarduera berriak bururatuko zaizkie. Dituen aukerak ikusten baditu, errazago bururatuko zaio zeregin bat. Testuingurua geroz eta gehiago egokitu haurren beharretara, askatasun gehiago izango dute beraien beharrak asetzeko beraien kabuz. Azken ideia hau azpimarratu behar dugu. Aspertzea ondo dago, eta haurrak aspertzen uztea ere, baina beti ere inguruak aukerak eskaintzen badizkigu. Ez gehiegi mugatu esperimentazio jarduerak. Batzuetan oso ideia onak izaten dituzte baina nagia ematen digu. Adibidez, tenperak ateratzea, sukaldatzen hastea, zikintzea, euritan bustitzea... aspertzen garenean sortzaileago bihurtzen gara, eta sormen honi erantzun bat eman behar diogu. Haurrek askotan gure laguntza beharko dute honetarako. Ahal badugu, beraiekin zerbaite

egiten hasi gero beraiek jarraitzeko. Guk, heldu moduan, aukera gehiago ezagutzen ditugu.

Ideien kaxa bat sortu: Aspertuta daudenerako egin ditzaketen jarduerak idazten joan eta hauek kaxa baten barruan sartzen joan, gero behar dituzten momentuetan erabili ahal izateko.

Ez egin ezer. Ez izan beldurrik. Testuingurua aberatsa den bitartean, utzi aspertzen, frustrazio momentu bat biziko dute eta garuna martxan jarriko da. Aurkituko dute egiteko zerbait. Batzuetan, ideiak eta jolasak eskaintzeko presioa sortzen zaigu, eta hau etengabe egitea ere ez da onuragarriena. Haurrak berak aurkitu dezake zeregin bat guk ideiek eman gabe. Hau beti egiten badugu, agian haurrari esperientzia ezberdinak bizitzeko aukera kenduko diogu, baina esan bezala, batzuetan aukera bat da.

Iraultza txiki hori

Maidor Garcia De Vicuna

Inauteri garaia arauak hausteko garaia izan da betidanik eta ohikoa izan da diruz justu ibiliak aberatsen tankera hartzea, zintzoak zirenak egun horretan dena hankaz gora jartzea eta sexuagatik, gure genitalengandik hobe esanda, esleitutakoa arropak eta keinuak utzi eta beste sexukoak hartzea.

Inauteri garaia dugu hau Euskal Herrian eta lekuz-leku ohitura propioak baditugu ere, arau-apurtzea istorikoki bizi izan dugun zerbait da. Elizak eta diktadurak, gogor jo zituen ospakizun hauek eta zenbait lekutan ezkutuan egin zituzten urtetan zehar eta gogoki berreskuratu beste askotan Franco hil bezain pronto. Izaera apurtzailea beti izan badute, debekuaren garai ostean, biziki nabarmendu izan ziren inposatutako errolekin eta errol hauetaz barre egiten zuten mozorroak, agerian utziz jendartearen parte handi batek ez zituela balore horiek partekatzen. Debeku nabarmenak desagertuz joan diren heinean, askoz sotilagoak direnak geratu dira gure artean, hain erraz ikusten ez ditugunak eta neurri handi ala txikian izanda ere, barneratuta ditugunak. Debekua edo eginbeharra, egingo dugunaren bi alde dira. Badakigu ofizilaki debekurik ez egon arren eta legeak aniztasuna babesten badu ere, egunerokoan asko direla aske sentitzeko beharko luketeen modura jokatu ezin dutenak. Jakin badakigu ere, guztiok betetzen ditugula hein batean esleitu zaizkigun errolak eta askotan eroso senti gaitezkeen arren, erosotasun hori, onartutako ereduen barnean mugitzeak ze neurrian ematen digun hausnartu genezake.

Inauteriak ez daude dimentsio honetaz at eta gure txikiek berauen mozorroa aukeratzean gure mugak ez al dizkiegu jarriko? Erraz utziko diegu edozein jantzi hartzen? Ez ditugu bideratuko, urtean zehar arropa erostean lez, neska ala mutil mozorroak aukeratzera? Eta zer da aurkituko dutena hala eginda? Mutilek, indarra, ausardia, mugimendua eta bestelako tradiziozko baloreak dagozkiela barneratuko dute eta neskek, ederra, lasaia, gozoa eta sexya (bai sexya ere, begira itzazue mozorroak femeninoan bilatuz gero) direla beraiantzako izate-ildoak.



Honek jokuetan, filmetan, etxean...edota bestelako lekutan jasotzen dituzten zenbait ideia berretsi egin ditu, baina prest gaude gure seme-alaben inauterietan arau guzti hauekin hautsi eta aukera guztiak eskeintzeko? Prest al gaude ongi pasatzeko egun hauetan nahi bezala janzten uzteko?

Badira mozorro batzuk errazago onartuko ditugunak, buruhauste eta zalantzarik piztuko ez dizkigutenak, baina printzesaz joan nahiko balu, berdin jokatuko dugu neskato edo mutiko batek eskatuz gero? Baliteke mutiko bat izanda ideia burutik kendu nahi izatea? Beste aukeraren bat eskeintzea? Homosexuala ala transexuala izango delaren susmoa piztea? Azken hau pentsatzeak agerian utziko luke mutil homosexualak femeninoagoak direlaren gezurra bizirautea eta transexualitatearen ezagutza falta. Mozorro batek, ezta eguneroko arropen ere, zer garen eta pubertarotik aurrera desiatu al ditugun pertsonak ez dituelako erabakiko.

Gure izate sexuduna bizitzeko hamaika modu badira, zergatik erabakiak gutxi batzuetara mugatu? Zergatik hainbestetan justizia ezaz betetako diskriminazioak bezala ikusten ditugunak, tamaina txikiagokoak badira ez ditugu berdin hautematen? Gure keinu, hitz eta erabaki txikiak dira sexismoaren arauak berretsi ala eraldaketa sortuko dituztenak, hortaz, zelan inauteri bezalako garai hausle batean eraldaketari leku ematen badiogu? **Edozein egunean egitea baino errazago suertatu ahal zaigu eta gure iraultza txikiari bidea irekiko diogu.**

Suak kixkali baino lehen

Dorleta Kortazar

Roald Dahl idazleak eskaini dit aukera ezin hobea tarte honetara ekartzeko aspaldian bueltaka dabilkidan ezinegon bat. Bazterrak nahastu ditu idazlearen lanak aldatu eta egokitu egingo direla iragarri izanak, ustez iraingarriak izan daitezkeen hainbat hitz aldatuta. Zentsuraz ere hitz egin da.

Ez nuke kasu konkretu honetan sakondu nahi, egin nahi dituzten aldaketak egokiak iruditzen ote zaizkidan azaltzen. Dena den, euskaraz eta gaztelaniaz idazlearen obrak argitaratzen dituzten argitaletxeek jada esan dute ez dutela aldaketarik egingo.

Zalaparta guztiaren erdian, ideia bera pizten zait barruan behin eta berriro: haurrak erdigunean jartzearen beharra, eta beraien fantasiarekiko eskubidea aldarrikatzea. Eta hau, besteak beste, kalitatezko eta merezi duten lanak beraien eskura jarritz egingo da. Edukiz hutsak eta lauak diren istorioak besterik ez badizkiegu eskaintzen, literaturatik urrunduko dira. Gure haurrek lan irreberenteak behar dituzte, ausartak, egoera bidegabeak iraultzeko gai direnak, moralari ximiko egingo diotenak, protagonista indartsuak, gaizto oso gaiztoak, ... istorioen bitartez beraien beldurrei, ezinegonei, zalantzei eta pozei leku egin diezaieten. Ustezko zuzentasun politikoak kalte besterik ez dio egiten literaturari, sorkuntza pobretzen duelako, sortzailea barneko etorriari ateak itxi eta arriskuak ez hartzera daramalako, esperimentatzeko beldurra izatera iritsi daitekeelako, ... eta guztia sorkuntzaren eta gozamenaren kalterako. Penaz entzuten ditut hainbat idazle, esaten dutenean: "gustura idatziko nuke hau, baina ez didate onartuko, ez didate argitaratuko". Orain baino lehen hainbat adituri entzun izan diot, gaur egun Roald Dahl-ek ezingo lituzkeela bere lanak argitaratu. Ustez atzerakoiagoak ziren garaietan argitaratu ziren, zorionez, eta guk gozatzeko aukera daukagu... oraingoz.

Haur eta Gazte Literaturari beti eskatu zaio beste batzuen den ardura bat, alegia, baloreetan heztea, zuzenak izatea, ongia eta gaizkiaren artean bereizten irakastea... Ez, hori ez da HGLren funtzioa, hori gure ardura da: gurasoena, hezitzaileena, jendartearena.



Eta gu gaizki egiten ari bagara, liburuek ez dute hori konponduko.

Haur eta Gazte Literatura artea da, eta helburua ondo pasatzea da, gozatzea. HGL liburu on bat da jakinmiña pizteko gai dena, beste mundu batzuk posible direla sinestarazten duena, gure barneko zoroari* leku egiten diona ... Kontua da, lan hori ona denean, haurrengan pentsatua eta bere unibertsoarekin bat egiten duena, hezigarria eta hezitzailea ERE badela. Bakoitzak daukagu irizpidea, erabakitze gure haurrentzat egokiak diren edo ez, eroso gauden horiek irakurtzen, gai garen kudeatzeko gaien trataerak, azaltzen diren rolak edo ilustrazioek pizten dizkiguten zalantzak. Aukeratu dezakegu hori ez irakurtzea. Eta agian, egin beharko genuke bereizketa, eta haurrei azaldu obra batzuk klasikoak direla eta kontextu konkretu baten idatzi zirela.

Baina sakoneko hausnarketarik gabe azken aldian egile eta obra klasikoak ezbaian jartzearen joera honek kezkatu egiten nau, pobretu egiten duelako gure haurren literatur eskaintza, zalantzarik gabe. Irakurri, aztertu eta gozatu ditzagun, sutan kixkali baino lehen.

PD:

hasieran esan dizuet ez nuela kasu konkretu hau aztertu nahi, baina ezin izan diot eutsi. Aldaketa hauek ba omen dituzte bestelako interes ekonomikoak atzean, izan ere, ikus-entzunezko plataforma digital superfamatu batek erosi ditu, antza, idazlearen egile eskubide guztiak, eta etekina atera nahi badu, derrigorrezkoa du aldaketak egitea. Hau da hain zuzen, berrargitalpenen arriskua: argitaletxe berri

batek obra baten eskubideak erosten badizkio beste bati, derrigortuta dago jatorrizkoan aldaketak egitera. Eta askotan, zoritxarrerako, aldaketa horiek ez zira onerako izaten.

PPD: Galtzagorri Elkartek, Haur eta Gazte Literatura libre baten aldeko manifestua argitaratu du, atxikimendua adieraz diezaiokezu nahi baduzu. “Gauza barregarri bat gertatzen zaie gurasoei. Munduko semerik edo alabarik nazkagarriena badute ere, zoragarria dela esaten dute.

Okerragorik ere bai zenbait gurasori. Seme-alabei dieten mirespenak itsutu egiten ditu eta beren umetxoa jeniotzat hartzen dute.

Tira, ez dago ezer txarrik horretan. Horrelakoa da jendea. Gurasoak seme-alaben ekintza miresgarriez hitz egiten hasten zaizkigunean, ordea, honakoa oihuka hasten gara: “Ekardazue ontzi bat! Botaka egingo dut eta!”

Maisu-maistrek txarto pasatu ohi dute guraso harro horien lelokeriak entzun beharra dutenean.”

Horrela hasten da Matilda. Ze uste duzue, gaur egun norbait ausartuko litzateke horrelako zerbait argitaratzera? Idaztera?

* zoro/ero: oker ez banabil, hau da aldatu nahi duten hitzetako bat.

Only adults; ez-leku horiek

Nora Salbete

Lan kontuko zeozertara herritik urrunko samar atera behar eta hor nenbilen ostatu bila only adults delako eskaintza eder galant txankamehe horrekin topogin dudanean. Asaldatu nau only white people batek eginen lukeen gisa bertsuan. Berehala jo dut antzeko gehiagoren bila, haserre baino, jakin-nahiez; zer jende klase ote da bizitza errealetik hain urrutira joan nahi duen hori? Bidaia estralurtar bat otu zait.

Gogora ekarri dizkit segituan ama-umeak ttukuttuku bularrean, nozilla-txorizo-nozillatxorizo bokatak, putzu-putzuak, punpa lurrera eta marrumak, tiritak, harri kokorak, txupatxus makilak, pipa azalak, pote-pote Ane!, txabolak eta tirrinta altuko solas irri oihuak, parke, hondartza eta eraiki gabeko eremuak.

Malaguzzi datorkit burura holakoetan. Armada naziak ihesean abandonatutako tanke bat, 6 zaldi eta 3 kamioiren salmentatik ateratako sosaren alde eskola bat sortu zuten nekazariei berehala “bai” erraten, maisu izateko bizikletan bidaia abiatu eta etorkizunaren eta gizakiaren nostalgia aldarrikatzen. Malaguzzik zioen nekeza dela haurrak libratzea zenbaiten diskurtsoen abaroan eraikitako detritu mendietatik, aurreiritzi, erretorika eta desitxuratze publiko eta pribatuetatik.

Buruan nerabilen irudira itzuli naiz eta ohartu, haurrez gain, haien ondoan, inguruan edo urrunera, helduak ere badirela. Badira gisa guztietako gurasoak: guraso amak, guraso aitak, guraso aita-amak, guraso ama-amak, guraso aita-aitak, guraso tutoreak, gurasoak. Eta aitatxi eta amatxiak. Eta gazteak aitatxi eta amatxi horiek zaintzen, gazteak eta arrazializatutakoak, gazteak eta prekarizatu edota feminizatutako lanetan, gazteak eta guraso, gazteak eta musika, borroka, mobidak, gazteak. Eta gazteak ez diren bertzelako gorputz andana parke hondartza orubetan. Kapitalismoari, zenbait hurrupatarako salbu, funtzional ez zaizkion gorputzak, bistan dena.

Etorri naiz bueltan pantailara. Han dira gaur-gaurkoz segregazioetan aitortuenaren, lotsagabeenaren, paradisua diren ez-lekuen fotografiak ikusgai, saldoka!



Hotel zuriak, igerileku urdinak eta jende polita. Bikote zuri heterosexual erromantikoki maiteminduen paradisua dirudi. Dena luxu, dena eden, dena, nola erran...arraro? Iraunkorki erdigunearen erdigunean bizi den jende klase horrendako etxetzarrak, klaseertain ustekoen amets materializatua, aberatsen plantak egiten urtean 7 egunez. Emakume batek erditu ez balitu gisan dira hor, mundura heldu eta beregain sortu izanen balira bezala, sekula haur izatekoak, noizbait norbaitek ipurdia garbitu izan ez balie bezalatsu, mukiei zintz egiteko amatxiren sakeletako zapi zimurtu haiek estimatu izan ez balituzte bezal-bezalaxe. Hotel haietako otordu, ohatze, komun eta baxera garbiketarak existituko ez balira moduan ere, bistan dena. Gehiago beti baita gehiago behin bertzelako jendea baztertzen hasita.

Malaguzziarena heldu naiz bueltan, berak salatu baitzuen: zeinen zaila den arauak ezeztatzea, zelatatze zaharraren arteak atzentzea, asimetria moralizatzailea astintzea elkarri eraikitzen hasteko, etengabeko berrasmatzea bulkatzeko, elkarriketa sortzailea hauspotzeko eta elkarrenganako kultura baten baitan lotuneak azkartzeko.

Bizkitartean, maisu italiarrak erran gisan, haurrek arnasa sakon hartu beharko dute behin eta berriz, haien autoirudia berritzeko, baita inguruan dituzten helduen irudia zaharberitzeko ere, konprenitzeko, finean, posible diren mundu guztiak, salbu – gero nek osatuko dugu esaldia-, haurrak baztertzen dituen ez-leku helduzentriko patriarkal klasista hori. Hori ez baita konprenitzen ahal, ez doike!

Kontzientzia ala izua?

Mikel Eguibar

Daniel Golemanek duela 28 urte Adimen emozionala liburua idatzi zuen. 12 urte beranduago Naomi Kleinek Shock dotrina liburua argitaratu zuen. Bi lan hauek irakurle ezberdinak izan arren, sakonean badute bat egiten duen zehar lerro bat: emozioek pertsonengan ukazina den eragina sorrarazten dute. Azken hamarkada hauetan asko idatzi da emozioei buruz eta gaur argitara ematen ditudan lerro hauen bitartez handik eta hemendik esan diren gauzak ez errepikatzen saiatuko naiz. Aldiz, azpimarratu nahiko nukeen ideia nagusia honako hau da: emozioak modu maltzur batean intentzionalitate osoz erabil daitezkeela.

Duela aste batzuk, iluntze batean telebistako albistea ikusten nengoen bitartean, harrigarria iruditu zitzaidan berria ikusi eta entzun nuen: “lurraren nukleoaren errotazioa mantsotzen doa eta horrek kataklismoa ekar lezake”. Ez naiz hemen eztabaida metafisiko batean sartuko, bai, ordea, mahai gaineratu nahiko nuke horrelako albistek publiko arrunt bati emozionalki sorrarazi diezaiokeen egoera.

Oso lerro finak bereizten ditu izu eta kontzientziaren artean dauden eremuak. Gutako edozeinek une larri bat bizitzen duen uneoro, une zail edota latz horrek oroimenean uzten dion arrastoa “egoera horretara berriro ez itzultzeko, berriro ez errepikatzen” moduko seinalea barneratzen du. Izan ere, beldur-emozioak oso funtzio zehatza du gure programazio linbikoan: bizirauteari lehentasuna emanez, gorputzean alerta seinale nagusia aktibatu eta, egoera razionalizatu gabe, ihes edo erasoari ekingo dio. Egoera honen oinarrian, gorputza aktibatzen adrenalina hormona dago, eta horren bidez erreakzio eta erantzun azkarra emateko estresa sortzeko erreakzio biokimikoa pizten da.

Inguratzen gaituen egoeraz jabetzeko eta kontzientzia hartzeko behaketarako sosegua behar da. Barneratzen dugun informazioa interpretatu, integratu eta gure burmuinean dugun aurre-ezagutza horretan txertatzeko mekanismoa edota zikloa gauzatu behar da. Inoiz ezin da esan mekanismo honetan burmuin linbikoak ez duela partehartzen; baina, kontzientzia



hartzeko mekanismoan, informazioa razionalizatu eta esperientzia horretatik ateratzen dugun jakintza burmuin kortikalean txertatzen dugu.

Daniel Goleman gure eguneroko bizitzan emozioek duten garrantzia azpimarratzen aitzindari izan zen; Neomi Kleinek, berriz, interes korporatibo kapitalisten mesederako (modu orokorrean hartuta, politiko, ekonomiko zein militarra), emozioak manipulaziorako zein garrantzitsua diren goraipatu zuen. Berak zioen bezala, korporazioen interesak bermatzeko gizarte otzana lortu behar da eta zein bide emozioak erabiltzearena baino xede hori lortzeko. Shock egoera iraunkorra sortu eta elikatu behar da. Pentsatzeko joera kritikoa murriztuz, zabaltzen den informazioaren larritasunaren ondorioz, nekez zalantzan jartzen da informazioaren zilegitasuna.

Gainera, denok pairatzen dugun egoera hau ez da, besterik gabe, esperientzia pertsonal eta mugatua gelditzen. Azken urte hauetan zer motatako estimuluak ari gatazkie transmititzen gure seme-alabei? Egoera larriaren aurrean izua ala kontzientzia hartzeko beharra ari gara sustatzen? Oraindik begi ninian iltzatua daukat COVID izurritearen garaian haurrak kalera atera eta beren pultsioei kasu egin beharrean, eta beste espaloi batetik zihoan lagunengana korrikan joan beharrean, izuaren eraginez shock egoera batean geldirik, paralizatuta ikusteak.

Gure planetaren etorkizunari begira albistegian zabaldu zen informazioak benetan egoera larri bati erantzuten dio ala informazio horren gainetik dagoen xedea shock iraunkor egoera batean murgiltzea da?

Non gelditzen da egoeraren inguruan gure ikuspuntu kritikoarekin kontzientzia garatzeko aukera?

Aitzitik, dena zalantzan jartzea ere ez da bidea. Gaur egun kapitalismo basatiaren ondorioz bizi dugun desoreka ekologikoa ezin dugu zalantzan jarri. Baina oso ezberdina da gaurko egoeraz kontziente izanik, etorkizuna bide ezberdin batean lantzen joatea, edo, egunerotasunean izututa bizi garelako, etorkizunaren jabe izateko ahalmena galtzea.

Dolua haurrengan

Narrea Martinez

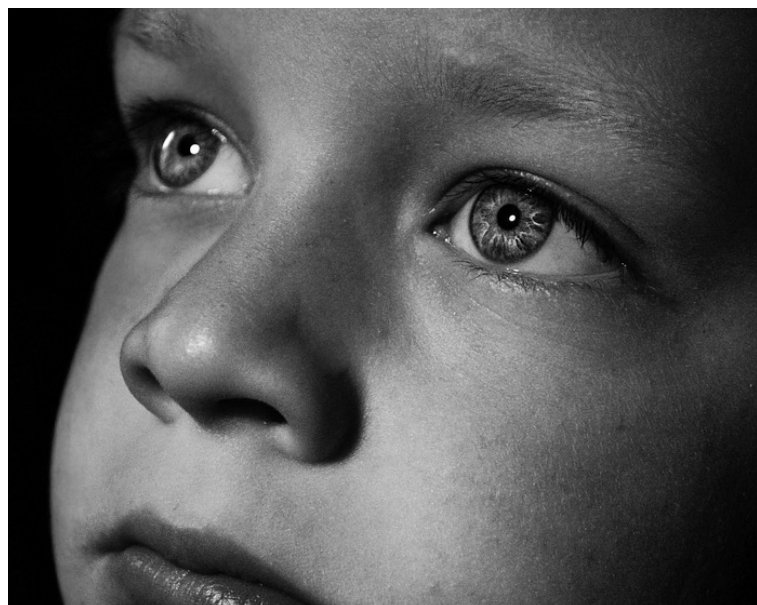
Gaur egun nahiko ezaguna da dolua zer den. Gizarte mailan jendeak argi dauka dolua galera garrantzitsu batean aurrean ematen den egokitzapen prozesu osasuntsua dela. Halere, haurrengan nola ematen den ez dago hain zabaldua. Horregatik, gaurkoan hori argitzen saiatuko gara.

Alba Payàs-ek doluaren aurrean egin beharreko lau betebeharrak aipatzen ditu. Batetik, hasierako uneetako shock egoera gainditzea. Bigarrenik, ezeztatzea edo heriotza kognitiboki ulertzea baina ez emozionalki ulertua. Hirugarrenik, konexioa legoke edo galeraren errealitatea onartutakoan. Azkenik, laugarren batean, prozesu pertsonal sakon baten ondorioz, transzendentzia etorriko litzateke.

Prozesua ez da lineala ezta zehazki mugatua ere. Osasun mentala mantentzeko, gainera, garunak galerarekin konexio-deskonexioa uneak markatzen ditu. Ezin ditugu heriotzaren mina eta tristezia etengabe gogoan eduki. Nerea Alonsok aipatzen dituen konexio-deskonexioa uneak ezinbestekoak dira dolu-prozesuan aurrera egiteko.

Beste alderdi garrantzitsu bat, zera da, heriotzaren ulermen osoa izateko ulertu beharreko alderdiak (Álvarez Uriak): unibertsaltasuna, edo denok hilko garela; kausalitatea, edo heriotza emateko arrazoi bat egotearen beharra; funtzionaltasun-eza, edo nola gorpuak jada ez duen funtzionatzen; itzulezintasuna, edo behin hilda ez garela gaur egungo egoerara bueltatzen; eta gorputz gabeko jarraikortasuna, edo oroimenaren garrantzia eta erlijio posibleak.

Hori guztia azaldu dugu haurren dolu-prozesu osasungarria ulertzeko. Izan ere, haurren kasuan, helduekiko bi desberdintasun nagusi daude: konexio-deskonexio uneen iraupena eta heriotzaren kontzeptuaren barruko azpi-kontzeptuen ulermena. Umeen garapen-ezaugarriengatik, sentimenduak baino, emozioak dituzte. Hau da, sentipen laburrak. Horregatik, ezin dira minean edo tristezian luzaroan egon, bere garunak ez bailuke



jasango. Beraz, konexio-deskonexio tartek helduenak baino laburrak izango dira, hasieratik. Garapen kognitiboari loturik ere badoa heriotzaren ulermena. Izan ere, nerabezaroaurrean arte gehienek ez dute heriotza bere osotasunean ulertuko. Beraz, galera garrantzitsu bat sufritutakoan, dauden garapen-unearen arabera ulermen-maila izango dute. Adinean aurrera joan ahala, gehiago ulertuko dute heriotza eta horrek zer suposatzen duen.

Laburbilduz, dolu-prozesua haurrengan eliptikoa izango da, etengabe bizipen berriak izango dituztelako (ikas-etapa aldaketa, lehenengo bikotekidea, ikasketak amaitzea, independizatzeta...) heriotzak sortutako hutsune horrekin. Gainera, eguneroko bizipenen ulermena aldatuz joango da heriotzaren ulermen-mailaren arabera.

Beraz, ez larritu oso haur izanik galera garrantzitsu bat jasandako haur bat urteetan aurrera joan ahala, doluan-atzerapausuak somatzen baditugu; printzipioz normala eta osasungarria delako.

Pandemia ondorengoak

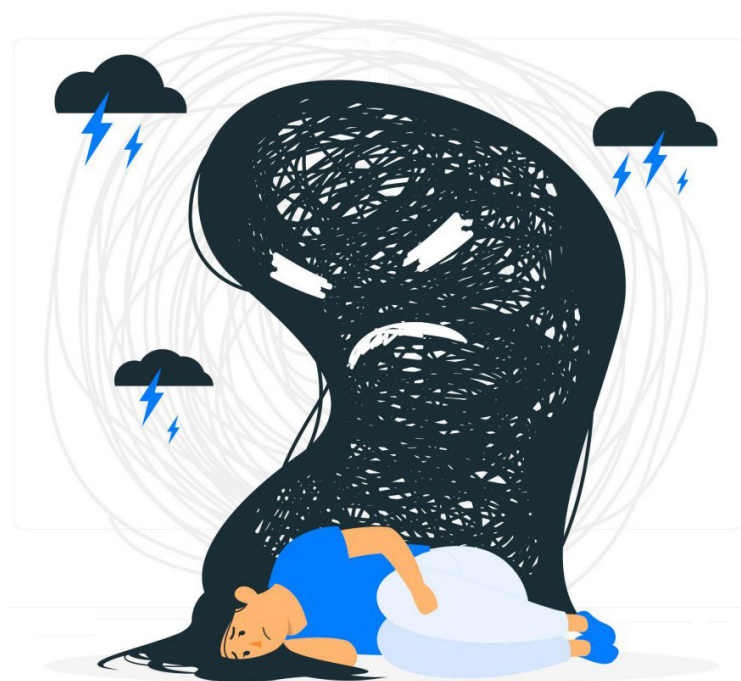
Itxaro Mendizabal

Pasa berri dugun pandemia honek, pasa berri, bai (nahiz eta denbora asko pasatu den iruditzen zaigun, ez dugu ahaztu behar duela urte bete oraindik maskara jarrita ibili behar genuela toki askotan), elikadura-nahasmenduen portaeren intzidentzia %30 igotzea ekarri duela esaten duten hainbat artikulu argitaratu dira.

Hala ere, nahasmendu hauetarako 'radar' berezi bat dugunok ez dugu horrelako artikulurik behar gure inguruan arazo (larri) hauek nola ugaritu diren konturatzeko. Garai batean ikasturte bakoitzeko 2-3 kasu ikusten bagenituen gehienez, orain koadrila bakoitzeko 2 kasu gutxienez badaudela esatera ausartuko nintzateke. Izan ere, azkenean, pandemiak, etxean egote horrek, pasatako beldurrak, isolamenduak, elikadura eta kirol ohituretan aldaketek ... gure bizitzetan eragin handia izan dute; batez ere haur, nerabe eta gazteen artean.

Neure inguruan ikusi ditudan hainbat kasuz hitz egitea gustatuko litzaidake gaurkoan. Alde batetik, etxean egon garen denbora horretan jan eta egoteak pisua hartzera eramaten dituenak daude; pisua hartzeak ez du esan nahi osasunez gaizki daudenik, edo gehiegizkoa dutenik, gainera batzuei ondo etorri zaie, indartzeko beharra ere bazutelako, baina, eskolara itzuli eta bertan ikaskideen komentarioak jasan behar izan dituzte. Ikaskideenak, eta nola ez, kalean topo egiten dugun amaren lagun ahozabal horienak ere. Askotan ez da gehiago behar, nahiz eta zu ondo sentitzen zaren, kanpotik jasotzen dituzun mezu horiek mina ematen dute, eta nola zauden planteatzera eramaten zaituzte. Esaten dizuena sinistuta, eta hartutako pisu hori jaitsi nahian, jateari utzi eta konturatzeko elikadura-nahasmendu bateko zurrunbiloan atera ezinik zaude.

Beste puntan, etxean erabat isolatu eta jateari utzi diotenak egongo lirateke, hauei itxiera honek, geldi egoteak aurretik zeukaten beldurra areagotu diote, eta egote soilak gosea kentzen ziela argudiatuz, beraiek jaten zuten elikagaien kantitatea jaistera edo berezi jatera eramaten ditu, hauetako askok baita ere, etxean kirol asko egin dute, eta honek pisua asko jaistera eramaten ditu.



Pisu kontuak aipatu ditut, elikadura-nahasmendu batean, batez ere anorexia kasuan, hau baita ezaugarri nabarmenena; baina ez dugu ahaztu behar nahasmendu hauetan beste faktore asko daudela, beharbada hain nabarmen ikusten ez direnak, baina era berean larritasun berdina edo handiagoa dutenak. Buruko gaixotasunak diren momentutik, pisu-kontuei edo elikadura-aldaketei erreparatzeaz gain depresioa, ez-ohiko jokaerak, umore-aldaketak.. eta kasu batzuetan agerraldi-psikotiko edo paranoikoak ere ematen dira.

Pandemiak denoi eragin digu, bakoitzak ahal duen moduan kudeatu eta aurrera atera gara, eta orain pasatu dugun horren buelta datorkigu. Neure ustez gainera, hau oraindik hasi besterik ez da egin. Guraso bezala antenak piztuta izatea ezin bestekoa da, edozein portaera-aldaketa txiki detektatuz gero lehen bait lehen esku-hartzeak egiteko. Beti bezala, prebentzioan indarra jarritz.

Guraso eta pertsona heldu guztiei

Laura Bueno

Transfeminismo anitzei buruz hitz egin dugu. Identitate eta gorputz anitzei lekua eman diegu gure diskurtso, tailer zein hitzaldietan. Identitate guztiei, gorputz arraroei, lodiei, trans-ei, aniztasun funtzionaldunei, arrazializatuiei, ez-bitarrei, intersexualei eta abarrei lekua egiten saiatu gara. Teorian zein diskurtsoan nahiko ondo ari garela esango nuke; aniztasunaren aroan gaude eta guztioi betetzen zaigu ahoa gai honen inguruan hitz egiten dugunean. Izan ere, teorian, aniztasuna existitzen dela soberan dakigu.

Baina, praktikan? Zer gertatzen da praktikara eraman behar dugunean? Lagun koadrilan, familian, kalean, tabernan, identitate ez normatiboa adierazten duen pertsona bat agertzen denean zein da gure jarrera? Politikoki zuzenak direnak eta bizitzan zehar guztia ongi egiten dutenek argi daukate, beraiek horren aurrean “normaltasunez” jokatzeko dute; beraien bidelagunak izan daitezke gainera. Hau gutxi balitz bezala, “horrelako” lagunak dituztela esango dute, lasai asko eta “normaltasunetik” irteten diren gorputzak onartzeko erraztasunak adieraziko dituzte hitzez.

Argi esan nahi dut, gai honetan ere teoria eta praktikaren artean sekulako haustura dagoela uste dudalako idazten dut gaurkoan. Hala, irakurtzen nauen jende guztiak ozen entzun dezan letra larriekin idatzi nahi dut: HASERRE NAGO!

Aniztasunari buruz hitz egin, baina etxean, kalean, tabernan, lagunartean, zein edozein txoko edo eremutan deseroso sentitzen garen gorputz disidente asko gaude. Hasieran, deseroso sentiarazten ginela pentsatzen genuen, arazoa gurea balitz bezala, orain badakigu arazoa ez dela gurea. Arazoa, bere burua inklusibotzat hartu, baina bere jarrera horrelakoa ez denarena da. Argi eta garbi.

Amaitzeko, gorputz disidenteak (edozein gorputz moduan) etengabeko aldaketan gaudela aldarrikatzea gustatuko litzaidake. Aldaketa hauek askotan,



fisikoak, emozionalak, psikologikoak, sexualak, espiritualak, kulturalak zein edozein motatakoak izan daitezke; guztiak baitira legitimoak. Aldaketa hauen aurrean, kaleak, lagunak, familiak, eskolak zein komunek entzun eta errespetatu behar gaituzte, ez baitago beste aukerarik.

Inklusioa eta transfeminismoa dira guztiok eroso bizitzearen gakoa, jaiotzen garen momentutik hiltzen garen momenturarte. Hortaz, igaro gaitezen gorputzera, begiratu gaitezen, sentitu gaitezen, baina batez ere, zaindu dezagun ezberdintasuna.

A priori

Hiruki Larrosa

Astearte arratsaldez gurasoei bideratutako tailer bat ematera joan ginen. Aurretik, eskolak interesa agertu zuen gurasoei zuzendutako saio batzuen inguruan hezkidetzaren gaia lantzeko. Guk, bueltan, gazteekin esku-hartzerakoan kontuan izan beharreko gakoak eta gaur egungo gazteen testuingurua zein den lantzeko tailerra prestatu genuen. Arratsaldeko 17.00ak heldu ziren, eta apurka, hainbat eta hainbat guraso preseski horretarako prestatu genuen gelara sartzen hasi ziren. Saioa hamabost minutu berandu hasi genuen, baina prest genuen gidoiari muzin eginez, galdera bat tupustean botaz hastea erabaki genuen:

zuen ustez, hemen zerbait gertatzen da? Ez dizue zerbaitek arreta ematen? Zer gertatzen da hemen?

Hasierako harritu aurpegiak, lehen hitzei egin zieten leku. Elkarri begiratu zaietako bat hasi zen esanez hemen gerta zitekeen zerbait gizonik ez zegoela zela. Danba! Zuzen-zuzenean. Ea ez zitzaion hori arraro egiten galdetuta, euriak busti egiten duela esaten duenari erantzuten zaion tonu antzekoz, normalizat zutela esan ziguten, bazegoela aitaren bat (eskerrak!) noizean behin etortzen zena, baina orokorrean emakumeak izaten zirela horrelako tailerretara zein irakasleekin bileretara joaten zirenak. Gaiak, bi ordu osorako eman zigun. Eta pozik eta aldi berean atsekabeturik eta haserre zioazela agurtu ziren gutaz. Gaia ez zitzaion berria, baina emakume haietako bakoitzak bere familia egituraren sostengurako egin behar zituen eta, halaber, lan banaketa desorekatuagatik egiteari utzi behar izan dion guztiaren solasak, haserre apurra piztu zien. Halere, haserreak izaten du, askotan, antolatu eta aldaketa gauzatzeko eragile funtzioa, hortaz, horretan tailerra emankortzat jo genuen.

Etzerakoan, solasean aritu ginen. Betikoa zela, gehienetan ez zirela gizonak-aitak horrelako tailerretara gerturatzen, are orokorrean, gizon-aitak ez zuela haur-gazteen hazkuntzan parte-hartze handirik izaten (ez behintzat era orekatuan), eta bai, aldiz, hezkuntzan, baina kasu honetan, orokorrean autoritate eta babesle roletik egiten zuela. Urte askoz tailer bertsuak ematen aritzeak ematen dizun



ohikotasunetan eta orokortasunetan ari ginen igerian, urte askoz ematen diren fenomenoaren errepikakortasunak ematen dizun informazio objektiboari begira.

Bai, noski, “gauzak aldatu dira”. “Aitatasuna jada ez da duela 30 urte bezala”. “Tira, nire aitak izan zuen aitaren eta nik izan dudanaren artean ezin da alderatu! Hurak esku gogorrez hezten zituen aita eta izeba-osabak!”. “Nire etxean, aitak kozinatu egiten du, e? Amak bezalaxe!”. Eta horrela goaz ehuntzen aitatasun berrien figura, aitatasun ireki eta aurrerakoiena, kozinatu eta plantxa egiten duten gizon-aitena.

Gizon-aitatasuna egituratzen duen oinarri sinbolikoa (esanahia) eta materiala (dituzten ezaugarriak, egiten dutena) ez da aldatu prozesu industrialean gizon-emakume dikotomia sortu zen garaitik. Sustrai bera izaten jarraitzen dute gizon-aitak eta emakume-amak. Eta horren adibide dira, naturalizat ematen segitzen ditugula emakumearen amatasunerako sena, eta gizonak duen familia babesteko sena; betierekotzat jotzen dugula emakumeen goxotasuna eta emozioen lanketarako gaitasuna, eta gizonen autoritatea eta gatazkak ebazteko indarkeria erabiltzea. Eta bai, noski, lausotzen doaz kategoria hauek. Baina kategoriak lausotzearen negoziazioa, negoziagarriak ez diren leketara arte heltzen da. Zeren, negoziagarriak dira gizon-emakume nortasunak? Negoziagarriak dira gure gorputzak ezaugarritzen dituzten “ar” eta “eme” abizenak? Negoziagarria da zer den naturala? Negoziagarria da sena?

1980.hamarkadan, gizonetikiko menpeko harremana ez zutenez, lesbianak emakumeak ez zirela esan zuen

Monique Wittigek. Esaldi famatu horren atzean, bi ideia nagusi barnebildu daitezke: batetik, zapalkuntza egiturek zapalduaren kategoriasortzen duela bestearen lekuan (alegia, patriarkatuak, gizona sortzen duela, eta emakumea gizonaz besteko leku horretan sortzen dela; edo, beste era batera esanda, kolonialismoak zuria sortzen duela, eta pertsona arrazializatuak zuriaz besteko leku horretan sortzen direla). Bestetik, Wittigek aipatzen du, mundua pentsatzerako orduan gure sisteman guztia dela pentsagarri-etzabaidagarri, oinarrizko elementuak izan ezik, emanak datozenak, alegia. Izan ere, nola pentsatu daiteke biologiatik datozen kategoriak eztabaidatu daitezkeela, horiek izatez, egitateak badira? Bigarren ideia honetatik tiraka, ulertarazten zaigu badaudela hitz-kontzeptu-kategoria batzuk, a priorizkoak direnak, hau da, emanak datoztela eta, beraz, eztabaidatik kanpo geratzen direla: emakumea, gizona, natura, kultura... Zerk egiten du zerbait hortaz gaindi ezin pentsagarri izatea? Wittigen arabera, honen kausa errejimen heterozuzena da, zeinak gizona eta emakumea sortzen dituen, zapalkuntzazko harreman sinboliko eta materialean. Wittigen ideiei jarraikiz, hortaz, gizon-aita eta emakume-ama kontzeptu eta ulerkerak ere a priorizko moduan ulertu ditzakegu; eztabaidatik kanpo, senean, sexu araberako lan banaketa naturalean eta, batez ere, erreproduzio heterosexualerako diferentzian oinarrituak. Ama eta aita, aro modernoko kapitalismoaren seme-alabak dira, behin eta berriro gaurkotzen diren kontzeptu eta nortasun finakoak. Ikusi moduan, zapalkuntzazko harreman horretan sortzen diren nortasun horiek haien arteko desberdintasun natural, botere harreman eta sexu araberako lan banaketan oinarritzen dira, eta aiten kasuan, kontuak ez dira batera txarto ateratzen. Egun, mugimendu feministaren lanari esker, gizonoi interpelatzen ari zatzaizkigu. Utz ditzagun gizon izate hutsagatik ditugun pribilegioak eta parez-pare harreman gaitzen pertsona guztiekin (bidenabar, esatea parekidetasun hau ez dela soilik genero-zapalkuntzara mugatzen, are zapalkuntza kolonial eta kapitalistarekin amaitzeko ere eskatzen baitu mugimendu feministak). Baina, nola harreman gaitzeko parez-pare a priorizko kontzeptuei helduz? Posible dugu gure nortasunak deseraiki, desikasi, erautsi eta berreraiki gabe beste leku batetik harremantzea? Erantzuna, sinplea da: ez.

Gizon-aita izaten segitzea bi hitzok haien barruan dituzten mekanismoei erreparatu gabe eta nortasunok analizatu, erautsi eta eraldatu gabe, kontraesankorra dirudi. Beste era batera esanda, posible da aitaren

boterekeriarik eza patriarkatuan, hain zuzen, pater-aita eta archi-gobernu esan nahi duenean? Zaila dirudi. Are, egun ematen ari diren azaleko aldaketek (egiturazko zapalkuntzari begiratzen ez dioten lanketa emozionalek edo zaintza lanen banaketa tenporal eta mekaniko-simetrikoe) guztia-aldatu-denak-bere-horretan-segitzeko dinamikari erantzuten diote argiki.

Gizon eta emakume nortasun a priorizko horiei so jartzeko era bat izan daiteke fokua familia nuklear eta patriarkala deusezteko helburuan jartzea. Hori ez bada helburua, komunitateko kideen arteko harremanek bertikalak eta baztertzailak izatea beste aukerarik ez baitaukate: amak hau egiten du, aitak beste hau; izebak hau, eta aitonak beste hau; eta bizilagunak, ez du zeresanik, ez duelako gure odolik. Feminismotik ahots batzuk (h)ari dira; kateatu dira helburu horretan. Baina, eta gizonak (dena delakoa dela ere) zer? Ez gatoz esatera zaintza lanen banaketa parekidean ardura hartu behar dugula (eta aldi berean, horri baietz esaten diogu), ez gatoz esatera, gizonok egituratzen gaituen nortasuna indarkeriatik eta indarkeriaz eraiki dugula (eta, aldi berean, horri baiezkota ematen diogu). Ez gatoz esatera, nortasunak eraikiak, performatiboak, antzerkizkoak direla eta, honenbestez, performanceak aldatzeko eta goxoagoak izateko edo zaurgarritasunetik harremantzeko eskatzera (eta aldi berean, horri ere baiezkota esaten diogu). Ez.

Gutzizko ardura hartzeko eskatzera gatoz. Nortasun eta ekintza ororen gaineko ardura. Despatriarkalizatzeko esatera gatoz. Aiten gobernuan azpisuge izateko esatera. Aita izanik patriarkatua akabatzeak esan nahi baitu gurasotasun askatzaileak sustatzea; esan nahi baitu aitatasuna jopuntuan jarri eta jasotako erduei muzin eginez gertutasunari, entzute aktiboari, goxotasunari, babesle izateari, babestu izateari, akatsari... leku egitea. Esan nahi baitu, hazkuntza eta hezkuntza familia nuklearretik kanpora zabaltzea eta komunitatean artikulatuz haur eta gazteak hezteak; esan nahi baitu pertsonen ongizateari leku egingo dion egiturak sortzea. Esan nahi baitu, gizon (ona-ona baina gizona) nortasuna apurtzea, hitz eta keinu politetatik ekintzara jauzi egitea. Azken batean, esan nahi baitu, haur eta gazteen hazkuntzan eta hezkuntzan bidaide izatea, eta ez, progenitore, probeedore eta aitaren gobernuko autoritate huts.

Ezberdin maite zaituztet

Nakia Alkorta

Bada esaldi bat txikitatik zalantza handia sortu didana “berdin-berdin maite zaituztet” edo antzekoa den “zein maite duzu gehiago aita edo ama?” galdera. Ezinegona sortzen zidan “berdin-berdin” horrek eta barne-gatazka izugarria halako hautu bat uneren batean egin beharra sentitzeak. Niretzat txikitan ezinezkoa zen gurasoetako bat bestea baino gehiago maitatzea. Ez dut ukatuko; uneren batzuetan gogoan dut nire buruari agindu izana bat beste baina gehiago maitatzeko eta ezin lortu. Nola egiten da hori?

Lehen haurra jaio osteko haurdunaldietan etengabe zeharkatu nau “nola maiteko dut beste bat? maitasuna banatu beharko dut? zaharrena maitatzeari utziko diot” galdera sortak eta familiekin lanean etengabe agertzen den mamu bat da. Susmoa dut maitasuna merkatuaren terminoetan txertatu eta ulertzeko beharrak garamatzala batzuetan kuantifikatu edo/eta konparatu beharrera... baina zortez, maitasuna ez da bat eta bakarra.

Ez da bide erraza izan maitasuna askotarikoa dela ahoz gora adierazteko ausardia batzea nire seme-alabekiko sentitzen dudana adierazteko orduan. Eta aldiz, oso askatzailea izan da. Nik ez ditut berdin-berdin maite eta ausartuko naiz esaten (ia) ezinezkoa dela bi pertsona/izaki/objektu edo dena delakoak berdin maitatzea. Izugarri, infinitu maite ditut denak baina maitasuna edo hark pizten dizkidan gorputzeko, garuneko eta bihotzeko ataltxoek kolore desberdinak dituzte haietako bakoitzarekiko. Eta hori zoragarria dela iruditzen zait.

Pertsona desberdinak dira, harreman desberdinak eraiki ditugu, nire bizitzako une desberdinetan heldu dira, ni desberdinekin konektatzen naute... nola maiteko ditut berdin-berdin? Ezinezkoa zait.

Memoria egiten jarrita ere gazteagoa nintzenean eta barru-barruko maitemintzeak bizi izan nituenean, batek ez zuen bestearekin zerikusirik izaten... eta memorian ere une horietako bakoitzari gorde diodan sentimenduen ontziak kolore, forma eta mugimendu desberdinak ditu.



Aita eta ama ere desberdin maite ditut. Desberdin maite izan ditut bizi osoan izan ditudan etxeko animaliak ere. Desberdin maite dut nire burua bera ere bizitzako uneetako bakoitzean.

Orain gutxi heldu zitzaidan haur ertainarengandik galdera sorta: “nork merezi du gehiago hiltzea gutatik?”, “nor maite duzu gehiago?”... eta erantzuten hasi aurretik bere teoriak azaldu zizkidan. Bat hiltzekotan zaharrenari zegokion besteek bizitzeko eskubide gutxiago izan dutelako eta esperientzia gehiago bizi behar dituztelako. Aldiz, zaharrena maite behar nuen gehien gauza gehiago partekatu eta hobeto ezagutzeko aukera izan nuelako... Bere azalpenak amaitu ondoren, arnasa sakon hartu eta ezberdin maite nituela adierazi nion. Berak arraro begiratzen zidala ikusita bi pertsona (edo hiru) desberdin ezin nituela berdin maitatu azaldu nion. Hirurak izugarri maite nituela eta ez nukeela inoiz nork hil behar duen lehenengo aukeratu behar izaterik nahi esan nion, ezinezkoa dela hori aukeratzea eta edozein egoeratan edo aukerarekin asko sufrituko nukeela.

Bakoitza maite dudala den bezalako ia izateagatik, beren argi eta ilunengatik, elkarrekin sortu ditugun harremanengatik eta bizitzen ditugun une txiki guztiengatik adierazi nion. Maitasuna bizi-bizirik dagoen sentimendu sakona dela eta ezin dela “tokatzen zaizulako” norbait maitatu edo maitatzeari utzi.

Maitasuna ezin dela zifrekin kontatu azaldu nion eta kontrolatzerik ezin dugunez sarri ez dugula ulertzeko gaitasunik. Batzuetan indar handia eta beste batzuetan min handia sor dezakeen sentimendua

dela eta hori oso ederra dela. Nik bera mintzen dudanean ni maitatzeari uzten ote dion galdetu nion eta pentsakor geratu ostean “saiatzen naiz baina ezin dut” erantzun zidan. Hortxe duzu erantzuna, ezin dugu buruarekin kontrolatu baina buruan ere toki handia du maitasunak... eta nik, gorputz eta buru, une honetan behintzat maitasunez ia beteta dut zirrikitu oro. Kolore, forma, soinu, usain eta mugimendu desberdinetako maitasun aletxo desberdinez josia...

Zergatik jarri mugak mugez ulertzen ez duenari?

Zergatik sartu maitasuna kutxa estandarizatuetan?

Bai, orain ozen esan dezaket “ezberdin maite zaituztet eta sekulako oparia da hori”.

Itxaropenak eta sufrimenduak

Nerea Mendizabal

Gure burua etengabe lanean ari da eta bere zereginetako bat espektatibak eraikitzea da: seme alabak kasu egin beharko lidake, bikoteak babestu egin beharko lidake, gatazkarik ez genuke eduki behar, ondo eman beharko ginatete, tratu txarrik ez luke egon beharko... Besteekiko edo geurekiko itxaropen hauek infernura eramán gaitzakete.

Hainbat eta hainbat egoeratan sufrimenduarekin topo egitearen sentrazioa izan dezakegu: bikoteak modu gogorrean hitz egiten dit, bikote ohiak “la vida imposible” egiten ari zait, seme alaben lagunak gauza itsusiak egiten ari zaizkie eta bakarrik utzi dute, familian ardi beltza naiz... Baina guzti honen aurrean sortzen ditudan eta sinisten ditudan pentsamenduak dakarte sufrimendua. Hau da, errua nork daukan, zein ari den ondo edo gaizki, justua den ala ez... pentsatzen hasten garenean sortzen da gure sufrimendu eta ataskoa. Guzti honek, bortizkeriaren paradigmara garamatza eta jolas hau oso-oso presente daukagu gizartean: nire gurasoek ez zidaten horrela tratatu behar, begira nola baldintzatu nauen, nire lagunak ez ziren justuak izan nirekin, pazientzia gehiago izan behar nuke...

Eduki genituen baldintzekin ahal genuen hobekien egokitu ginen; batzuk maitasun edo onarpen gosearekin txintxo portatuz, besteak aurka eginaz. Horrela lortu dugu bizi-irautea. Gure gurasoek egin duten bezala eginaz, modu perfektua izan da edo izaten ari da, guk ikasteko dauzkagun aspektu horiek limatzeko. Baina horrek ez du esan nahi, gertakari desberdinetan zauriak berpiztuko ez zaizkigunik. Hortik bikote, seme-alabek, gurasoek edo haurren lagunak gurasoek... egoera desberdinetan estimulatuko gaituzten egoerak ekarriko dizkigute. Hori dela eta, nahi izanez gero espazio seguru batean hauek garbitzeko aukera izan dezakegu.

Honek barrura begiratzea eskatzen du eta batzuetan beldur gara bertan aurkituko duguna gustatuko ez ote zaigun. Aldi berean, norbera alderatzea zaila edo mingarria izan daiteke eta bertigoa ematen diezaguke.



Norbere egoa, sortu dugun pertsonalitate, maskaraz jabetzea ez da eroso izaten.

Kontua da, ezaguna zaigun lekutik ez garela mugitzen deserosoak zaizkigun sentrazioak ez baditugu sentitzen. Zauri horiei esker, min horiek espermentatuz oraindik sendatzeko eta ikasteko duguna aurkeztuko zaigu. Gizakiok sentitu egiten dugu eta sentitzen dugunarekin jarri gaitzke mugimenduan. Beraz, deserosotasun hauek gabe ez dut uste mugituko garenik, ikasiko dugunik, aske izango garenik. Baina honek ez du esan nahi sufrimendura joan behar garenik. Gauza bat sentrazio desatseginak sentitzea da, hau gizatiarra da; gertaera ezberdinen aurrean mina, frustrazioa, tristura sentitzea. Beste kontu bat izango da, gertatu beharko lukeela pentsatzen dudanarekin sufritzea; ez lidake hori esan behar, zer uste du, ez da justua, nire erruz.... Eta hau bai da saihesgarria.

Gertatu dena ulertu, bakeak egin eta onartzen dudanean, egoeren aurrean gure patroiz eta automatikoetan erreakzionatu ordez benetako erantzun bat emateko aukera gehiago izango ditut. Familia erlazioak, eta bereziki seme-alaba eta bikote edo bikote ohiak, ispilu ederrak izango zaizkigu gure bizitza ederragotzeko. Kanpoko aldatzen jartzea ez da gure esku dugun zerbait. Aldiz, gureaz arduratu, ezagutu eta okupatzearekin, bakoitzaren hazia loratzeaz arduratuko gara.

Arrazakeria zabaltzen?

Teusma Agkora

Badira egun batzuk Españako parlamentuan VOX-en zentsura-mozioa eztabaidan izan zutela.

Egia esan behar badut, ez nuen asko jarraitu. Ez zidan interes berezirik sortu komunista izandako agure batek orain eskuin muturrean aritzeak. Eta gaiak izan dezake mamia: zer eraman diezaioke komunista izandako bati orain halako jendeaz inguratzeko?

Soziologo batentzat azterketarako gai interesgarri izan daitekela nago, baina niri beste hausnarketa batera eraman nau gaiak:

Nola ari da eskuin muturreko mezua gure gizartean txertatzen?

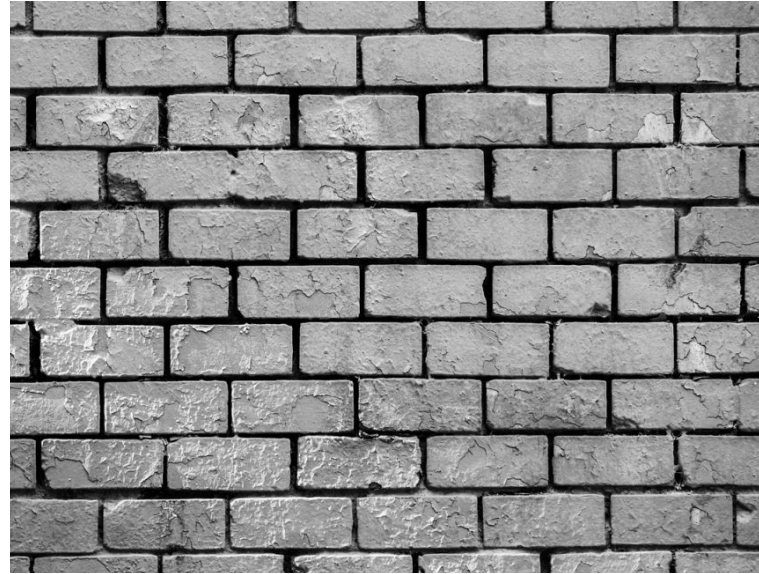
Oso sektore zabaletan, baita bere burua aurrerakoiak dituzten horietan ere, geroz eta gehiago dira halako mezuak ahotan dituztenak:

“Diru laguntza sozial guztiek haiek eramaten dituzte”; “Ez dira batere saiatzen lana aurkitzen, diru laguntzetaz bizi dira soilik”; “Ez dira gure kulturaren batere integratzen”; eta abar luzea.

Ez naiz inozoa, eta jakin badakit iruzurrak ere badirela... Baina Goldman Sachs, Credit Suisse, Barcenak edo Ere mailakorik ez inondik ere!. Eta aipaturiko hauen atzetik ez dugu “inmigrazio” askorik ikusi.

Hori baita –ustez- amankomunean duten elementua alfer iruzurti hauek: kanpotik etorritakoak direla. Ustez diot, hau ere gezurra baita: EEBBetatik etorritako familiak, sendagilearengana joan eta hizkuntza arazoa izanez gero, ahalik eta hoberen ulertarazten saiatuko dira (mediku, erizain, ...). Hori bai, adibide gisa, afrikatik etorritakoak badira, ohikoa dugu haxe entzutea: “gure hizkuntza ikas dezatela!” (honek bai euskara bai gaztelararako balio dezake).

Plisti Plasta, Lizarrako Jolas gunea eta Familia gunean, hainbat zerbitzuen artean badugu Lizarrako udaleko Zerbitzu sozialekin batera antolaturiko asteroko Familia gunea saioa: bertan, ez dira soilik inmigranteak parte hartzaileak, baina partaide esanguratsuak dira, eta talde honetan badute arnas gunea.



Saio hauetan sarri entzuten diegu nola tratatuak izan diren hainbat zerbitzuetan: osasun zerbitzuak, eskoletan, administrazioa... Batzuetan pazientziarik gabe tratatuz, besteetan beraien aldetik errietak jasoz, mesfidantza sentituz, ...

Eta haxe da lehen aipatu dudana kezka, eskuin muturreko mezu hau iragazkortasun handia izaten ari baita:

Haur eskola bateko hezitzailea kexaka, bere gela “kanpotarrez” bete dela, eta bertakoek ez dutela lekurik (galdetuz gero eta “bertakoek” haurrik ba ote duten, ez du erantzuten);

Eskolako hezitzaileak ama magrebtarrari esan bere semea medikuarena eraman eta ea entzumenezko frogara egiten dioten, baina zalantzarekin geratu da amak ulertu ote dion, eta ez da saiatu bere pediatarrekin harremanetan jartzen jakiteko prozesua nola doan;

Ama ijitoa duen semea ez onartu 3 urteko gelan, matrikulazio data pasa baizitzaion;

Pediatrik errieta egin amari urgentzietara “tontakeri” batengatik eramateagatik, eta aldi berean berriz errieta egin lehenago haurra ez eramateagatik;

Zerbitzu sozialetako langileak mehatxatu diru laguntza kenduko ote dioten paperen bat garaiz ez eramateagatik (adibidez, Alemaniako familia baten kasua izan balitz, berdin hitz egingen litzaioke?)

Kasuen zerrenda nahi adina luzatu dezakegu, asteroko saioetan jasotzen baititugu.

Aurretik aipatu lez, ustez amankomuna duten elementua kanpotarra izatearena da, baina, benetan, lotzen dituena, txiroa izatea.

Eta pobre izate honek bere burua kokiltzen du, gutxitzen du, konfiantzarik gabe utzi arte. Ezin dutela, ez direla gai sentitzen dute:

Ez dakitela beren burua zaintzen; ez dakitela beren seme-alabak zaintzen.

Familia gunetako saio hauetan gure lehen helburua familia hauek ahalduntzea da. Prozesu honetan beraien barneak ezagutzeko aukera dugu, hobe ezagutzeko haien zergatiak.

Eskarlatina

Jabier Agirre

Azken urteotan ahaztu samartua pasatu bada ere, pandemia ostean ugaritu egin dira eskarlatina-kasuak, osasun-estatistikek adierazten duten bezala. Izan ere, aurten birusek eta bakterioek eragindako zenbait infekzioen (gripea, bronkiolitisa, edo eskarlatina bezalakoak) gorakada ikusi da haurren artean, koronabirusak utzi digun zor immunologikoagatik. Zer esan nahi du horrek? Umeak antigorputzik gabe daudela, ia bi urte eman baitituzte birus eta bakterio pila batekin harremanik apenas eduki gabe. Eta pandemiaren ostean, aspaldiko martxa normalari ekin diotenean, eskolan, haurtzaindegian, parkean, eta bestelako lekuetan betidanik hor egon diren etsai berak aurkitu dituzte berriro ere, baina horien kontrako defentsarik gabe. Egoera berezi horrek azalduko luke gaitz horiek aurten erakutsi duten intzidentzia handiagoaren arrazoia. Eta hortik abiatuta, gurasoen artean betidanik aski ezaguna izan bai, baina aspaldiko garaietan hauts gutxi harrotu dituen gaitz bat jorratu nahi nuke gaurko lan honetan.

Zer da eskarlatina?

Haurtzaroan aski ohikoa izan ohi den gaixotasun infekziosoa da, gehienbat 2-8 urte bitarteko umeetan agertzen da, eta bere ezaugarri nagusia azaleko erupzio edo exantema kolore gorrikoa da (hortik bere izena, eskarlata hitzak gorri bizia adierazi nahi duelako), faringoamigdalitis akutuarekin batera (anginak).

Zerk sortzen du?

Normalean eztarriari erasaten dion bakterio batek sortzen du, A taldeko estreptokoko betahemolitikoak hain zuzen ere, eta zehazkiago esateko bakterioaren toxina batek eragiten du larruazaleko exantema. Kasu arrarago batzuetan, eskarlatina mikrobio horrek berak eragindako zauri baten infekzioaren ondorioz ere ager daiteke, eta kasu horietan ez da eztarriko minik egoten.

Sintomak

Inolako zeinurik gabeko 2-5 eguneko inkubazio-aldi baten ostean, sintoma hauek ager daitezke:



- Sukar altua (baita 38,5°C-tik gorakoa ere), bat-batean hasi eta 3-5 egunez iraun dezakeena.
- Eztarriko mina, faringoamigdalitisaren ondorioz (normalean zorne-plakak ikusiko ditu medikuak amigdaletan). Lepoko gongoilak handituak daude, ukitzeko moduan.
- Sabeleko mina, gorakoak eta buruko mina ager daitezke kasuren batean.
- Exantema, larruazaleko negala edo erupzioa: sukarra hasi eta 12-48 ordura azaltzen da. Azala kolore gorri bizi-bizikoa ikusten da, eta ukitzerakoan zakarra nabaritzen da ("lizpaperaren edo oilo-ipurdiaren modukoa"). Hasieran aurpegi eta lepoan agertzen da, aho-ingurua errespetatuz, eta pixkanaka goitik behera zabalduz doa, enborrera eta gorputz-adarretara, galtzarbe, belaun, ukondo edo iztaietako tolesturetan areagotuz. Zenbait kasutan azkura eragiten du. Negalak 3-7 egunez iraungo du, eta desagertzerakoan larruazala ezkata moduan eroriko da, goitik behera kasu honetan ere, hatz-puntetan nabarmenduz.
- Mihiak mugurdi itxura har dezake (oinarrian kolore zurikoa, eta pinporta gorriekin)

Nola kutsatzen da eskarlatina?

Kutsapena gaixorik dagoen umearen arnas tantatxoak bidez gertatzen da normalean, hitz egiterakoan batetik bestera zabaltzen direnak. Kasu arraragoa eta saihesten askoz ere zailagoa da eramaile osasuntsu baten bidezko kutsapena (pertsona horrek, estreptokoko-eramailea izan arren, ez baitu inolako sintomarik izaten).

Arestian esan bezala, estreptokokoak eragindako zauri baten infekzioaren ondorioz ere ager daiteke eskarlatina (baina kasu hauetan ez da eztarriko minik aipatzen, ez umearen aldetik ezta gurasoen aldetik ere).

Nola diagnostikatzen da?

Diagnostikoa klinikoa izaten da, medikuak sintomen arabera egin ohi duena, azalean exantema gorri eta latza eztarriko anginekin batera agertzea oso adierazgarria baita.

Hala ere, umearen eztarritik hartutako lagin batean bakterioaren antigenoa detektatzeko test azkarrak ere badaude, 15 bat minututan diagnostikoa erabat baieztatuko digutenak.

Eta tratamenduak zertan datza?

Gaitzaren sortzailea bakterio bat denez, antibiotikoak erabiliko ditugu, ahotik (penizilina edo amoxizilina dira aukerakoak) 10 egunetan.

Azkura handia balego, antihistaminikoak gehitu daitezke, ahotik horiek ere. Normalean ez da azalean tratamendu topikorik erabiltzen.

Behin eta berriz errepikatu al daiteke?

Bai, posible da, exantema sor dezaketen toxinak hiru tipotakoak baitira gutxienez. Horregatik, azaleko beste gaixotasun exantematikoekin (elgorria, barizela edo errubeolarekin, esaterako) gertatzen denaren kontrara, pertsona batek hainbat eskarlatina-gertaera eduki ditzake, aurrez izandakoetan ez baita toxina berrien kontrako antigorputzik sortu ahal izan.

Prebentzioa

- Eskuak ondo garbitu, gaixoarekin kontaktuan egon ondoren.
 - Umeak ez du haurtzaindegira edo eskolara joan behar sukarra desagertu arte, edo antibiotikoarekin tratamendua hasi eta 24-48 ordu pasatu arte.
 - Eskarlatina diagnostikatu zaien uemeekin harreman estuak edukitzea saihestu.
- Zoritxarrez, oraingoz ez dago eskarlatinaren kontrako txertorik.

Haur hezkuntzako haur baten programatutako ebakuntza bat nola kudeatu

Kolde Gibanq

Edozein ospitalazio momentu berezia izango da, eta haur batena denean, are gehiago. Aurrez programatutako ebakuntza txikia dela, urgentziazko ingresoa dela zein gaixotasun luze edo kroniko baten hasiera dela, ospital batetara joateak beti urduritasuna eta beldurra eragingo du. Hona hemen ideia batzuk aurrez programatutako ebakuntza bati lasaitasunez aurre egiteko.

Lehenengo berria modu ezberdinetan iritsi daiteke. Gaixotasunaren larritasunaren arabera eta familiak osasun kontuak eramateko duen estiloaren arabera lehenengo momentu horiek oso ezberdinak izan daitezke. Dena den, komenigarria da berria jasotzen dugunean gurasook berri hori asimilatzekeo tartea hartzea eta egingo dugun informazioaren trataera erabakitzea: zer kontatuko diogu familiari? Eta haurra berari? Noiz?

Haurrarekin ebakuntza berari buruz hitz egin aurretik ondo legoke ospitalari buruz hitz egitea liburu edo ipuin batekin. Kontzeptuak ezagunak izatea da helburua, ez haurrak bere errealitate propioa ezagutzea. Interesgarria izan daiteke eskolan ere honen berri izatea. Aukera ezinhobea izaten da taldean mediku eta ospitalari buruz hitz egiteko.

Ospitalaren gaia aldeztu aurretik lantzeak, ondoren bere egoeraz jabetzea erraztuko dio haurrari.

Anestesistarekin izan ohi da azken kontsulta kirofanorako hitzordua baino lehen. Askotan urduritasunak ez digu ondo pentsatzen uzten eta ondoren jakin nahiko genituzkeen gauzak galdetzeko aukera konturatu gabe galtzen dugu. Haurrari azaltzerako orduan garrantzitsua izango da argi izatea gurasoetako batek ala biek lagundu ahal izango dugun anestesia aurreko gelara, panpinen bat eramanez dezakeen... Hau da galdera horiek egiteko momentua.



Ondoren, egun batzuk geroago, familiak haurrari bere egoera azalduko dio eta egun batean ospitalera joan beharko dutela esan. Ez da beharrezkoa zehaztasun guztiak azaltzea, hobe da oinarrizkoa azaltzea eta gero berak bere zalantzen arabera galdetzeko aukera izango duela ziurtatzea.

Zenbateko aurrerapenarekin azaldu behar den haurraren arabera erabakiko da. Haurrak 4-5 urte baditu eta denboraren kontzientzia badu, aurreko astean esan dakioke eta data egutegian ikusi dezakegu. Haur txikiagoekin azalpen labur hau 4-5 egun lehenago egitearekin nahikoa da. Helburua haurrak berak biziko duen zerbaiten berri izatea da, ez ebakuntza zein den edo eta data zehatza zein den ondo ikastea.

Behin familiak landu duenean ondo legoke eskolari jakinaraztea, hauek berriz ospitaleko ipuina kontatu eta haurrari aukera emateko bere kasua kontatzeko. Haurrak ez badu nahi, ez dugu bere egoerarekin lotura egin behar. Bere kontua ez aipatzea defentsa emozionala izan daiteke eta ez da komenigarria defentsa hori desmontatzea.

Etxean edo eta ikastolan aipatzeak haurrari bere egoera elaboratzeko aukera bat ematen dio. Baina hori behin egitearekin nahikoa da. 4-5 ez da kontua errepikatu behar, ez bada haurrak eskatzen edo galdetzen duela.

Ingresoa baino **egun bat edo bi lehenago haurrari** (HH2 egun bat, HH4-5 bi egun?) **egoera nola izango den kontatuko** diogu, ezaguna izan dadin ("ospitalera joango gara, deitu gaitzaten itxarongo dugu, gero panpina hartu*", medikuekin sartuko zara

eta lokartuko zaituzte. Gu bertan egongo gara zain eta esnatzen zarenean zurekin egongo gara. Gero deskantsatu pixka bat eta etxera joango gara”)

Ospitale batzuetan objektu trantsizional edo **objektu pertsonal** bat anestesia jaso arte eramateko aukera baimentzen dute, haurarentzat banaketa erraztu eta lasaitasunez sartzeko lagungarria izan daitekeelako. Komenigarria da hau medikuekin kontsultan argitzea, haurrari estrategia hau eskaini edo ez jakiteko.

Ingreso egunean familiak egiten duen agurra oso garrantzitsua izango da. Gurasoek ahalegina egin behar dute agur lasai eta positibo bat egiten, beraien emozioak gordetzen eta haurrari konfidantza transmititzen, hots, egunero ikastolan uzten dugunean bezala. Ondoren behera etorri gaitezke eta pilatutako tentsioa askatu, baina haurraren aurrean eta ebakuntza baino lehen ez da momentu egokia.

Gurasoek gure emozioak baimendu. Osasun kontuei aurre egiteko modu ezberdin asko dago. Familia batzuk kontuari garrantzia kenduko diote, beste batzuk ebakuntzarik sinpleena urduritasun maila handiarekin biziko duten bitartean. Onartu behar da bakoitzaren bizipena, beti ere haurrak errealitatea ezagutzeko duen eskubidea azpimarratuz. Familia batzuk haurraren hobebeharrez ezer ez esatea pentsatu dezakete. Horrelako kasuetan aldez aurreko urduritasuna gutxitzen bada ere, gertaeraren elaborazioa egiteko aukera ukatzen ari gatzai eta, are garrantzitsuena dena, etorkizunean haurrak gudan duen konfidantza ere urratuta suertatu daiteke.

Alderdi hauek guztiak kontutan hartuta, esperientzia delikatu hau eramangarria izateaz gain haurraren hazkuntzarako positiboa ere izango da. Bizitzako zailtasunei naturaltasunez aurre egiteko modua landuz eta familiarreko konfidantza indartuz.

Edari energetikoak haur eta nerabeetan: STOP

Maite Garitano

Argi eta garbi: haur eta nerabeek ez lukete edari energetikorik kontsumitu beharko. Edari hauen osagaien ondorioak ez dira aztertuak izan adin txikikoetan, beraz inork ezin digu seguruak direla ziurtatu. Nagusiotan, ez dira gomendagarriak.

Kontua ez da eguneko kontsumoan mugak jartzea, adin hauetan ez kontsumitzea baizik. EFSA (European Food Safety Authority) argia da honetan, 12 urtetik beherakoak ez lukete inondik inora probatu behar eta 12 urtetik gorakoetan ere ez du gomendatzen. Are gutxiago, berezko gaixotasun kardiobaskular, hipertentsio edo lo arazorik balego.

Gaian sakondu baino lehen eta edari energetikoak zer diren azaltzen hasi aurretik, edari hauen kontsumoak adin txikikoetan arduratzen nauela esan beharra daukat. Nerabeetan batez ere. Oso zabaldua eta “ondo” ikusia dagoen ohitura bilakatu da eta.

AESAN (Elikadura eta nutrizio segurtasuneko Espainiako agentzia) eko komite zientifikoak egindako txosten baten arabera: 14 -18 urte tarteko gazteen %45ak, 18 urtetik gorako gaztetxoek %62ak eta 3-10 urte tarteko lau umetatik batek edari energetikoak kontsumitzen dituela ikusi da.

Hala ere, pixkanaka, hauen kontsumoaren arduraz soziala, ondorio kaltegarriak erakusten dituzten azterketa zientifikoak eta neurri politikoak martxan daude. Badira lurralde batzuk non debekatuta duten adin txikikoei edari hauek saltzea. Eskerrak!

Edari “energetiko” bezala izendatzen dira (*nahiz eta izendatze hau legalki onartua ez egon EFSArengandik, dituen ondorioak energetikoak izatetik at daudelako*) azukre (*adb.:D-glukoronolaktona*), kafeina eta taurina (*kafeina prekurtsorea*) kopuru altuez gain landare jatorriko estraktuak (*guarana, ginseng, ..*) zein bitamina gehigarriak (*gehienetan B taldekoa*) izan ditzaketen edariak. Hauek guztiak estimulazio bat sortzen dute organismoaren sistema nerbio zentrallean, hortik “energetiko” izena. Gehiegizko



estimulazioa alegia. Gainera, aipatu bezala, sustantzia hauen eraginak ez dira aztertuak izan adin txikikoetan. Beraz, ez dira seguruak. Eta kalteak antzematen hasi dira jada. Edari hauen eredu ezagun batzuk ondorengoak dira; Monster, Redbull, Burn, Rockstar, Coca-cola energy, Volt energy, ...

Gainera, publizitate desegokiagatik hainbat gaztek bizitasuna, indarra eta kementa emango dielakoan, kirol eta ikasketa errendimendua hobetzeko kontsumitzen dute. Ondorioak guztiz kontrakoak diren arren.

Bada kontuan izan beharreko beste ohitura bat; edari alkoholikoak edari energetikoekin konbinatzea. Honen arriskua kafeina (sistema nerbioaren estimulatzailea) ekarpen altuagatik, alkoholaren efektu depresiboa estali eta kontutik kanpora kontsumitzen jarraituz intokzikazio etiliko batetara heltzeko erraztasuna da.

Kafeina ekarpenean ideia bat egiteko AESANen neurketa batzuen ondorioz badakigu; edari hauen 100mililitrotan 32mg kafeina daudela. Beraz, 500 mililitrotako lata batean 160mg aurkitzen dira (11-17urte tartekoetan kafeina kontsumoaren muga 60mg/egun da).

Orientabide bezala, kafe expresso batek 80mg kafeina ditu. Eta ez ahaztu orokorrean 500mlko lata bakoitzak 55-60g azukre izan ohi dituela (*beste hainbat sustantzien artean*).

Hauek izan daitezke edari energetikoen kontsumoak eragindako kalteak. Momentuko efektuak: buruko mina, beherakoa, okadak, goragalea, konbultsioak, palpazioak edo lotarako arazoak. Luzarora ager

daitezkeenak: lo eza edo loaren kalitate txarra, emozioen desoreka (antsietatea, urduritasuna, ... depresioa barne), ikasketa errendimendu baxua, diabetesa, hipertentsioa, obesitatea, hortz eta hezur arazoak, asma kasuen areagotzea eta droga kontsumorako erraztasuna batik bat.

Argi! edari isotonikoak edo kiroltako edariak (aquarius, powerade, ...tankerakoak), konposizio ezberdinagatik ez dira edari energetikoen taldean sartzen, kirolarekin lotzen diren arren. Bi edari mota hauen desberdintzea garrantzitsua dela uste dut. Hala ere, bigarren hauen kontsumoa egoera espezifikotara zuzendua dago (kirol jarduera konkretuetan hidratazioan laguntzeko hain zuzen ere). Konposizioan azukre eta elektrolito ezberdinak izan ohi dute. Hauen kontsumo desegoki batek, izan ditzaken kalteak ez dira edari energetikoen mailakoak.

Baina jakin haurtzaro zein nerabeen kirol jardueretarako, orokorrean, urarekin hidratatzea nahikoa litzatekeela.

Mundu mailako osasun eta kontsumo segurtasun arloko erakundeak, badabiltza produktu hauen salmenta, etiketatua eta konposizioa erregulatu nahian EFSA, AESAN, AAM (Ameriketako medikuntza asoziazioa), AAP (American academy of Pediatrics), AEP (Españiako pediatria asoziazioa) besteak beste.

Espero informazioa orientagarria eta etxean gaia lantzen joateko baliagarri izatea, batez ere, nerabeak baditugu. Guztiarekin bezala eredu, flexibilitatea eta zentzua erabilia ekingo diogu bideari. Zer deritzozue?

Pantailen kudeaketa osasungarria etxean

Ainhoa Arruabarrena

Hezkuntzan, komunikabideetan, osasun arloan eta beste hainbat esparrutan pantailak eta digitalizazioa guztion ahotan aurki daiteke. Gainera, interesa, ardura, ezjakintasuna, amorrua, kuriositatea... eta bestelako emozio anitzetatik hitz egiten da. Baina gurasoekin lan egiten dudanean aurkitzen dudan emozio nabarmenena kezka da. Eta baita ezjakintasuna edo galduta egotearen sentsazioa ere.

Eremu digitalak sortzen dituen zailtasunak, daukan zabalera eta garapen abiadura direla eta, askotan nabarmentzen dira. Bestalde, guraso askorengandik jasotzen dudan mezua, kudeaezina den mundu bat moduan bizi dutela izaten da. Ezin da ukatu arlo digitalak dituen eraginak anitzak direla, baina has gaitetzen fokua kudeatu daitezkeen aspektuetan jartzen. Kasu honetan etxean edo familia barruan har daitezkeen neurrien inguruan arituko gara.

Erabilera osasungarria ahalik eta gehien bermatzeko, neurriak haurrak jaio aurretik har daitezke. Eta nola? Ba lehenik eta behin, pantailen erabilerari dagokionez zein motatako eredia izan nahi den pentsatzen. Haurrek, batez ere, imitazio bitartez ikasten dute, beraz, guraso eta gertuko en eredia esanguratsua izango da haien garapen prozesuan. Eta gainontzeko eremuetan bezala, pantailen erabileran ere hala izango da. Horregatik, dagoeneko haurrak jaio badira ere, edota nerabezaro garaian badaude ere, heldu moduan egiten den erabilera aztertu beharko litzateke. Gehiegizko erabilera egiten dela sumatzekotan, neurriak hartu beharko lirateke ohitura osasungarriagoak garatzen hasteko.

Eta etxean, zein espaziotan erabili daitezke pantailak? Galdera honi erantzuna emateak egunerokotasuneko kudeaketa erraztuko luke. Aurretik erabakiko balitz, espazio amankomunetan bakarrik egongo direla pantailak edota logeletan (batez ere, haurren logeletan) ezin izango direla erabili, eta txikitatik hori ikusiko balute, etorkizunean erraztasunak egongo lirateke. Pantailak toki amankomunetan erabiltzen badira, egongela edo sukaldea kasu, haurrak bertan ikusten eta entzuten ari direna ezagutzeko aukera gehiago egongo dira.



Garrantzi handiko erabaki bat gauekin du harremana, hain zuzen ere, gauean mugikor edo bestelako pantailak logelan ez sartzearekin. Gero eta arazo gehiago antzematen ari dira ikastetxeetan ikasleekin, behar baino lo ordu gutxiago egiten dituztelako, honek dakartzan ondorio tamalgarriekin. Ondorio horien artean, arazo fisiko eta emozionalak, arreta arazoak eta bestelako arazo psikologiak antzeman daitezke. Horregatik, pantailak, gauean logeletatik kanpo utzi. Ez telebista, ez mugikor eta kontsolarik logelatan.

Bestalde, jatorduetan ere mugikorrek mahaitik kanpo utz daitezke. Hain zuzen ere, momentu horiek familian edo lagunekin hitz egin eta partekatze erabili daitezkeelako. Azken finean, mahai inguru batean egoteak, elkar ezagutzeko eta elkarbanatzeko aukera paregabea eskaintzen du.

Baina, zein da gurasoek egiten didaten galdera errepikatuena? Ba mugikorra hurrei emateko adin hoberena zein den. Eta beti bezala, ez dago erantzun perfektu edo zehatzik, baina bai pausu hori eman aurretik planteatu daitezkeen hainbat galdera. Adibidez, zein da mugikorra ematearen helburua? Edo, zeintzuk izango dira pausu hori ematearen baldintzak? Zer erakutsi behar diegu mugikorra eman baino lehen? Eta, norena da benetan beharra, haurrena edo gurasoena lasaitasuna ematen dielako? Edozein kasutan, ahalik eta beranduen eman hobeto, batez ere, era horretan haurren gaitasunak (emozionalak, sozialak, digitalak ...) areagotzeko denbora irabazten delako.

Azkenik, etxean ezarritako ohiturez gain, jakin beharko genuke etxetik kanpo beste kide batzuen pantailak eskuragarri izan ditzaketela, bertako milaka edukiekin batera. Horregatik, lehen komentatutako gaitasunak lantzeaz gain, haien interesekoak diren eduki digitalak ikusi eta ezagutu behar dira eta errealitatera denbora guztian gerturatu behar zaie, kontraste eta ikuspegi kritiko bat garatzeko aukera emanaz. Beraz, haur eta nerabeekin komunikazioa ezinbestekoa izango da.

Gorputza mugatua den baliabidea bada ere

Mikel Egibar

Bizi garen mundu finitu edota mugatu honetan, baliabide naturalak mugatuta daude. Bizi garen mundu kapitalista honetan “barra libre” kontsumitzeko sorrarazi diguten mentalitateak bere goia jo du. Orain arte ikasi eta praktikara eraman dugun bizi modua, beraz, des-ikasi eta errotik aldatu behar izanaz gero eta kontzientetagoa gara.

Baliabide naturaleaz hitz egiten dugunean, orokorrean energia sortzeko iturriez ari ohi gara pentsatzen: energia fosilak ala bestelako mineraletan oinarritutakoez. Mugarik gabeko kontsumoa, beraz, bere azken txanpan sartu da edo, hobeto esanda, egoera hau aspalditik bazetorren ere, duela gutxi horren konstatazio edota onarpenaz jabetu gara. Jakin badakigu ditugun kontsumorako ohiturak jasanezinak direla gure ekosistemarako. Hau esanda, ideia hau oinarri hartuta, kirol konpetitiboarekin paralelismo bat egin nahiko nuke eta honako galderari erantzuna eman: Kirol konpetitiboak ez al du pertsonaren gorputza mugagabea den baliabide bat balitz erabiltzen?

Arrate Orueta medikuak eta Athleticeko jokalaria ohia Kirol konpetitiboak gazteengan lesioak sortzen dituen lesioez ikerketa bat eman berri du argitara. Teknizismo handietan sartu gabe, oraindik garapen prozesuan dagoen gazte/nerabeen gorputza ez omen dago ezartzen zaizkion kargak pairatzeko egina eta, gero eta gehiago, agertzen diren lesioak belaunetako lotagailuen hausturak izaten dira, nesken kasuan mutiletan baino gehiago gainera... Generoen arabera ezberdintasun hau zergatik sortzen den aztertzea interesgarria bada ere, beste artikulu baterako utzi beharko dugu.

Gaiari helduz, irakurle zaren horrek galdetuko diozu zure buruari: zer paralelismo egin daiteke ekosistemaren baliabideak eta pertsona baten gorputzak errenditzeko dituen aukeren artean?

Kirola eta heziketaren arteko talka historikoa da. Bi ikusmoldeen artean betidanik sortu den talka da, zeinaren arabera, batzuentzat, haurrak erdigunean jarriz, haurren garapena zein bere ziklo eta erritmoak



dira, edozein xedearen aurretik, errespetatu beharreko muga; beste batzuentzat, aldiz, kirola eta bere ezaugarriak dira erdigunean jarri behar direnak, eta, ume edota gaztearen gorputza kirolaren xederako baliabide bat besterik ez da.

Kirol hegemonikoak klubetan kontsolidatuta daude eta aurreko paragrafoan aipatutako eztabaida dikotomiko horretan, klubek eta kirol federazioek eragin eta pisu handia dute. Zein da, haur baten prozesu hezitzaileari erreparatuz, kirol teknifikazioarekin hasteko adin egokiena? Sokatira balitz, klubek beherako tira egiten duten bitartean, hezitzaileok goraka tira egiten dugu eta joan-etorri horretan ume eta gazteak daude erdian.

Gaur egun behin 11 urte beteta, ume batek futboleko teknifikazioaren bidean aritzeko aukera izaten du. Hortik aurrera espektatibak ugaltu egiten dira. Edozein ekintza eta jarduera behar den prozesu autotelikoa garatzeaz gain, behin teknifikazio bidea lantzen denean haurraren beharrak baino haratago doazen faktore askok parte hartzen dute. Gurasoek errendimendu maila bat lortzeko presioa eragin dezakete. Klubak konpetizio egituraren egindako plangintza eta ezarritako espektatibei begira sailkapen sistema zurruna ezarri dezake. Publikoa bera ere, kirol espektakulari garrantzia emanez, espektakulu horren partaideak umeak direla ez jabetzeraino iritsi daiteke, umea den kirolariari frustrazioa sorraraziz.

Eta zein da egoera honen aurrean irtenbidea? Arrate Oruetaren esanetan, tonifikazio lana egitea lan prebentibo hoberena da: giltzadurak, belaunak bereziki, indartu eta elikadura zaindu. Baina nire

galdera da: kirol konpetitiboak duen asetu ezineko exigentzia mailaren aurrean, berriro umearen prestaketan lan prebentiboa jartzea ez al da berriro ere haurrari presio gehiago jartzea? Irtenbideak ez al du beste norabide bat hartu behar eta hurrei kirol konpetitiboan partehartzeko baldintzak eta exigentziak bir formulatu?

Sistema bat baliabideaz, egituraz eta supra-egituraz osatzen da. Baliabideak edozein egituratan funtzionatzeko oinarriko elementuak dira, eta, aldi berean, egitura zer den ulertzeko, supra-egiturak sortzen duen testuingurua zein den aztertu behar da. Haurrak kirola den egituraren baliabide gisa erabiltzen dira eta kirol konpetitiboa errendimendua sustatzen eta exijitzen duen supra-egitura da. Lesio asko sortzearen ondorioz sistema desorekatzen bada, errealitateari ezin zaio muzin egin eta arazoa baliabideetan ezartzen da. Kasu horretan, beraz, supra-egitura desegokia dela ondorioztatu daiteke.

Kirolaren supra-egiturak deshazkundearen logika ere barneratu beharko luke eta hurrek dituzten ezaugarri fisiologikoak ortzimugan jarri. Artikulu honen hasieran esaten genuen bezala, baliabideak mugatuak dira, baita kirol konpetitiboak ezartzen dituen espektatibei aurre egiteko hurrei exijitzen zaien karga ere. Pertsonak bere erabakiak hartzeko soberanoa izan behar du. Ahalmen eta gaitasun horiek garatzen diren bitartean, zaugarria den haurra bere zoriontasuna bermatzeko babestu behar da.

Behin baino gehiagotan aldarrikatu duguna berriz ere errepikatuko dugu: jarduera fisiko ludikoa pertsona modu zoriontsu batez garatzeko bidea da. Konpetizioak dituen interesen arabera hurrei ezin zaie bide hori ukatu. Gorputzak hitz egiten du, lesioek beste sistema bat eratu behar dela adierazten dute. Egin diezaiegun kasu!

Hizkuntzen koktela lege berrian eta osagaien proportzioa

Amelia Barquin

Duela egun gutxi Berria egunkarian egindako elkarrizketan (2023-6-3), Hezkuntza sailburua den Jokin Bildarratzek Hezkuntza Lege proiektuaren alderdi batzuk azaldu dizkio Irati Urdalleta Lete kazetariari. Bildarratzi zera ulertu diot: eskola bakoitzak euskararekin berak nahi duena egin ahal izango duela. Euskara ardatza izan behar dela, baina hori gauzatzeko modu asko daudela.

Ulertzen dut, horren ondorioz, **zenbait aukera zabaltzen direla**. Ez dut imajinazio handirik behar:

- 1) Eskolak euskara hartu dezake materia guztiak ikasirakasteko, orain arte D ereduan bezala (gaztelania eta ingelesaren materialak kenduta).
- 2) Eskolak erabaki dezake materia batzuk euskaraz eta beste batzuk gaztelaniaz ematea, ikastetxeak nahiago duen proportzioan (50-50, 30-70, 10-90... nahiago duen hizkuntzaren alde).
- 3) Eskolak erabaki dezake materia batzuk euskaraz eta beste batzuk hirugarren hizkuntzan ematea (eta gaztelanian ere bai), ikastetxeak nahiago duen proportzioan.

Hori ulertu dut nik. Zer ulertu duzu zuk?

Proportzioan dago gakoa, beraz: ea hizkuntzen koktelean zein den osagai bakoitzaren kantitatea. Askatasunez; “Bakarrik eskatuko dugu eskola komunitateak onartutako proiektuak izatea, koherenteak eta egonkorak” dio sailburuak.

Bildarratzek azaltzen duenez, “Sistema eleaniztuna izango da, euskara ardatz hartuta. Hizkuntza proiektuaren barruan, eskola bakoitzak erabaki dezake nola erantzun hizkuntza betebeharrei”, eta dio, halaber, ikastetxe bakoitzak bere hizkuntza proiektua definitu beharko duela. Kazetariak galdetzen dio ea sustatu behar den Matematika edo beste irakasgai batzuk ere hirugarren hizkuntzan



ematea; Bildarratzen erantzuna: “Ikastetxe bakoitzak erabaki behar du, proiektu bakoitzaren arabera; ni ez naiz sartuko”.

Kazetariaren hurrengo galdera da ea hori ez al den kaltegarria euskararentzat. Bildarratzek: “Ez. Eskola askotan egiten da. Benetan pentsatzen duzu hainbat gai edo astean zehar Plastikako, Gizarteko eta historiako hiru eskola ingelesez emateak euskarari kentzen diola? Ez dio inondik inora euskarari kalte egiten. Azkenean, ikastetxeko bizitza osoan espazio asko dauzkagu euskaraz aritzeko.”

Hainbat galdera sortzen zaizkit:

-Ikastetxe bakoitzak nahi duena, beraz. Eta nor da ikastetxea? Noren gidaritzapean egongo da erabakia? Zeren arabera?

-Posible izango da egoera berean edo antzekoan ikastetxe batek X erabakitzea eta beste batek Y edo Z erabakitzea, alegia, koktelean osagaien kantitate desberdinak aukeratzea?

-”Desarautze” hori gakoa izan da horrenbeste alderdi politikok legeari haien oniritzia emateko, alderdi bakoitzak pentsatuta ikastetxeek aukeratuko dutela haiek nahiago luketena?

-Inguru bakoitzaren egoera soziolinguistikoa eta ikastetxeko ikasleen egoera linguistikoa modu berean irakurriko ditugu denok? Zein koktel proposatu bakoitzarentzat? Gasteizko auzo langile bateko eskolan zer nola irakurriko dute? Eta klase ertain-altuko familiak jasotzen dituen ikastetxean? Eta arnagunea den herri batekoan? Baten batek pentsatu dezake azken ikasle horiek, euskara bermatuta, ingeles gehiagorako lekua izan dezaketela; Garikoitz Goikoetxeak duela gutxi idatzitako artikulu batean, berriz, gogorarazten zigun inon ez dagoela euskara nahikorik, inon ez dela erabilera nahiko trinkorik, ezta arnaguneetan ere (“Dena ez da arnagune”, Berria, 2023-3-19).

-Askatasun berriaren arabera, egongo dira ikastetxe batzuk euskara gehiagorekin eta beste batzuk euskara gutxiagorekin, batzuk gaztelania gehiagorekin eta beste batzuk gutxiagorekin, batzuk ingeles gehiagorekin eta beste gutxiagorekin. Ez al da hori izango segregaziorako beste ardatz bat? Izan ere, nora joango dira etorkinen seme-alabak, hemen euskaraz (eta batzuetan gaztelaniaz ere) ikasi beharko dutenak? Ingeles asko daukan eskola batera nagusiki ez. Eta etxetik euskaldunak diren umeak? Gaztelania asko daukan eskola batera ziur aski ez (nik neuk ez nuke nire umeentzat hori nahi). Ondorioz, benetan partekatuko dituzte gelak ezaugarri sozial desberdinetako umeek, ikastetxeak hizkuntzen trataeraren arabera bereizten badira?

-Nola ez du eragingo euskararen ikaskuntzan euskarari orduak kentzeak? “Ikastetxeko bizitza osoan espazio asko dauzkagu euskaraz aritzeko” dio sailburuak. Ondo dakigunez, hori ez da berez gertatzen gure ikastetxe askotan. Espazioak egoteak ez du esan nahi haietan euskara erabiltzen denik: jolastokiei begiratzea besterik ez dago. Nekez konpentsatuko du horrek euskararen falta ikasgeletan. Behintzat orain dauden baliabideekin aipatutako espazio horiek kudeatzeko.

-Bildarratzek galdetzen du: “familia hizkuntza euskara duen ikaslerik ez duen gela batean eta familia hizkuntza dutenak ia %100 diren gela batean, biak D ereduan, berdin lor dezakete euskalduntzearen helburua?”. Tira, nire ustez desiragarria da sozialki askotarikoagoak diren gelak egotea, eta horixe bera diote hezkuntza administrazioan azken aldi honetan. Horren arabera, gela batean egongo dira, eta badaude jada, etxetik euskaldunak diren umeak, etxean arabiera/urdua/kitxua... hitz egiten dituzten umeak,

etxean gaztelaniaz hitz egiten duten umeak. Eta etxean hizkuntza desberdinak ikasi dituzten umeak elkarrekin daude Gasteizko nire auzoko eskolan eta arnagunea den herri bateko eskolan. Zein da eskola horiek eta ume horiek behar duten koktela zuen ustez? Bada, agian koktel ia berbera, non osagai nagusia, askozaz, euskara den, horretarako behar diren baliabide guztiekin...

-Ikasleek ingeleza ikastea da hezkuntza arduradunen tema aspaldidanik, baina uste dut zerbait oso garrantzitsua aldatu dela azken urteotan: umeen eta gazteen ukipena ingelesarekin gero eta handiago da kultur produktuen kontsumoaren bidez: youtuberrak, telesailak, bideo-jokoak... Ingeleseko kontsumoa handiagoa da euskal produktuena baino, tamalez. Lasaitu ahal gara apur bat ingelesarekin, arren?

Agidanez, galdera asko daukat. Agian norbaitek ikusten du nik baino argiago eta azaldu ahal dit apur bat, mesedez?

Amelia Barquinen kinka blogetik ekarri dugu artikulua guraso.eus egitasmora.

Klasikoak datoz bueltan

Itaso Pagoaga

Ezin uka jolas batzuk gure memoriaren parte direnik. Belaunaldiz-belaunaldi jolastu izan dugu jolas berdinetara eta agian, horregatik gure ADN-aren parte izatera pasa dira. Tradizional gisa izendatzen ditugun jolasak dira horiek: betikoak, modaz pasatzen ez direnak alegia. Eta, noski pentsamendua jolas mota horietara doakigunean berehala honako ideiak datozkigu burura: kalean jolastea, kanpoan jolastea, lagunekin jolastea, askatasunean jolastea, libreki aukeratzea, heldu gabe jolastea eta abar. Arauak justuak eta jolaserako orduak amaigabeak.

Gaur egun ia ohikoa bilakatu da pedagogia berritzaile, izen moderno eta horrelakoei buruz jardutea; hala ere, klasikoak diren eta beti arrakastatsuak diren jolasak akordura ekartzea ez dago sobera. Aitzitik, jolas mota hauei aitortza egitea da. Eta komeni zaigu noiz edo noiz, horrelakorik egitea.

Jolas tradizionalak hamarkadaz hamarkada eta belaunaldiz belaunaldi jolastu diren jolas analogikoak dira. Horietako asko haurtzaroaren imajinarioaren eta gure jendartearen parte dira; are gehiago, urteetan zehar ez dute aldaketa askorik jasan. Jolas sinpleak dira itxuran, material naturalekin egindakoak edota material gutxi eta sinpleak behar dituztenak. Horietako asko taldean jolastekoak dira eta arauak belaunaldi batetik bestera ahoz-aho igarotzen dira. Jolas tradizioaletan erabiltzen diren jostailu ugari gure aiton-amonek erabiltzen zituzten berberak izan ohi dira eta askotan aipatu izan den transmisiorako ezinbestekoak dira; ahozko tradizioa, kultur ondarea, jendartean bizitzeko arau eta balioak eta abar. Horien guztien transmisiorako ezinbesteko izan dira jolas tradizionalak. Eta noski, ongi pasatzeko ere bai.

Baina zergatik gomendatzen dizkizuet gaurkoan jolas tradizionalak? Bada, transmisiorako funtsezkoak izateaz gain, taldean eta kalean jolasteko aukerakoak direlako. Gero eta bakartiago eta etxeago bilakatzen ari garen sasoi hauetan, jolas tradizionalak kalera atera eta lagunekin jolasteko aukera edo aitzakia eskaintzen digute. Eta, horrek nahi edo ez nahi komunikatzea, partekatzea, elkarrekin jolasten eta bizitzen ikastea eskatzen du.



Kalean jolastea

Haurrek kalean jolasteko ohitura bereganatuz gero, ahaldunduta sentitu daitezke. Kalean jolasteak, sarri jolas tradizionalekin, dena erabakitzea suposatzen baitu: zertara jolastu, norekin, zenbat denboran, jolasean sortuko diren eztabaidak hasi eta bakean amaitzea, helduekin elkarbizitzen ikastea bihurrikeria baten kontura, arriskuak norbere gain hartzea, elkarrizketa intimo eta sakonak izatea norbere arduren inguruan, norbere mugak arakatzea, gorputza mugitzea eta abar. Laburbilduz, jolas tradizionalekin kalean jolastea haurren biziraupenerako ezinbestekoa dela esatea gehitxo izan daiteke; baina, gauden garaioan aurki medikuen errezeta bilaka daiteke.

Memoria herdoilduta baduzue, hona hemen zenbait jolas tradizionalen zerrenda. Zuek ere, berau osatzen lagunduko?

- Txingoka: klarionekin lurrean margotutako laukiz osatutako marrazkia. 1etik 10erako zenbakiak laukietan idatzi, harritxoak jaurti eta saltoka ibilbidea osatzea. Tokian-toki izen ezberdina hartu ohi du jolasak. Baina haurtzaroan ezinbesteko horietako bat da.
- Kanikak: Kanika bakarrarekin edo dozena batekin, bakarka edo taldeka. Kaniketan jolasteko hainbat jolas mota daude. Eta noski, espazioak eskaintzen dituen aukerak baliatuz, gure jolas propioa asmatzea ere ideia ona da.
- Goma jolasa: “kilometro bat oinez, ibiltzen, ibiltzen...” Kantu ugarik eskaintzen dute aukera goma jolasean aritzeko. Horiek akordura ekarri, herriko mertzeria dendan goma erosi eta kalean jolastea aukera proposa da.

- Soka saltoa: Hau ere kantu jolasekin lotutako jolas mota duzue. Taldean nahiz bakarka erabiltzeko materiala ere bada.
- Xiba edo tronpa: Azken urteetan berriro “modan” jarri den jolasa. Egurrezko xibak izan ohi dira klasikoak; eta, gaur egun badira plastikozkoak edota argia egiten dutenak. Erronka eta abilezia ugari proban jartzeko jolasak sarean ere ikusgai daude gaur egun.
- Diaboloa: Zirko zale izan edo ez abilezia eta trebezia jolas aparta. Ea nork eragiten dion diaboloari denbora luzez. Ea nork eginarazten dizkion dantzarik ikusgarrienak diaboloari. Hortxe erronka batzuk.
- Txirloak: Euskal Herrian hamaika bolatoki eta bolo jolas mota ditugu. Gaur egun batik bat helduen jolas izan daiteke. Baina jolaserako espazioa horiek probestu eta leku bakoitzeko jolas motak ezagutzea eta jolasean praktikan jartzea aukera bikaina da. Gurean ezagunena, hiru txirlo jolasa da. Egurrezko txirlo eta bolarekin jolasten dena alegia.

Esan bezala, gaurkoa kaleak eta klasikoak diren jolasak berreskuratzeko gonbita irekia duzue. Beraz, plazer baduzue jolastu eta gozatu.

Ez dut nahi nire alaba zintzoa izatea

Mireia Centeno

Ez dut nahi nire alaba zintzoa izatea, gure gizartean horrek esan nahi duena jakinda. Ba dakigu jaiotzetik kontzienteki edo inkontzienteki, neskak eta mutilak ezberdin hezten ditugula, eta honek beraien garapenean eragin handia duela norberaren eta identitatearen eraikuntzan eta testuinguruarekin erlazioan batez ere. Jolasean, erlazioetan, irudian ikus ditzakegu genero estereotipoak haur eta gazteetan, baina jarrera eta besteekin erlazionatzeko moduan ere. Horregatik ez dut nahi nire alaba zintzoa izatea.

Ez diot eskatuko txintxo eta geldirik egon dadin. Ez, ez geratu geldirik. Mugitu, esploratu, egin salto, ikutu... mugimendua ikaskuntza da. Gure testuingurua hobeto ulertzeko hau ezagutu behar dugu, beraz ez geratu geldirik. Jaiotzetik mugimendu ezinbesteko da gure gorputza ezagutzeko. Mugimenduaren bitartez garatzen gara eta gure testuinguru ezagutzen dugu. Mugimenduaren bitartez erlazionatzen gara. Haur bat geldirik egotera behartzen dugunean, bere garapena oztopatzen dugu.

Ez diot esango isilik geratzeko. Batzuetan marrua egin behar dugu entzunak izateko edo besteek gu hobeto entzuteko eta esaten duguna kontuan hartzeko. Batzuetan ozenago hitz egiteak lagundu egiten du. Beraz ez egon isilik. Nesken artean agresibitatea ukatzen dugu eta batzuetan agresibitatea beharrezkoa da geure burua defendatzeko eta mugak jartzeko. Neskek mugak jarri behar dituzte, eta horretarako batzuetan ezin gara isilik geratu.

Ez diot eskatuko besteen arreta ez deitzen saiatzeko. Batzuetan berezi egiten gaituzten ezaugarriak ditugu jaiotzetik eta batzuetan ezaugarri horiek gustuko ditugu, baina ezkutatu egiten ditugu. Berezi egiten zaituen hori erakutsi dezakezu. Adibide argi bat, Amaia Agiriano kideak azaldu zigun duela urte batzuk bere artikulu batean. Adimen Gaitasun altuko neskatoak beraien gaitasunak ezkutatu eta gutxiesteko joera hartzen dute 7 urtetatik aurrera. Neskek egokitzapen sozialerako ahalmen handiagoa izan ohi dute eta hau beraien dohainak erakusteko oztopo bihur daiteke.



Ez diot eskatuko helduek esaten dutena egiteko. Batzuetan helduek ez dute arrazoi. Batzuetan ez gara eroso sentitzen helduek eskatzen digutenarekin. Batzuetan ez da helduek esaten dutena egin behar. Gehienetan, helduak esaten duena betetzeak lagundu egiten du eta gida egokia ematen dio haurrari, baina helduak esaten duena batzuetan zalantzan jartzea ere onargarria da.

Ez diot eskatuko ez zikintzeko. Zikintzen dena garbitu dezakegu. Arropak zikin edukitzeak haurtzaroan batez ere, ondo pasatu denaren seinale da. Mugitu, ukitu, eta zikindu lasai. Hemen berriro esplorazioaren eta mugimenduaren garrantzia nabarmentzen da. Haur bati ez zikintzeko eskatzen badiogu, bere mugimendua eta esplorazioa mugatuko du eta horrek bere garapenean eragina izango du neurri ezberdinetan. Ez zikintzeko abilezia lortzen joango da modu naturalean.

Ez diot eskatuko polit janzteko. Zer da ba polit janztea? "Neskentzat" saltzen dizkiguten arropak askotan oso deserosoak dira, bai material aldetik eta baita funtzionalitate aldetik. Korrika egiteko bailarinak? Txirristatik jaisteko gona? Poliesterra material nagusi izaten duten Tul-a edo enkajeak beroa eta azkura ematen dute. Leotardoak erori egiten dira eta ez dute eroso mugitzen uzten. Askotan arropa mota hauek marka komertzialenetan batez ere, oso deserosoak dira. Badaude fabrikatzaile batzuk oso gona eta soineko erosoak egiten dituztenak, baina gutxiengoa izaten da. Horregatik ez dut nahi nire alaba polit janztea jakinda horrek gure gizartean duen esanahia. Ez diot eskatuko platerean dagoena bukatzeko. Ez duzu jan behar goserik ez baduzu. Platerean dagoena

bukatzeak goserik ez duzunean ez du esan nahi jarrera ona duzunik, gehiegi jaten ari zarela baizik. Gure gorputza errespetatzea, behar duena eskaintza da eta ez gehiago. Haur bat jatera behartzen dugunean, ez gara bere gorputza errespetatzean ari. Berak erabaki behar du, bere gorputzeko sentrazioak kontuan hartuz, zenbat jan nahi duen eta zenbat behar duen.

Ez diot eskatuko Irribarre egiteko. Batzuetan ez dugu gogorik irribarre egiteko eta ez da ezer gertatzen. Batzuetan ez dugu nahi atseginak izan pertsona batzuekin eta ez da ezer gertatzen. Oso garrantzitsua da norbera bere emozioekin konektatzea eta hauek errespetatzea. Haurrek zentzu honetan libre sentitu behar dute benetan sentitzen dutena espresatzeko.

Ez diot eskatuko norbaitek agurtzen duenean erantzuteko. Ezagutzen ez dituzun pertsonak ez dituzu agurtu beharrik. Ez duzu zertan jende guztiarekin atsegina izan behar. Emakumeengan besteekin atsegin izateko beharra sustatzen dugu eta honek gure autoestimuan izugarritzko eragina du, besteen mesedera egoteko joera sortzen duelako besteak beste.

Kontziente naiz hemen azaldutako guztia betetzea ez dela erraza izango, gizartearen presioa indartsua delako. Askotan gu ere, emakume bezala, hemen aurretik azaldutako guztian erortzen gara.

Emakume latinoak gure etxean. Eta beren umeak gure eskolan?

Amelia Barquin

Ni bezalakook emakume latinoak nahiago ditugu lanean gure etxeetan. Ni bezalakook diot: klase ertaineko autoktono zuri euskaldunok.

Gure umeak zaintzen, gure etxeko lanak egiten, gure familiaren pertsona nagusiak zaintzen.

Hego Euskal Herrian, ni bezalakook emakume latinoak nahiago dugu etxean, gaztelaniaz dakielako, guk bezala, eta erraz ulertzen dugulako elkar: nikaraguarra, kolonbiarra, boliviarra, venezuelarra... Gainera ia-ia zuriak dira, kultura kristaukoak... Errumaniarra ere erabat gaizki ez. Gure antzekoak dira. Ez badago beste erremediorik, marokoarra edo pakistandarra. Senegaldarra, ez dakit nik ba...

Horregatik etortzen dira emakume gehiago gizonak baino, eta emakume hegoamerikarrak nagusiki. (Ikusi hemen). Nik bezalakook lan mota hori eskaintzen dugulako, eta profil hori eskatzen dugulako. Garai batean Iberiar Penintsulako kolonizatzaileek (nire arbasoek barne ziur aski) menperatutako herri kolonizatu eta pobretuetatik etortzen dira emakume horiek, kolonizatzaileek inposatutako hizkuntzan ondo ulertzen dugulako elkar langileek eta enplegua ematen diegunok (zein baldintzatan?).

Emakume langile horien seme-alabak ere badira gazteleradunak, noski; hegoamerikar askoren etxeko hizkuntza da eta denek dakite. Eskolan, baina, etorkinen seme-alaben gaztelaniak traba egiten duela esaten dugu, giroa erdalduntzeko beste faktore bat dela. Haien gaztelaniak nagusiki egiten du traba, eta ez jatorri autoktonoko batzuen gaztelaniak (eta, orokorrean, gehiago dira klase ertaineko guraso autoktono zuri ez euskaldunak edo euskararekin ez konprometituak).

Eta ni bezalako batzuek nahiagoko genuke ume horiek gure seme-alaben eskolan ez egotea. Edo gure seme-alabak haien dauden eskolara ez bidaltzea. (Gure seme-alabak zaintzen dituzten ama horien



seme-alabengandik aparte). Eta gainera posible da hori egitea, gure hezkuntza sistema dualak (ala diferentzialak?) hori egiten errazten digulako, gehiegi nabarmendu gabe, oso modu naturalizatuan.

Hizkuntza, generoa eta klasea gurutzatzen direnean... Amak gure etxean bai haien gaztelania ondo datorkigulako, seme-alabak gure umeen eskolan ez haien gaztelania ondo ez datorkigulako... Gure kontraesanak dira.

*Lehengusinak dio...

... esajeratzen ari naizela, hori ez dela beti horrela, horrenbeste kasu ez direla egongo, dena bere testuinguruan ulertu behar dela, euskararekiko kezka legitimoa dela... Ñabardura ugari behar dituela nik esandakoak. Hori seguru. Baina ez gaur. Gaur, nik uste dut ulertu dugula elkar.

... eta betiko trollak pozez zoratzen egongo direla, labanak zorrozten... Arranopola. Baina aber, ez genekien zerbait esan al dut, ala?

Amelia Barquinen Kinka blogetik ekarritako testua

Non jarri dezakegu arreta espazio digitaletan?

Jone Ialduegi

Lehenengo eta behin, esan beharra dago hainbat urteetan zehar eta Emoki elkartetik azken sei urteetan, ordu ugari ikasle, irakasle eta gurasoekin egon eta gero, askotan atzemateko zaila izaten dela eta agerikoak ez diren jokabideak izan ahal dituztela haurrak eta nerabeak. Orain, uda heltzear dagoela eta eskola bukatzean ordu gehiago izango ditugula haurren aisialdia antolatzeko eta kudeatzeko, interesgarria litzateke digitalizazioari buruz hausnartzea.

Baina, zertan jarri dezakegu arreta gehiago?

Espazio digitalen erabilera haurrak haien lehenengo gailua eskuratu baino askoz ere arinago hasten da. Gehienetan, txiki txikitatik bideoak eta marrazki bizidunak ikusten dituzte eta askotan bideo-jokoren batera jolasten dute ere, aipatzekoa da edozein momentutan egin dezaketela eta kasu askotan ordu pilo bat igarotzen dituztela pantailaren aurrean.

Honek guztiak garapenean eragin zuzena dauka eta bai neurolinguistikoki bai gorputzean (jarduera fisiko gutxiago egiteagatik, ikusmenean, jokabideetan, etab) eragina izaten ari duela aitortu dezakegu.

Bestalde, kontuan izan behar dugu, gaur egun denetariko informazioa jaso dezaketela bideoen bitartez eta hainbeste aukera daudela horrek haiengan eragin emozional handia izan dezakela.

Haur batek, hainbeste informazio artean, eta bere burmuina garapen prozesuan dagoenean, estres handia sentituko du eta ez badu lortzen aukera horien guztien artean berak nahi edo gustuko duen edozer (denbora gehiago egotea, irabaztea edo berak gustuko duena ikustea) bere frustrazioa handiagoa izan daiteke. Beraz, nagusitzean zailagoa izango da beste egoera batzuetan frustrazio hori kudeatzea. Orduan, zergatik hau diferentea da edo zer topatuko du sarean guraso bezala arduratu ahal diguna?

Giblean esan bezala, interneten bidez informazio asko daukagu eta ezizen edo profil ezezagun baten atzean pertsona bat dagoela ikasi behar dute. Badirudi askotan foko hau galtzen ari dela edo enpatiaren



esanahia ahaztu egiten dugula. Aspaldi jaiok dira “hater” direlakoak eta badirudi onartutzat ematen direla zenbait jokabide. Hala ere, egia da jarrera hauek aurrez aurre askotan ematen direla ere.

Baina ez duguna ahaztu behar, txikiek jendartean eta etxeko esparruan ikusten dutena imitatuko eta jarraituko dutela, beraz, gure magia agente hezitzaile edo guraso moduan egiten duguna izango da eta ez modu kontzientean irakatsi nahi duguna. Horrela, pantailen ikas prozesua sustatzen badugu, haien erabilera etorkizunean ziur egokiagoa izango dela.

Mahai Jolasak ikusmen pertzepzioa lantzeko

Ainhoa Barrenetxea eta Leire Telleria

Ikasketa prozesuan, ikusmena da zentzurik garrantzitsuenetakoa.

Horregatik, ezinbestekoa da ikusmena estimulatzea, eta jolasaren bidez egiten bada, askoz hobe!

Ikusmen-sarrerako trebetasunak (ikusmen-zorroztasuna, fokatzea, bi begien arteko koordinazioa eta begi mugimenduak) behar bezala garatzen badira, ume gehienek esperientziaren bidez hazten diren heinean prozesatzeko trebetasunak garatzen dituzte. Ikusmena ez da begietan gertatzen, garunean baizik. Prozesu neurologiko bat da eta bertan garuneko hainbat eremuk parte hartzen dute. Garunak zentzumenek bidalitako informazioa antolatzen du: ikusmena, entzumen, usaimena, dastamena, ukimena, mugimendua, grabitatea eta posizioa. Zenbat eta esperientzia gehiago izan, orduan eta gehiago ikasi eta garatuko da gure garuna.

Ikusmen terapiako kontsultan, jokoekin lantzen ditugun ikusmen-trebetasunak hauek dira:

- **Ikusmen memoria:** oso garrantzitsua da akats ortografikoak hobetzeko.
- **Trebetasun espazialak:** letren eta zenbakien inbertsioekin, marrazketa eta geometriarekin lotuta dago.
- **3 dimentsioen pertzepzioa.**
- **Begi-esku koordinazioa:** idazketa hobetzeko.
- **Xehetasunak bereiztea eta hautematea:** antzekoak diren hitzak bereiz ditzakegu eta testu batek koma edo puntuak dituen ikusi.
- **Azpi irudia:** ezkutuko objektu bat aurkitzeko eta testu baten ideia nagusia ateratzeko gaitasuna.
- **Begien mugimenduak:** irakurketa eraginkorraren oinarri dira eta arretarekin oso lotuta daude.
- **Fokatze gaitasuna:** urrutitik eta gertutik bizkor fokatzeko gaitasuna. Horrek arbeletik kopiatzeko eta testu bat gertutik ikusteko aukera ematen digu.

Hezkuntzaren eta terapien esparruan eta baita egunerokoan ere, gamifikazioa (jokoak) erabiltzeak onura handiak ditu.



Jolasak ikasketa garapenerako garrantzitsuak dira, gure burua eta autoestimua hobetzen laguntzen dute. Haurrei akatsak egiten utzi behar zaie eta akatsetik ikasten; horrek konturatu gabe pentsatzen laguntzen die. Era berean, narriadura kognitiboa edo memoria arazoak dituzten helduen garuna estimulatzen dute. Jolasak ez dira haurrentzat soilik.

Hona hemen mahai-jokoekin abantaila batzuk:

- Hizkuntza eta komunikazioa garatzen dituzte.
- Soziabilizazioa eta lehiakortasuna hobetzen dituzte.
- Arreta asko lantzen da.
- Arazoak ebazten ikasten dute eta pentsamendu matematikoa garatzen dute.
- Psikomotrizitate fina eta begi-esku koordinazioa estimulatzen dira.
- Behatzeko gaitasuna eta analisisia lantzen dira. Jolas bakoitzaren arauak moldatu daitezke egoera eta pertsona bakoitzaren beharretara.

Jarraian, mahai joko batzuk proposatzen ditugu:

Zentzumen kutxa

Joko sensoriala da, barruan dauden objektuak identifikatu behar dira ukimena erabiliz. Objektua ezagutu ondoren (edo horren berri sortzen dutenean), gainerako jokalariei deskribatu beharko die, zer den zehazki esan gabe.

Tangram

Pieza geometrikoen bidez irudien siluetak sortzen ditu. Ikusmenaren eta espazioaren pertzepzioa modu ludikoan landu daiteke.

Robot face

Bere marrazki eta sinboloen bidez, ikusmen diskriminazioa eta begi mugimenduak, kontzentrazioa, behaketa eta koloreen diskriminazioa lantzen ditugu. Arakatzeko gaitasuna eta erantzun-abiadura ere hobetzen ditu.

Jungle speed

Estimulatzen diren arloak, ikus-arreta, ikusmen-diskriminazioa, malgutasun kognitiboa dira, besteak beste.

Dig up!

Labirintoetatik igaro eta janaria hartzen lehena izan zaitez. Trebetasun desberdinak lantzen dira, hala nola espazialitatea, arreta, ikus-plangintza.

Dobble

Adimen eta ikusmen azkarreko mahai-joko bikaina da. Helburua bi kartaren arteko marrazki berdina aurkitzea da.

Chocolate Fix

Erronka joko indibiduala da. Arrazonamendu logikoa garatzeko ona.

Visual Panic

Joko azkarra, non ikusmen pertzepzioa, azpi-irudia eta ikusmen arreta suspertzen den.

Roll&Play

Jolas dibertigarri honek arlo desberdinak estimulatu ditu: sormena, hizkuntza, motrizitate gordina, koloreak, zenbakiak etab.

Multimatrix

Gaitasun bisual eta kognitibo desberdinak landu daitezke. Periferia, lateralitatea, begi-esku koordinazioa, fokatzea, azpi-irudia eta ikusmen itxiera...lantzeko ezin hobeak dira.

Simon

Memoria jolas klasikoa.

Colour code

Diskriminazioa, azpi-irudia eta espazio-trebetasunak lantzen dira, forma geometrikoetatik marrazki bat osatzeko.

Speed cups

Arreta, abiadura eta trebetasun espazialak beharrezkoak izango dira joko hau gainditzeko. Memoria sekuentziala ere landu dezakegu.

Cucu Tras

Joko honekin ikusmen memoria, diskriminazioa, arreta eta erantzun-abiadura gaitasunak garatzen dira.

Umeei pantailak gehiegi erabiltzean, bisualki prestatuta ez dauden ikusmen-estimulu batzuk ematez gain, denbora kentzen die jolasteko eta mundua bizitzeko, ukituz eta bertatik mugituz, ondorioz ikasteko eta garatzeko aukera kentzen zaie.

“Jolastera animatzen zaituztegu!”

Amatasuna

Idoia Larranaga

Ama izan naizenetik, informazio zurrumbilo baten galduta sentitu naiz.

Haurra jaiotzearekin batera, ni ere ama gisa jaiotzen nintzen, eta haurra bezain hauskor sentitu naiz eta sentitzen naiz askotan. Izugarrizko ardura gisa bizi dut nire haurraren hezkuntza eta hazkuntza, eta horrek asko irakurtzera, sarean hainbat profesional jarraitzera, nire praktika uneoro zalantzan jartzera... eraman nau.

Guzti hau positiboki bizi dudan arren, daukagun informazio jariora izugarrizkoa dela deritzot eta gainera, gero eta polarizatuago dauden posturak nagusitzen direla iruditzen zait, bakoitzak bere ideia sutzuki defendatzen du, bestearena gutxiesteraino.

Hori horrela, anabasa horretan nire ideia eta praktikarekin bat datorren informazioa aurkitu eta berau hobeto nola garatu bilatzen dihardut/dihardugu egunero. Baina, ideiatik praktikarako saltoa ere ez da erreza izaten. Irudi, praktika... ideala saltzen den gizarte honetan, ideia baten bultzatzaileak zeinen ondo egiten duen erakusten du, baita besteak, eta besteak, eta besteak... Eta zu irudi eta praktika ideal horietan sinesten, praktikara eramaten saiatzen zara, baina ez zaizu horren ondo irteten, eta hor datoz errealitate kolpeak, ezinak, urduritasunak...

Eta zurrumbilo hori nahikoa ez balitz, badatoz inguruko epaiak ere: "Horrela jantziko duzu?" "Oinhutsik dago txikia, hoztuko da" "Zergatik ez dizkiozu zapatilak jantzen?" "Guk X egiten genuen eta ez zarete geizki hazi". Ez omen dituzte nahita edota helburu horrekin egiten... baina ezina handitu besterik ez dute egiten.

Eta gutxi ez balitz, zure egiteko modua gutxietsi eta beraiena gailentzen dutenak ere badaude, zure haurrari X ez egiteko edo zuek X modura funtzionatzen duzuela aipatu eta beraiek (zure haurrarekin) nahi dutena egiten jarraitzen dutenak ere. Edota ezer galdetzeke, beraiek nahi dutena



egiten dutenak ere (aurreko baten nire haurrari eskura goxokiak eman zizkion emakume batek, nik ezetz eta kendu egin behar izan nizkion...imaginatu emakumearen mespretxu aurpegia, haurraren haserrea...). Momentu horietan bi aukera daudela sentitzen dut nik: isilik geratu eta zure ezinegona handitu edota mugak jarri eta beste helduarekin, eta batzutan zure haurrarekin, konfrontazioan jarri. Zaila den arren, nik mugak jarri izan ditudan egoerak baloratzen ditut, nire buruarekin lasai gelditu naizelako. Mugak jarri ez ditudan horietan nire kulpa sentimendua handitu besterik ez baita egiten, kulpa, haserrea, ezinegona...

Eta guzti honekin...zer egin? Erlatibizatzen saiatu... Zure haurrarekin nola esku hartuko duzun hausnarketa horretan jardun, moldatzen, erabakitzen, frogatzen... psikomotrizitateko ikasketetan esaten ziguten bezala "Suficientemente buenas" izango garela onartu, ezin dela dena ondo egin (eta eskerrak!). Eta gozatu, haurraren etapa, konkista, ezinegon, erronka...guztiak eta baita zureak ere.

Haurtzaro gero eta ergelagoa?

Ausma Agkora

Azken hilabete hauetan hainbat ikerketek aipatu eta agerian utzi dute haurtzaroan “pantailak” izan eta dituzten ondorio kaxkarrak, kasu batzuetan latzak.

Ikerketa hauetako batek bereziki aipatzen ditu komunikazio trebetasun eta motrizitate finean hurrek izan ditzaketen atzerapenak.

EEBBetako Osasun zuzendari orokorra den Vivek Murthy berak, agerian utzi du kezka, eta Haur eta nerabeen buruko Osasuna babesteko neurriak har daitezela eskatu du.

Munduko Osasun Erakundeak (MOE), haurren lehen urtean pantailen aurrean babesteko eskatu du, eta aldi berean telebista mugatzeko. Bi eta lau urte artean berriz, gehienez ordu beteko erabilpena aholkatzen du. Agian, beste kasu batzuetan lez, “teknologia enpresen” diru laguntzaren bat edo beste jaso izan dute halako zerbait esateko, errealitateak erakusten baitigu adin horretan ere pantailengatik babestu behar ditugula haurrak.

Guraso.eus euskarririk ere behin baino gehiagotan aipatu da esparru desberdinetan dugun kezka: hezkuntza, osasunean, giza zerbitzuetan, familietan, ...

Kontua da, ikerketa horietan oinarritzen diren beste ikerketa batzuk zera ondorioztatzen dutela: lehen aldiz, datorren belaunaldia oraingoa baino maila intelektual baxuagoa izanen duela.

Idea edo hipotesi hauetaz ibili naiz pentsatzen eta ondoren kontatuko ditudan hainbat gertaera direla eta, hipotesi berriak sortu zaizkit.

Baga:

Herriko jaietan ospetsua den “Gorgorito” ikustera joan ginen bilobekin. Bidean gindoazela bi aita ikusi nituen trastez kargaturik. Antzerkia izen behar zen lekura heltzean, trasteak ateratzen hasi eta ulertu nuen: beraiekin zihoazen lau haurrentzat eserleku



erosoak zeramatzen. Hurrek izanen zituzten 7-8 urte, baina beraiek ez zuten deus eraman. Bi aita hauen artean dena montatu ondoren, haurrentzat ur botilatxoak esku-hozkailu batetik atera eta eman zizkieten. Ondoren, hurbileko taberna batetik, haur bakoitzarentzat kroketa txiki kutxatxoak. Eta horrela, eroso baino erosoago, “Gorgorito” ikusi zuten.

Biga:

9 urteko mutikoa igerilekuan sartu aterean jolasten. Aita, ondoan. Sartu-atera hauetako batean txankletak belartxo batzuek “zikindu” zituen. Ateratzeko ordua iritsi eta mutikoak aitari eskatu zion txankletak garbitzeko. Aitak, berak garbitu ahal zituela. Mutikoa, garraxi batean, aitak garbitzeko. Aitak orduan kubo txikia piszinako urez bete, eta txankletak garbitu zituen.

Higa:

Plazako taberna bateko terrazan familia hurrekin eserita. 10 urte inguruko neskatxak txikle batzuk nahi zituela. Plazan bertan, tabernako terrazatik 15 metrotara (pausuak kontatu nituen) litxarkeri dena. Aita ama, ea nork lagunduko ote zion hitz egiten. Azkenean, aitak lagunduko zuela. Aita-alaba, 15 metroak egin eta txikleekin segituan etorri ziren.

Hau da, pantailak izan ezean, helduak izanen bagina lehen aipaturiko maila intelektual eskasagoaren arduradunak?

Kasu guzti hauen aipamenaren atzetik (eta udan gehiago ikusi ditut) elementu komuna aurkitzen dugu: GEHIEGIZKO BABESA.

Gehiegizko babesa zera litzateke, beraien (haurren) gaitasunak kontutan ez hartzea, eta haiek bere kabuz egin ahalko luketen hori guk beraien ordezkari egitea.

Hemen ohar garrantzitsu bat:

Egin ahal duten ekintza hori beraien ordezkari egitea bezain txarra da egin ezin duten hori beraien kabuz egiteko eskatzea

“Nik zure ordezkari egingen dut” horren atzetik bada beste mezua: zuk ezin duzu, zu ez zara gai. Eta mezu horrek badu eragin zuzena auto-estimuan, harremana mesfidantzaz sostengatzen baita, ez uste onean. Ez dugu haurra ahaltasunez ikusten, mugaz beterik baizik, eta horrek ekarri ahal du haurrak berak bere burua honela ikusteak.

Zergatik halako usteak? Badirudi oraingo jendartea etsai moduan bizi dugula, eta guraso lez, etsai horretatik babestu nahi ditugula gure haurrak. Izan daiteke hau herrialde “garatuetan” sortutako joera izatea.

Bada zabalduko beste uste bat ere, haurrek bizi duten esperientzia orok “trauma” sor diezaiekela. Ondorioz, haurren arteko gatazketan helduak sartzen garenean, haurrei gatazka beraien artean konpontzeko aukera ukatu egiten diegu, momentuan “babestu” ditugula sentituz, baina luzarora begira, konponketa baliabideak garatzeko aukera mugatuz.

“Trauma” beldur horrekin jarraituz, batzuetan haiekin (haurrekin) haserretzeko beldur gara. Lehenik eta behin esan beharra dago ez garela makinak, sentimenduak ditugula, eta ondorioz, haserretzeko eskubidea dugula:

Arrazoa izanda, edo izan gabe ere. (Kasu hauetan, azalpena eman ez zenutela horrela jarri nahi, edo barkamena eskatuz, edo...).

Beraz, haurrekin, gure jarrera ez da bizitzatik “babestea” izan behar, bizitzaren aurrean baliabide propioak garatzen laguntzea baizik, behar gaituzten momentuetan hor gaudela erakutsiz. Horretarako haurren autonomia sustatu beharko genuke eta ez hau kamustu.

Egoera berriak sortzen direnean, adibidez, eskolatik etxera bakarrik joatea, alde aurretik simulazioa egitea egokia da: berarekin joan, arrisku posibleak aurreikusi, laguntza non eskatu, etab. Honek ziurtasuna eman, eta ondoren, beraien ahalmenean sinesten dugula sentituko baitute.

Beraz, datorren belaunaldiaren ergeltze maila, agian ez da horrenbeste pantailen erruz, eta bai helduon eraginez.

Espero dezagun garaiz aldatu eta haurtzaroaren gaitasunetan gehiago sinestea, ondorioz baliabideak garatzeko baitituzte bizitzari aurre egiteko, eta aldi berean, haurren autoestimua indartuko dugu.

Adimen gaitasun handiko seme-alabekin sintonizatzen

Amaia Agiriano

Hainbat guraso eta adimen gaitasun handiko haur eta gazte ikusten dut astero-astero kontsultan. Bakoitza bere bizipen eta zailtasunekin inguratu ohi da, baina, bada esaldi bat, sarritan entzuten dudana: “nire gurasoek ez naute ulertzen”.

Uste dut denok izango genuela egunen batetan horrelako sentazioen bat; nik bai behintzat. Baina, gogoratzen dudana, momentu hori baino, behin ulermena eta onarpena jasotakoan, nola sentitzen nintzen da: babesean, itsasoaren zakarralditik kai segurura sartu den txalupa txikia bezala. Lasaitasuna, alaitasuna eta harrotasuna, denak batera bizi nituen. Pozik nintzen ni neu izatearekin, eta, itsasoa baretu orduko, berriz nabigatzen irtetzeko gogoia pizten zitzaidan. Banekien, behar izanez gero, kaira bueltatu ahal izango nintzela.

Abraham Maslow-ren (1943) motibazioaren teoriaren piramidean azaltzen den eran, gizakion lehen motibazioa gure behar fisiologikoak (arnastea, jatea, edatea, atsedena, ...) asetzea da. Ondoren, babesa eta segurtasuna bilatzen ditugu; eta, behin hau beteta, atxikimendua (adiskidetasuna, gizartean parte-hartzea, ...), gizartearen onspena eta autoerrealizazioa. Beharrok aldi berean ere eman daitezke, baina ase artean, aurrenengoek garrantzi handiagoa izango dute azkenengoek baino.

Beraz, gure neska-mutilen ongizaterako, segurtasun eta babesak izugarritzko garrantzia du. Ikus dezatela ulertzen ditugula, maite ditugula eta behar dutenerako alboan izango garela. Horretarako, aurreko artikuluetan aipatu ditugun hainbat ezaugarri aintzat hartu beharko ditugu. Besteak beste, beren adinkideek baino adin mental handiagoa izan ohi dutela, sentiberatasun, intentsitate emozional, justizia-sentimendu eta enpatia handikoak izan ohi direla, eta, asko, baita perfekzionistak ere. Horiek horrela, batzuetan heldu batekin hizketan gabiltzala emango du, nahiz eta beste une batzuetan oso haur agertu; beren adinkideekin harreman sendoak eraikitzeko zailtasunak izan ditzakete; guretzat txikikeriak diren kontuak berentzat oso garrantzitsuak izan daitezke; injustiziengatik asko sufri dezakete; txikitan normalean baino kezka eta beldur handiagoak izan ditzakete; beren helburuak



espero ez bezala irtetzean asko sufritu ohi dute eta, gehienetan, zer gertatzen den jakin gabe, ezberdin sentitu ohi dira. Era orokor batetan esanda, tankera horretako errealitate batetan uler ditzakegu, nahiz eta bakoitzak bere berezitasunak izango dituen.

Hala ere, nahiz eta ezaugarriok ezagutu eta kontutan hartu, gure seme-alabekin elkarriketa eta hartu-eman korapilatsuak sortzen dira maiz. Holakoetan, lagungarri gertatu ohi da egoera horietan gu geu nola kokatzen garen aztertzea. Izan ere, adimen gaitasun handia edo beste behar bereziren bat duten neska-mutilekin sarri gertatzen da fokua beren gainean jartzea eta edozein “gatazka” edo “arazo” beren ezaugarri espezifikoaren kausa edo ondorio dela pentsatzea. Fokua guregana ere biratzen badugu ordea, elkar eragiten dugula ohartuko gara.

Eric Berne-k garatutako analisi transakzionalaren teoriak azaltzen duen eran, pertsona bakoitzaren nortasunak hiru estadio ditu bere barnean:

1. Ni Aita (edo Ni Ama): maileguz jasotako jarrera bat da; haurtzaroko heldu bat imitatzen duena.
2. Ni Haurra: iraganeko emozio bat errepikatzen duenari esaten zaio; antzinako jarrera bat bizi du.
3. Ni Heldua: bere jarrera, sentitzen duena eta pentsatzen duena bat datoz orainarekin, kanpo eta barru errealitatearekin.

Eta, egoera bakoitzaren aurrean, jarrera hauetako bat gailendu ohi zaigu. Zenbat aldiz hitz egiten diegu gure seme-alabei gure guraso edo inguruko helduek guri egiten ziguten bezala, nahiz eta modurik egokiena ez dela ohartzen garen? Zenbat aldiz irteten dugu geure



onetik, txikitzen egiten genuen antzera, eztanda eginda? Irakasleei formakuntzetan azaldu ohi diegan bezala, “gatazketa” fokua haurraren jarri beharrean guregan jarriko bagenu, azkar konturatuko ginateke Ni-rik egokienean dihardugun edo ez. Horrela, Aitziber Ayestak (2023), honako galdera hauek proposatzen dizkigu zein estadiotatik jardun ohi dugun aztertzeko:

1. Autoritarioa naiz oso? Aginduak ematen ditut etengabe? Besteek zer egin behar duten agintzen dut?
2. Emozioek gailentzen naute? Emozioek ez didate errealitateara egokitzen uzten?
3. Seguru sentitzen naiz? Konfiantza dut? Nire beharrak lasai adierazten ditut? Besteena jasotzera irekitzen naiz?

“Besteena jasotzera irekitzen naiz”; zein esaldi handia. Carl Rogers-en hitzetan bestea ulertzeak aberastu egiten gaitu, bestearen erreferentzia-esparruan sartzeko eta bizitzari buruz duen ikuspegia ezagutzeko aukera ematen digulako, baina, era berean, bestea ulertzea arriskutsua izan daiteke, aldatu egin baikaitzake, eta aldaketan aurrean, denok sentitzen dugu beldurra.

Zenbat aldiz “ulertu ditugu” gure seme-alabak geure begietatik? Geure aurreiritzi eta usteetatik?

Lehenengo gu geu Ni Helduan kokatzen bagara, orduan eta irekitasun handiagoa izango dugu gure seme-alabak benetan ulertzeko. Gainera, Rogers-ek zioen bezala, zenbat eta irekitasun handiagoa izan gure eta bestearen errealitatearekiko, orduan eta behar gutxiago sentitzen da “gauzak konpontzeko”.

Ohartzerako, sintonian gaudela konturatuko gara, eta txalupa txikiak kai segurua dutela gudan, non geroz eta urrutiago nabigatzeko atsedean hartu ahal izango duten.

Bibliografia:

Ayesta, A. (2023). *Habiatik hegan. Bizi maitasuna hezkuntzan. Elkarrekintzan norbera ezagutzeko eta bestearekin bizitzeko.*

Chandezon, G. eta Lancestre, A. (2022). *El análisis transaccional.* Morata.

Pezzano de Vengoetxea, G. (1999). Rogers. *Su pensamiento profesional y su filosofía personal.* <https://www.redalyc.org/pdf/213/21300705.pdf>

INTIMITATEA : pornografia eta adimen artifizialaren esku dago?

Jone Ialduegi

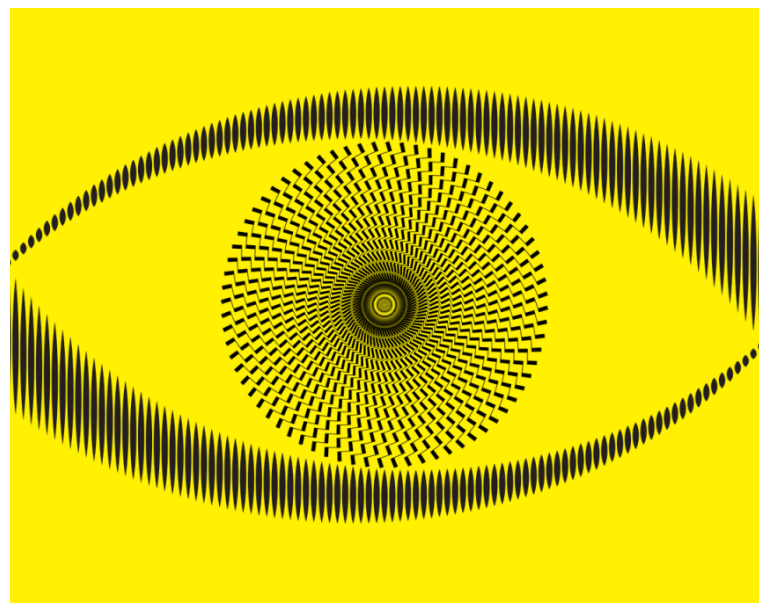
Nerabezeroaren ezaugarri nagusietako bat, familia edo gurasoengandik aldentzea da, alderdi edo talde sozialak eragin eta indar handiagoa bereganatuz. Nerabeen artean komunikatzeko eta harremanak sortzeko, sare sozial desberdinak erabiltzen dituzte, batzuk gurasoentzako ezagunak izan daitezkeenak eta beste batzuk ezezagunak.

Alderdi teknologikoarekin, beste alor batzuekin gertatzen den bezala, oso garrantzitsua izango da momentu hori iritsi baino lehenago gurasoek egina duten lan hezitzailea. Eta beraz, sare sozialetan aurkituko dituzten arrisku eta gatazkei aurre egiteko tresna eta estrategiak aurrez erraztu behar dizkiegu.

Guraso bezala onartu behar dugu ez dugula gure alaba semeek egingo duten guztia jakingo. Baina tresna digitalak erabiltzeko ohitura osasuntsuak ezarri ditzaizkegu etxean, eta komunikazioa sustatuz arduratzen gaituzten gaiak jorratu ahal ditugu haiekin.

Nagusitzen doazen heinean, autonomia garatzen lagundu behar diegu era progresibo batean, haien espazioa errespetatuz baina arazoak dituztenean beraien ondoan egoten eta laguntza eskatzea errazten. Arrisku konkretuei dagokienez, sare sozial guztiek amankomunak izan daitezkeen kalteak dituzte; hala nola, pribatutasun galera, gehiegizko erakusketa, autoestimua eta autokontzeptu arazoak, osasunerako kaltegarriak diren ekintza eta ideien imitazioa, .etab. Eta hau guztia aztertu eta gero, begirada azken boladan intimitatearen urraketan eta argazki edo bideoen manipulazioan jarrita dagoela esan behar dugu. Normala da, gure intimitatea garrantzitsua da eta bakoitzak ezarri beharko luke noraino babestu nahi duen.

Bizitzako alor desberdinetan ez daukagu ulerkera berdina intimitateaz; hala nola, gorputzaz hitz egiten dugunean eta gorputz biluztuaz zehatzago, berriz zeozer kolokan jartzen zaigu. Ez dugu gorputza modu naturalean bizi, oso zaila da gorputz biluzia



erotikarekin zuzenean ez lotzea.

Eta zergatik interesatu ahal zaigu hau guztia berrikustea?

Agian, hainbeste hitz egiten dugun askatasuna lortzeko lehen pausua izan daiteke. Guk haur eta nerabe aske eta autonomoak hezi nahian gabilta, baina guraso bezala mito eta tabu ezberdinak berreraiki beharko ditugu, bestela, hauek errepikatuzera kondenatuta egongo gara.

Sexting-a, adimen artifiziala erabiliz eragin dezakegun manipulazioa, pornografia, etab, askotan, ispilu berdinen aurpegiak dira. Alde batetik beldurra eta arriskuei lotuta dagoena eta bestetik gozamina eta plazerrari lotutakoa.

Baina, orduan, zer egin dezakegu guraso moduan? Legeak erregulatu, ezagutu eta beharrezko badira erabili beharko ditugu, baina kontuan izan legeak ez gaituela babestuko alderdi askotan. Adibidez, gure bideo edo argazki bat zabaldu bada eta horrek berriz sortu duen guztia kudeatu behar dugunean edo gure argazki (edo bideoa) hori berreskuratzea nahi dugunean.

Sortutako kalte emozionala zaindu beharko dugu, eraso sufritu duen haur edo nerabea babestuz eta gure esku ditugun aukerak eskainiz, erreparazioarako bide hori egin ahal izateko.

Gure alaba edo semeak ezagutu, baina beraien espazioak zapaldu gabe. Askotan, gurasoen papera zain egotea izango da, behar gaituztenerako prest egotea. Momentu hauetan guraso bezala ditugun beharrak

entzutea garrantzitsua izango da, baina seguraski haur edo nerabea hau guztia jakin gabe. Beraz, inbaiditu gabe laguntzea eta adi egotea izango da askotan gurasoen papera.

Aukeraketa egokiak egiten laguntzea garrantzitsua izango da, testuaren hasieran esan bezala, lanketa hau haurrak direnetik egin beharko dugu eta jarraipena edukiko du handitzen doazen bitartean. Dena den, pisu pixkat bat kendu beharko genuke gainetik ere.

Kontrolatzaileak ez diren pertsonak hezi nahi baditugu, guraso moduan ditugun jarrerak ere aztertu beharko ditugu. Guk eskaintzen diegun eredia kontrolatzaile hutsa bada, nola jokatuko dute haiek beste pertsonen intimitatearekin?

Indarkeria Obstetrikoa

Aiora Beristain

Bai, nik ere jasan dut indarkeria obstetrikoa.

Hilabete asko daramatzat gai honi bueltaka; nik bizi izan nuena ea indarkeria izan zen edo, besterik gabe, profesional desatseginen bat edo beste tokatu zitzaidala erabaki ezinda.

Gauza bat da norbere inguruan komentatzea erditze txarra izan duzula, zelako txarto tratatu zintuen emaginak edo zelako mina eman zizun ginekologoak Kristeller-en maniobra egiterakoan. Baina neuk ere ez al nuen zerbait gaizki egingo? Ez baldin bazitzaidan ondo iruditu, zergatik ez nuen ezer esan?

Hirugarren umearen erditzearen ostean, hilabeteetan izan nituen etxean erreklamazio orriak. Aspaldi bota nituen edukiontzi urdinera.

Bikien erditzearen ostean, hori ere ez. Erreklamazio orriak ere ez nuen eskatu.

Nola ba? Eurei esker gaude osasuntsu. Eurei esker gaude bizirik. Laurok.

Baina dena justifikatzen al du horrek?

Bikien erditzean 13 pertsona zeuden erditze gelan. 13. Eta umeen aita, pasiloan utzi zuten. “Jantzi honako hauek eta oraintxe bertan abisatuko dizugu erditzera sartzeko”. Bera ez, beste 13 pertsona zeuden barruan. Bigarren umeak ez zuen atera nahi eta zesarearen mamua zegoen hor. Bat-batean, ginekologo baten ukondoak izugarritzko mina eman zidan saihetsetan eta, noski, garraxi egin nuen.

“Neri ez atera horrelako zaratarik”.

Hori esan zidan.

Umeak inkubagailura eramane zituzten eta oso ahul nengoenaren aitzakiarekin, hainbat ordutan, ordu gehiegitan, ez zidaten utzi eurengana joaten. Informaziorik ere ez ziguten ematen.



Inkubagailuan zeudela, erizainaren konplizitatearekin hartzen genituen besotan, azala azalaren kontra jartzeko, gaua ospitalean bakarrik pasatzen zuten geure umei, goxo-goxo abesteko. Zerbait txarra egiten ariko bagina bezala. Umei “de usted” hitz egiten zien pediatriari, guri tokatu zitzaigun pediatriari, umeak zer moduz zeuden galdetu eta “usted aprenda a cuidar de sus hijos que yo ya me encargo de cuidarlos” esan zidan pediatriari, ez zitzaiolako gustatzen umeak gurasoen besoetan egotea.

Umeak ospitalean utzita, anemiarekin, etxera bidali ninduten. Egunero, esnatu orduko ospitalera. Goizeko bederatzietatik gaueko hamaiketara ospitalean. Gauero, umeak han utzita, etxera.

Egunen baten beranduxeago helduz gero, biberioa eurek emanda zeukaten.

Inkubagailuen ondoan eserita, begiak itxiz gero, han ezin dela lorik egin entzuteko. Eta abar. Eta abar.

Eta abar, haurdunaldian zehar bizi izandako biolentzia.

Eta abar, erditzean.

Eta abar, inkubagailuan zeuden bitartean.

Eta berriz haurdun. Ze poza. Bakarra dator oraingoan. Zelako ondo, oraingoan beste ospitale batean izan ahalko dugu. Hurbilagokoa dena. Dena lasaiago. Dena errespetatuago.

Hasieran bai. Txanda aldaketan emagina aldatu arte. “Horrela erdituko zara? Minez?” Mespretxuz igo zidan epiduralaren dosia, goteotik, eta listo. Minik ez. Erditzerik ere ez. Guztia geldituta. 10eko dilatatuta.

Jo genuen txirrina eta esan genion, han jada ez zegoela mugimendurik eta berak ezetz. Zer jakingo genuen guk. Makinak markatzen zuena ez zirela kontrakzioak. Berak ez zekiena zen, guk, zoritxarrez, asko genekiela makina hari buruz.

Eta errua nirea, noski. Horrela jarraitzen banuen, zesarea izango zela.

Eta horrela izan zen, baina ez nire erruagatik, noski (nahiz eta berak horrela adierazi).

Oraingoan ere eta abar. Eta abar.

Hauek nire “anekdotak” dira. Niri gertatuak. Eta abar askorekin.

Eta abar horiek guztiak indarkerria dira.indarkeria obstetrikoa. Ziur.

Guk ez genuen salatzeko indarrik izan. Ospitaletik irtetzean eskatu genituen erreklamazio orriak edukiontzi urdinean daude. Baina zorionez, zenbaitek guk baino indar gehiago izan dute eta jasan duten indarkeria salatu dute Europako epaitegietan eta komunikabideetan zabaldu (<https://guraso.eus/author/nalkorta/> <https://www.txalaparta.eus/eu/liburu-denda/egileak/estitxu-fernandez-maritxalar.>) Horri esker, izena jar diezaiokegu jasan genuenari.

Bide batez, eskerrik asko lehenengo erditzean izan nuen matronari. Eskerrik asko bigarren erditzean zesarea egin zidan ginekologoari. Eskerrik asko erditze-osteetan lagundu ninduten erizainei. Eskerrik asko nire seme-alabek gero izan dituzten pediatrei. Bihotzez, barru-barrutik.

Gutxi batzuk egindako indarkeriak ezin dituelako guztiak saku berdinean sartu. Eskerrik asko goxo artatu(tzen) gaituzuen guztioi.

Ahalduntze kolektiboa

Maidor Garcia De Vicuna

Uda amaitu da eta berarekin herri eta hirietako jaiak. Ederki pasa dugu gehienok, baina ez guztiok. Gozatzeko egunak eta esparruak direnak, leku nazkagarri eta itogarriak bihurtu dira neska batzuentzat, baita maskulinitate normatiboarekin bat egiten ez duten mutil batzuentzat ere, mota ezberdinetako erasoak jasan baitituzte.

Emakumeon eta LGTBIQA+ kolektiboaren ahalduntzea ezinbestekoa dela argi dut eta, batzuetan zalantzak baditugu ere, emaitzak ikusten ari gara. Askok izan gara gure bizitzan zehar egindako parrandetan ukituak jasan ditugunak, parranda egin eta baten batek gure ipurdia inolako baimenik gabe ukitzea ohikoa zen, hain normalizatua genuen, parrandaren planean sartzen zen zerbait nazkagarri bezala barneratua genuela. Desio heterosexuala ez zuten pertsonen irainak, begirada itsusiak edota eraso fisikoak jasotzea ohikoa zen eta sufrimendu hori bakoitzak bere etxera eramaten zuen, isilean.

Gaur egungo neska askok ez dute bere gorputza ukitzea onartzen, ezta hau jasatea normalizat hartzen ere, mugak jartzen dituzte, protesta egiten dute, laguntza eskatu, salatu batzuetan...eta ingurukoek ere honekiko begirada aldatuz joan gara. Lehen normaltasun horren baitan deseroso sentitzearen enpatia pizten zitzaigun, baina gutxitan aktibatzen ginen hori gelditzeko. Berdin homofobia eta transfobia erasoekin.

Gaur egun aldiz, egindako ahalduntze eta sentsibilizazio lan guztiari esker, gutako bakoitzak gure eskubideak zeintzuk diren argiago dugu eta besteekiko errespetuan oinarriturik, gutako askoren begirada aldatuz joan da. Arazoa ez da erasotua izan denarena, arazo sozial bat dugu, ez da pribatua, kolektiboa baizik.

Askotan talde bakoitzaren borroka ezberdina dela dirudien arren, etsaia berdina da: sistema patriarkala. Patriarkatua gizarte-sistema bat da, non gizonak lehen mailako boterea duten eta nagusi diren lidergo politikoaren, autoritate moralaren,



pribilegio sozialaren eta jabetzaren kontrolaren roletan. Eskala horretan, gizonak goi-mailan egongo dira, baina heteronorma betetzen ez duten gizonak beherago egongo dira. “Benetako” gizona ez bazara, emakumeak bezain baliogabea zara. Logika horretan, diskriminazioa jasango dugu, gure eskubideen urraketa, gurekiko bortizkeria...

Kolektibo ezberdinen ahalduntzea ezinbestekoa bada, ezinbestekoa izango da ere pribilejiodun egoeran daudenak eta potentzialki diskriminatzaileak izan daitezkeenak egoki hezteak. Umeak txikitandik ikasi behar dute izakion aniztasunaren balioa, gorputz, desio, izaera ezberdin guztiekiko errespetua eta ez dagoela pertsonarik munduan bestea baino baliotsuago izatez.

Pertsonen balioa eta pribilegioen injustizia landu behar ditugu etxetan, aniztasuna, errolak...eta bereziki, maskulinitate eredu suntsitzaileekin amaitu behar dugu.

Ziur naiz alabak dituzuenak ahalduntze lan hori egin duzuela etxean, baita seme ez-normatiboak dituzuenak ere, baina gure semeak errol tradizionalekin hobe enkaxatzen dutenean, indar berdina jartzen dugu bere gizontasun ez-erasotzaile, enpatikoa, errespetuzkoa, ez diskriminatzailea... ahalduntzen? Konziente gara, hori lantzen ez badugu, nire semea erasotzaile bilakatu daitekeela?

Aldaketa nabaria da, erasoen aurreko jarrerak asko aldatzen ari dira, herri erantzuna gero eta argiagoa da, baina ez ahaztu patriarkatuaren besoak luzeak direla, guztia inguratzen dutela eta eguneroko lana dela bera

suntsitzea. Kontrapisuak etengabe jarri behar ditugu. Suntsipen hori benetakoa izateko, gure diskurtsoak baino, gure ekintzak izango dira seme-alaben erreferente, beraz gure hitzak, jarrerak, hezteko moduak...birpasatu, birpentsatu eta birregin beharko ditugu alde guztietako ahalduntze positiboa sustatzeko.

Erditu berri diren amen buru osasuna

Leire Eliezarraga

Erditu berri diren amen buru osasunari dagokionez, gaur egun naturalizatu egin da erditze osteko depresio-egoera, honako adierazpen hau erabiliz: “normala da sentitzen duzuna, erditzeondoko depresioa duzu”. Ohikoa da hori. Baina kontuan izan behar da egoera hori erditu ondorengo lehen hilabeteetan bakarrik gertatzen dela. Antsietate- edo tristura-egoera bat luzatzen denean, antsietate- edo depresio-koadro bati buruz hitz egin daiteke, eta artatu egin behar da (Paricio del Castillo eta Polo, 2020).

Estresa, antsietatea edo depresioa eragin dezaketen faktoreak asko dira baina, batez ere, ama egoera gainditzeko gai ez denean agertzen dela esango genuke, bai haurdunaldian, bai erditu ostean.

Egileek hainbat faktoreri buruz hitz egiten dute haien arrazoiak ulertu ahal izateko, eta, hala, Chaves et al., (2021) autoreak adierazten du haurrari erabateko arreta emateak gizarte-euskarri egokirik gabe eragin negatiboa izan lezaketela emakumearengan, eta, horrela, eragin negatiboa izan lezakeela ama-haurtxoenganako erlazioan. Horrekin, Henshaw et al. (2018) ziurtatzen dute ama seguruago sentitzen dela informazioa badu, baina adierazten dute, halaber, batzuetan informazio gehiegi edo informazio zehatz batek antsietatea sor dezakeela amarengan ere.

Aldiz Leahy Warrenek (2005) dioenez, gaur egun amak prozesu hori esperientzia pertsonal egokia izatea nahi du, ez bakarrik haurra zaintzeko etapa bat, eta, beraz, askotan, horrek desoreka eragiten du bere amatasuna izango zela uste zuenaren ideian eta talka egiten du egunerokotasuneko neke fisikoarekin, loa eteterekin, haurraren osasunarekiko kezkekin eta zaintza-lanez betetako eguneroko errealitatearekin. Amatasunarekiko espero dena eta benetako esperientziaren arteko desadostasunak kudeatzen jakitea erronka garrantzitsua da amentzat (Henshaw et al., 2018). Horretarako, autoezagutza tresna ahalduntzailea da, bizi izandakotik sortzen dena benetan ezagutzea funtsezkoa baita idealaren eta benetako amaren arteko distantzia murrizteko (Paricio del Castillo eta Polo, 2020).



Txinako Zhenget al. (2018) azterlanean ikusi zen haurren aldagaiak (haurtxoaren generoa, haurraren osasuna eta izaera) amaren osasun mentalean ere eragiten zutela eta antsietate- edo depresio-koadroak sortzen zituztela. Baina horiez gain, gizarte-testuinguruaren aldagaiak ere eragina zutela ikusi zen, hala nola gizarte-laguntzak eta familiarren diru-sarrerek. Azterlan horretan ondorioztatu zen gizarte-babesa faktore garrantzitsua dela amaren autoeraginkortasun-sentsazioan. Ikasteko moduko erreferenteak izateak laguntza handia ematen zien amei, eta horrek eragin positiboa zuen haien autoeraginkortasun-sentsazioan.

Horrekin, ama eta haurra depresio horretatik babesten dituzten faktoreak daude. Batetik kalitatezko senar-emazteen arteko harremana, hau da, amak bikotearengan bilatzen duen laguntza, honek ama babesten baitu depresio bat garatu ahal izatek eta bestetik, jaioren aurreko atxikimendua zenbat eta handiagoa izan, orduan eta depresio-arrisku txikiagoa, izan ere, horrek baliagarri eta beharrezko sentitzen laguntzen dio amari.

Azkenik, bere amaren eta aitaren arteko harreman onak laguntza ematen dio amari ere. Horrekin guztiarekin esango genuke etapa honek zaintza-lanen kalitatea behar duela (Correa et al., 2017). Horregatik, etapa honetan lan emozionala garrantzitsua da (Glavin et al.,

2017). Laguntza hori psikologikoa, soziala eta hezitzailea izan behar da. Horrekin, hausnarketa sakona egin behar da, amaren osasun emozional, fisiko eta mentalak eragin zuzena baitu haur jaioberriaren osasunean.

Ama sareak edo bizitza eusten duten sareak

Nakia Alkorta

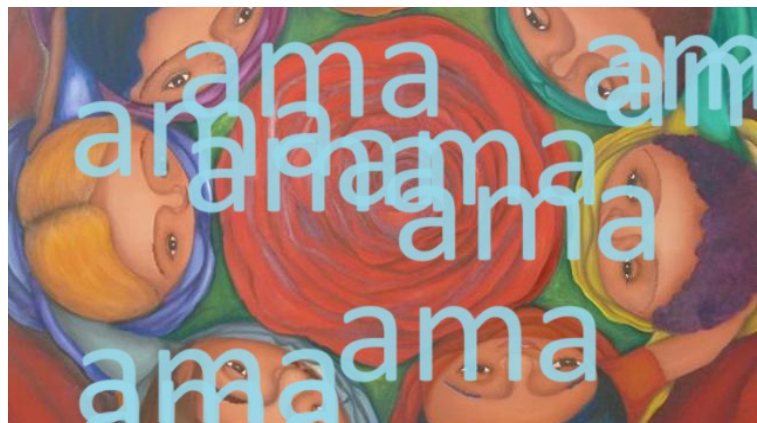
11 urte dira lehen erditze osteko zuloan argi izpiak somatzen hasi nintzenetik; indarkeria obstetrikokoak utzitako zauri sakonak nireak soilik ez zirela ikusi eta nire azpian sareak sentitu nituenetik; bizitza salbatu zidaten sareek heldu nindutenetik.

Bakardadea, beldurra, mesfidantza eta min sakona sentitzen nuen unean iritsi zen nigana El Parto Es Nuestroren hazia izan zen Apoyocesareas posta zerrenda. Emakumeak euren esperientziak partekatzen eta elkar babesten eta sareak sortzen ari ziren espazio birtuala. Egun batzuez isilik besteak irakurtzen egon ostean egin nuen lehen kukua eta berehala heldu ziren maitasun eta aitortza mezuak. Nire sentimendu ia guztiak ulertuak ziren espazioa zen, baldintzarik gabeko espazio segurua. Eskerrak! Han sentitu nuen lehen aldiz, akaso ez nengoela zoroa...

Ordutik, ama sareetan kulunkan jarraitzen dut apur bat zulorantz sentitzen dudanean nire burua eta argirantz begira nagoenean, aldiz, ama sareen ertz bateko hari muturra gogor tenkatzen saiatzen naiz behar duen oro kulunka dadin.

Ziurrenik gure amonek sare antzekoa sentitzen zuen auzoko emakumeekin etxe atarian eserita ordu luzez aritzen zirenean... eta gure birramamek ahizpa, izeba eta amarekin baserrietan artoa aletzen kantuan igarotzen zituzten orduetan... Eta orain? Kapitalismoak apurtu nahi dizkigu sareak. Autoerrealizazioz mozorroturiko prekaritateak garamatza lana eta zaintzaren oreka ezinezkoetan dantza egitera oinak su gainean eta haurrak besoetan ditugun bitartean. Ez gara fio bizilagunaz, ez gara lagunei laguntza eskatzeko gai ahul garela usteko dutelakoan eta ezinezkoa da atarian eseritzea albokoa noiz etorriko zain...

Inoiz baina bakardade handiagoan hezi behar ditugu seme-alabak eta geure buruak berreraiki. Loari orduak lapurtzen dizkiogu garbigailua eseki edo kaka lasai egin ahal izateko... Zalantza txiki eta handiek itotzen gaituzte; eta gutariko askok geure haurrak izan arte ez dugu inoiz jaio berririk eskutan hartu. Nola egongo gara amak ongi? Dena egitera derrigortzen gaitu sistemak eta egiten duguna egiten dugula ere epaituko gaitu albokoak eta jendarte



osoak. Haur askeak, emozionalki inteligenteak, ongi elikatuak, natura maite dutenak, pantailen gaindi kirola maiteko dutenak eta ahal bada, etxekolanetan ariko direnak (instagramerako argazkietan ateratzeko baina gehiagotan, alegia) izan nahi ditugu. Feministak, ekologistak, komunikazio ez bortitzean adituak eta zoriotsuak.

Harrapazan!

Guk geuk ere sinesten ez dugun ko-gurasotasuna lortzen saiatuko gara bikotekidea daukagunok ardurak 50-50 banatuz eta gainera larrua jotzeko denbora aterako dugu.

Eta puzzle perfektu horretan zerbait hankamotz geratzen bazaigu... hortxe errua zain. Bakardadeaz gain amatasunak zerbait badu autoexigentzia baita.

Badakizu zer? Ezinezkoa da.

Ezinezkoa da askotan etxetik arropa garbiarekin denok ateratzea; ongi orraztuta eskolara iristea gynkana izan daiteke eta ez da ezer gertatzen! Gora ile nahasiak eta irribarre askeak!

Gaur egizu ahal duzuna, eta bihar beste egun bat izango da (zorte handia baduzu, ez da haurrik gaixotuko).

Bitartean, kulunkatu. Bilatu tinko helduko zaituen amen sarea eta kulunkatu bertan behar bestetan. Hemen ez dago ilaran itxaron beharrik edo hurrengoari txanda emateko zabua libre uzteko derrigortasunik. Guztiok batera kulunka gaitzke, edo guztiok batera sarea heldu... akaso, noizbait itzuliko baitira auzoetako emakumeen arratsalde pasak... bitartean eskerririk asko ama sareak sortu eta sostengatzen dituzuen ama indartsu eta ahul guztioi; lisatutako alkandora eta kamiseta zikina duzuen denoi. Biba internet eta ama sare birtual guztiak.

Oh: sare bila bazabiltza Telegramen Ama Sarea taldea sortu dute bi ama zoragarrik.

Jantzi, erantzi, jantzi

Nora Salbóti

Hasieran, feminismoak zero-lurrak egin zituen, eta askatasunaren zaborrontzi bat, hori baita ere. 1968ko uda akaberako egun horietan izanen zen hura, Miss Amerika lehiaketa horietako baten kari. Han zeuden, gureak – feministak –, zorioneko askatasunaren zaborrontzira trapu, takoi, ezpainenetako margo eta gisakoak botatzen, bateon bati bururatu zitzaionean bere titi-zorroak ere merezi zuela ba bide hori, estutzen ziolako, patriarkalki estutu ere.

Behin bidea zabalik zela, halaxeko moduz joan zen 70etako hamarkada; titi-zorroak kentzen eta haiztzen protesta seinale gisa, askatasun aldarrian, bra-burning betean eta patriarkatua erregosten. Barrikada feministara, berriz ere, gorputza ekarri zuten emakume haiek, eta titiak – gureak –.

Geroztik amatu ziren haietako hainbat, baita titidun berriez erditu ere.

Kontua da amatu eta sortu bidenabar, zeruaren puxketape honetantzeko ama-alaba horiei, tardofrankismoak asmatutako eguzki eta hondartza jiteko turismo hura suertatu zitzaigula grazian; milioi batgarren turista izateko esperantzan, hantxen, Seat ochocientoscincuantan plaiara joateak, patata tortilla tuperrak eta ogi xehetuan pasatutako xerrak, krax krax krax, hondartzako legarrarekin nahasi antzean jateko. Eta, horrekin batera, bistan denez, bainujantziak; Fragaren Meybak Palomaresen, suediarren bikiniak Benidorm aldean eta auzoko mertzerian erositako neskatoon kulerotxo koloretsuak, Salouen edo Laredon ez bazen, etxetik hurbileneko hondartza, kai, erreka eta piszinetarakoak.

Joan dira, alta, garai haiek eta, haiekin, baita Meybak eta auzoko mertzeriako bainurako kulerotxoak ere. Orain apenas ez da auzoetan mertzeriarik, ez eta kulerotxorik ere hondartza, kai, erreka, piszina edota uretan beratzeko dena delako tokian. Orain moderno gara, garaiek eskatzen duten gisan, eta, hartaz, merkatalguneko ehungintzaren multinazionalean erosten dugu bainurako moda, bere ume eta haurrentzako kulero & titi-zorro konjuntioak barne. Eta modernoetan modernoan garen haiek,



aurrerakoi porrokatuok, titi-zorroak sutara botatzen zituzten amatxi horien haurrok, gure aludun umeei titi-zorroz estaltzen dizkiegu zeraren zerak, ez bada, kasu!, betegarridun titi-zorroz hanpatzen dizkiegula noizbait titi izanen direnak. Neskatoen gorputzak customizatzen gabilta, hara, patriarkalki customizatu ere.

Badukontuak bere ipuinondoa ere, ze, martxahonetan, amatxiek, manifestudun eta manifestazioetako andre-zaharrek, erakutsi beharko diete bilobei askatasunaren zaborrontzirako bide berria nondik eta nondik den, tarteko belaunaldirik inoiz izan ez balitz bezala. Eta amatxi-biloben bat-egiteek ekarriko dute, akaso, gurasook haurrari bainurako bi piezatako konjuntioa jantzeko galdegitean, honek zera ihardestea: “Bainatzeko jantzi? Zertarako ba? Bustiko da eta!”

Pizten ari da sua...

Amaia Arroyo

Bulegoren abestiak dioen bezala, “pizten ari da sua...”: digitalizazioa eta hezkuntzaren arteko harremanari buruzko eztabaida bor-bor dago leku guztietan. Egoera korapilatsua eta zaila dela diote askok; nik neuk, egoera konplexua dela deritzot. Jarrera polarizatuak gailentzen ari dira azkenaldian, pantailak, mugikorrak eta oro har teknologia digital guztia haur eta gazteentzat “debekatzearen” eta “besarkatzearen” artean. Baina, ondo dakigun bezala, jarrera txuri-beltz horiek ez gaituzte eztabaida eraikitzaile baterantz eramango eta batean edo bestean kokatuta soilik hartzen diren erabakiek nekez erantzungo diote egoeraren konplexutasunaren eskakizunei.

Horregatik, elkarrizketa eta dialogoaren aldeko aldarria egin nahi dut, batez ere, titular mainstreamen eraginetik aldenduko den mugimendu kolektibo eraikitzailearen alde egiteko. Horretarako, argi izan beharko genukeen lehenengo gauza erdigunean gure haur eta gazteen heziketa jarri behar dugula. Heziketa horrek, beren komunikatzeko moduak, aisialdia, ikasteko baliabideak... artikulatzeaz gain, etorkizuneko gizartea (digitala) eraldatzeko eta bide horretan ahaldundu eta justizia sozialera bideratutako erabakiak (teknologikoak ere bai) hartzeko baliabideak eman behar dizkie. Horregatik, heziketa horretan (eta curriculumean) konpetentzia digitala funtsezko konpetentzia bat da: ez dugu nahi gure haur eta gazteak (seme-alabak eta ikasleak, eta etorkizuneko herritarrak) teknologiararen erabiltzaile hutsak izatera mugatzea, digitalki konpetenteak diren pertsona kritikoak, etikoak eta ahaldunduak baizik.

Horren aurrean ematen ari garen erantzuna debekura eta teknologitiki aldentzera gerturatzen ari da. Guraso elkarteetatik, batez ere, mugikorra 16 urtera arte ez emateko mugimenduak gero eta gehiago dira. Zergatik, ordea? Zer dago horren atzean? Agian, ez dugu pentsatu mugikorra ematea ez dela “mugikorrarekin bakarrik uztea” eta geu (guraso, hezitzaile) egon gaitetzkeela beraien ondoan erabilera horretan hezteko. Egin dezagun paralelismo bat labanekin: txiki-txikitatik dituzte eskura; hasieran, ezin dituzte hartu; gero, beraiei



egokitutako punta biribildun labanak eskaintzen dizkiegu; ondoren, punta zorrozdunekin mozten dugu beraiekin batera; ostean, beraien aurrean gaude punta zorrozdunarekin ari direnean; eta, poliki-poliki, autonomia eta konpetentzia garatzen doazen heinean, modu autonomoan erabiltzen uzten diegu, ikasi dutelako. Gurekin batera. Eskutik. Zergatik ez gara gai bidelaguntza horren beharra ikusteko teknologiarekin? Heroinarekin konparatzen dutela irakurri izan dut eta uste dut gehiegikerietan erortzen garela. Ez dugu irudikatzen heroina lanbide bezala edo heroina beste lanbide batzuk aurrera eramateko oinarritzko tresna bezala.

Nire ustez, hezkuntza-komunitatera bueltatuta, hiru izan daitezke gaiari heltzeko gakoak:

informazioa izatea, eztabaida eraikitzailea sustatzea eta erabaki fundamentatuak hartzea.

- Informazioa izatea: teknologiararen bilakaera, teknologiararen atzean dauden logikak eta horrek guztiak dituen inplikazio pertsonalak, sozialak, kulturalak, ekonomikoak, etikoak... ulertzeko datuak behar ditugu. Horrekin batera, komenigarria litzateke ulertzea zer den konpetentzia digitala eta zergatik den hezkuntza curriculumaren funtsezko konpetentzia.

- Eztabaida eraikitzailea sustatzea: hezkuntza-komunitateari zuzenean eragiten digun gaia da digitalizazioarena. Horregatik, bertako kide guztion ahotsak jasotzen dituen foroa(k) artikulatu beharko genituzke: gurasoak, ikastetxeak, udalak, aisialdiko eragileak... eta haur eta gazteak. Beraiek asko dute

gai honen bueltan esateko eta gehienetan ez diegu galdetzen. Beraiek erdigunean jarriko dituen estrategia bateratua eraikitzeke, elkarrekin hitz egin behar dugu, errespetuz eta modu eraikitzaile batean.

- Erabaki fundamentatuak hartzea: informazioa eta eztabaida oinarri hartuta, hezkuntza-proiektu kolektibo baten oinarriak jarriko dituzten erabaki fundamentatuak hartu beharko lirakeke. Erabaki horiek lagunduko lukete sintonia eta koherentzia bermatzen, eta hori guztia kontsentsuan oinarritutako bidelaguntza izango luke emaitza gisa, haur eta gazteen ongizaterako ekarpena izango litzatekeena.

Erronka handia da, bai horixe; baina ardura ere bai. Ezin ditugu gure haur eta gazteak bulkada eta beldurretan oinarritutako erabakiek gidatuta hezi gizarte digital honetan. Estrategia bateratua sortzea zaila bada ere, etorkizuneko belaunaldiek eta gizarteak eskertuko digute, teknologiaren garapenaren aurrean ahaldunduta, erabaki etikoak eta justizia sozialera bideratuak hartzeko tresnak eta estrategiak ematen arituko garelako, beraien ongizatea ardatz hartuta. Bulegoren abestira bueltatuta, egoera baliatu eta pentsa dezagun baditugula “hamaika aukera berri gure begien aurrean”.

Gehiago irakurtzeko:

- Arroyo Sagasta, A. (2023). Teknopedagogia praktikoa. Teknologia digitala hezkuntzan integratzeko ereduak eta diseinu didaktiko digitala. UEU.

- Gutiérrez de Álamo, P. (2023ko maiatzaren 26a). Suecia rehará su estrategia de digitalización en infantil y primaria para basarla en evidencias científicas. El diario de la Educación.

<https://eldiariodelaeducacion.com/2023/05/26/suecia-rehara-su-estrategia-de-digitalizacion-en-infantil-y-primaria-para-basarla-en-evidencias-cientificas/>

- Sánchez Vera, M. M. & Adell, J. (2023ko uztailaren 24a). El negacionismo digital. El diario de la Educación.

- Teyseyre Koskarat, O., Orzaiz, I. & Urdalleta Lete, I. (2023ko urriak 1). Ez etsai, ez panazea. Berria.

<https://www.berria.eus/paperekoa/1882/002/001/2023-10-01/ez-etsai-ez-panazea.htm>

Bad Bunny da gure nera-been sexu-hezitzailea!

June Fernández

La noche se puso kinky

Tres dedos en el toto

En el culo el pinky

Las moñas violeta, como Tinky-Winky

Una nalgada y la dejo como Po

Ey, le doy por donde hace pipí, por donde hace popó

Bad Bunnyk disko berria kaleratu du, eta zenbait instagramer helduk (psikologoak, emaginak...) mezu alarmistak bota dituzte: ez badugu gure umeen sexu-heziketa bermatzen, Puerto Ricoko traplariak egingo du. Testuinguru gabe zabaldu duten letra jakin horrez egin duten irakurketak berretsi egiten du gizonezko kantari latinoekiko zabaldua dagoen aurreiritzi europarra: matxista basati eta txoriburuak direla, haien plazererako objektu bihurtzen dituztela emakumea, porno misoginoaren fantasiak errepikatzen dituztela, eta ez dutela aluaren anatomiari buruzko ideiarik.

Boteprontoan, pena eman dit Benitok hanka sartu izana. Zergatik pena? Gazteen artean arrakasta duten musikari komertzialen artean, Bad Bunny delako, hain zuzen ere, maskulinitate hegemonikoan arrakala txikiak (baina garrantzitsuak) eragiten ari dituena, batez ere LGTBifobiaren aurkako konpromisoagatik. Eszenatokira gonarekin igo zen transfemizidioa salatzeke; emakumezko zein gizonezko dantzariekin musukatu da oholtza, eta Don Omarri kargu hartu zion Twitterren gayen aurkako txio batengatik: "Homofobia honezkerok? Ze lotsa, loco!". Are gehiago, Villano Antillano raplari transaren karreran lagundu du, eta Baticano abestian bertan ere aipatzen du (Me beso con Villana, me beso con Tockischa). Gizon hetero batek abesten du emakume trans batekin musukatzen dela, harro, baina horrek ez du adituen arreta deitzen. Eta hori gutxi balitz, azken diskoko beste letra batean arrakalatzan du bere identitate (Ya mismo me hago bi sin dejar de ser hetero).

Diskoa entzun dut Spotifyn, letra guztiak betaurreko moreekin entzuteko prest, eta Fina abestira egiten dut salto lehenik, Young Mikoren izenak erakarrita.



Izan ere, Young Miko Puerto Ricoko raplari bat da, lesbiana harroa. Karol G-rekin perreatu du oholtzan, eta Aitanak aitortu du harekin liluratuta dagoela. Bada, Finaren letra apunteak hartzeko modukoa da. Hasteko, Young Mikok goraiatzen du gustuko duen emakume bisexuala, honen orgasmoez eta fantasiez hitz egiten du, baita praktika jakin batzuk eskatzeko ausaridari buruz ere ("Me gustan las bitchy y las gyaales, kinkys y salvajes / Tímidas, pero no cuando me piden que baje").

Untxiaren txanda da ondoren: aluan musu ematen dio bere maitaleari, eta aldagelan sexua izatea proposatzen dio, zer eta dardaragailu batekin (De espaldita y a la vez el vibrador). Beste momentu batean, ipurdia miazkatzen dio neskari (Mami, hoy voy a enseñarte cómo es que un culo se mama). Emakumeen hipersexualizazioa ikusiko dute askok letra horietan, baina nire ustez, Bad Bunnyk proposatzen duen markoa erabat horizontala da (Nos preguntan cómo nos comunicamos... pues de una conectamos / Que yo soy un bellaco, pero tú me ganas / Yo soy tu bambino, tú eres mi villana). Emakumeen sexu askatasuna aldarrikatzea da, hain zuzen ere, abesti honen errepikako mezua (Si la más puta es la más fina), Itziar Ziga bezalako feministek egin dutena egiteko: irainaren apropiazioa. Eta azkenengo bertsoetan azpimarratzen dute slutshaming delako jarrera matxistaren kontrako abisua, keinu transinklusiboa barne:

*Oye, esto es pa' todas' las bebesotas del mundo entero
Que están bien ricas, que tienen lo de ellas
Y que viven como les salga de lo', de lo' ovarios, de los
cojones, donde sea*

Ey, mami, sé tú y que se joda

Háblale de ti, que no le hables de boda,

Mira, tú sabes que a nosotros nos importa un bicho

Lo que ustedes piensen, ¿verdad?

Esango didazue: bai, baina ez da hori kritikatu duten abestia, Baticano baizik. Ados, azter dezagun bada patsadaz. Abestiaren izenak aurreratzen du kanta horren gai nagusia ez dela sexua, elizei kritika baizik. Hala, sexuaz hitz egiten du modu ironiko batean, fededunak zirikatzeke xedearekin. Horregatik nahasten ditu Teletubbies-eko pertsonaiak sexu eszena gordinekin. Gakoa da ahots bat entzuten dela orduan: Dios te está mirando, Dios te está escuchando. Eso es lo que le estamos enseñando a nuestros hijos. Hortaz, probokazio bat da, eta haren matxismoa deitoratzen duten adituak ere erori dira amuan.

Horrez gain, interesgarria da kontrajartzea letra nola interpretatu duten horren literalasunarekin. Alegia, adituak egin duten irakurketa da praktika bortitzak eta mingarriak direla emakumeentzat. Ez dute aintzat hartzen estrofaen abisua: La noche se puso kinky. Kink kulturak erreferentzia egiten dio sexu ez konbentzionalari, BDSMa barne (bondage, sumisioa, dominazioa eta sadomasokismoa), non adostasuna bereziki zaintzen den. Hala, “una nalgada y le dejo como a Po (gorri)” esaten duenean, ez da tratatu txarrez ari, baizik eta BDSM-an gozagarria den spanking-ari buruz.

Google-n bilatu dut pinkyren esanahia, eta hatz txikia da! Ikusten? Adituak mingarritzat jo duten penetrazio bikoitza ez da falozentrikoa: Bad Bunnyk eskuekin estimulatu du bere maitalea, alutik eta uzkitik. Baina gehien kritikatu dutena da “le doy por donde hace pipí” hori; leporatu diote ez jakitea aludun pertsonok uretratik egiten dugula txiza, ez baginatik. Benetan uste dugu cunnilingus eta dardaragailuak etengabe aipatzen dituen tipo batek ez dakiela hori? Ez da sinesgarriagoa ulertzea “aurretik eta atzetik ematen diot”, alegia, alutik, oro har? Ez al da sinesgarriagoa, abestia bere osotasunean hartuta, errima erraza egin duela ulertzea?

Bitartean, Espainiako mutil tiktokerren mezu moralistek ez dute halako polemikarik pizten. Nerea Barjola Microfísica sexista del poder saiakera ezinbestekoaren egileak bere hitzaldietan jartzen ditu tiktoker baten bideoak, zeinek neskei ohartarazten dien gizon askorekin oheratuz gero, haien balio pertsonala erabat galduko dutela. Hori da gizartean alarma sortu beharko lukeen diskurtso matxista: moral sexual bikoitzarena, puta/emazte dikotomiarena, biktimak errudun bihurtzen dituen bortxaketaren kulturarena. Eskerrak egon badaudela hamaika sexologo feminista, beste ikuspuntu bat dutenak, nerabeek gustoko

dituzten produktu kulturalak deitoratu baino, ezagutu eta modu kritikoa kontsumitzeko gakoak ematen dituztenak. Isa Duque (alias La Psicowoman), Pitu Aparicio eta Magda Piñeyro gomendatzen ditut bereziki Estatu mailan. Duquek, *Acercarse a la generación Z. Una guía práctica para entender a la juventud actual sin prejuicios liburuan*, Benitoren izena erabiltzen du mamu bezala kapitulu baten izenburuan, nerabeenganako begirada positiboago baten aldeko mezua botatzeko. Bad Bunnyren genero-arietak aipatzeaz gain, zerrendatzen ditu gaur egungo gazteek dituzten erreferente zoragarriak: Nathy Peluso, La Pili, Billie Elish, Lady Gaga, Lola Índigo, María José Llergo, Demi Lovato edo Taylor Swift.

Artikulu honen helburua ez baita Bad Bunny defendatzea edo goraiatzea, baizik eta gurasoei deitzea bestelako jarrera bat izateko: alarmismoan baino, enpatian, gertutasunean, interesean eta umiltasunean ardaztua. Nerabeak ez baitira subjektu zaurgarri eta akritikoak. Agian gogoratu beharko genuke nondik gatozen guk, guraso boomerrok: Canal +-eko porno kodifikatua ikustetik; ipurdia beti sudaderarekin estalia erametetik; Rosana edota T.A.T.U. bezalako erreferente lesbiko armarizatu edo prefabrikatuak baino ez izatetik... Tira, agian sexu-errepresioan eta tabuan hezi ginenok badugu zer ikasi nerabeengandik eta Bad Bunnyren letregatik.

Oharrak:

Artikulu hau Pikara Magazinerako idatzi nuenaren itzulpena da. Hori instagramen zabaldu nuenean, gazteekin lan egiten duten sexologo eta sexu-hezitzaile feminista eta kuirren zerrenda kolektiboa osatu genuen: besteak beste, Hiruki Larroxa, Eihera, Somos Peculiarres-eko Mel, Maitena Usabiaga, Lore Sexologia eta Juncal Sexologia aipatu genituen.

Geroztik pare bat gauza gertatu dira: alde batetik, Bad Bunnyk estreinatu duela Baticanoren bideoklipa, eta oso gomendagarria iruditzen zait. Eszena jakin batean, aita bat bere semearekin telebista ikusten agertzen da, eta aitak irribarre egiten du pantailan erailketa matxista bat ikusten dutenean, baina umeari begiak estaltzen dizkio bi gizon musukatzen ateratzen direnean. Bestetik, Emakundek Azaroaren 25erako kanpaina atera du, nerabeek pornoa kontsumitzen dutela salatzen duena. Pornoari buruzko ikuspuntu alarmista horren kontrakoa naiz, artikulu honetan azaldu ditudan arrazoi antzekoengatik. Erreportaje bat idatziko dut horri buruz.

Magikoa eta errealitatearen arteko mugak

Kelde Gilbanz

Aurreko asteburuan Luzaro Psikomotrizitate Eskolak bi urtean behin antolatzen dituen Psikomotrizitate jardunaldiak ospatu ziren. Bertan psikomotrizitate saioak eta ipuinen arteko paralelismoetan oinarrituta haurrek propio duten mundu sinbolikoari hainbat puntuetatik begiratu zitzaion.

Haurren lehenengo haurtzaroan, 6-7 urterarte, haien pentsamendua egozentrikoa eta magikoa izaten da. Egozentrikoa da, mundua ikusten dutenean haien bizipenen arabera ikusten dutelako. Eta magikoa da errealitatearen mugak gainditzen dituen fantasiak berebiziko garrantzia daukalako. Beraz, adin honetan ia dena da posible. Eta ipuin zein jolasak pentsamendu horren hizkuntza bera mintzatzen dute.

Pentsamendu hau helduagoa eta des-zentratuagoa izatea izango da Haur Hezkuntzan dugun helburu bat. Prozesu hau haurrek berez egiten doaz, beraien testuinguruarekin harremanetan. Dena ondo bidean, gehiegizko fantasia berez gutxitzen da. 3 urteko haur batek mugaraino defendatu eta sinistu dezake dinosauroen eskeletoak bizirik daudela basoan. Baina 6 urte betetzen dituenean fantasia eta errealitatea bereizteko gaitasuna handiagoa izango da eta hori bakarrik ipuinetan edo marrazki bizidunetan gertatzen dela esango du.

Baina bestelako arrazoi logiko eta formalagoak topatu bitartean, hau da, lehenengo haurtzaro horretan, haurrak bere munduari zentzua topatu behar dio. Ikusi eta irudikatzen duen horretarako azalpenak behar ditu eta bere burutazioetan bilatzen ditu azalpen horiek.

Are gehiago, bere barne munduari ere zentzua topatu behar dio. Bertan desioak, beldurrak, frustrazioak, galerak, haserreak eta bestelako bulkadak ditu, eta hauek baretzeko beharra izaten du haurrak. Horretarako ipuinak eta jolasak ezinbesteko bidelagunak dira.

Ipuinetan nahiko argia izaten da prozesu hori. Hasieran haurra protagonistarekin identifikatuko



da, berarengan proiektatuko ditu dagozkion ezinegonak, fikziozko arazoa propio egingo du eta plano sinbolikoan arazo hori konponduko du. Hau gertatzeko ezinbestekoa izango da ipuina ondo amaitzea (dramaren osteko transformazioa, ez dramaren ukazioa), haurra adin honetan munduarekiko oinarritzko ziurtasun beharra funtsezkoa da eta.

Aurreko ideia hori kontutan hartuta, Iñaki Carretero ipuin kontalariak jardunaldietan egin zuen emanaldi didaktikoan azpimarratu zuen beldurrezko ipuinak oso garrantzitsuak direla, ondo kontatuta plazer handia ematen dutela eta haurren garapenerako momentu batean beharrezkoak direla. Hauek kontatzeko aholku bat ere bota zuen: beldur gehiegi ez aktibatzeke hobe da aurpegia ala ahotsa erabiltzea, eta ez biak. Hots, beldurrezko aurpegia jartzen badugu ahots tonua lasaia izan dadin, eta kontrakoa.

Ipuinetan aditua den Eva Martinezek ipuin klasikoak aldarrikatu zituen, hauek barne desio, bulkada eta frustrazioak lantzeko duten balioagatik. Feminismoaren betaurrekoekin hainbat ipuinak kritikagarriak badira ere, hizlari eta idazleak bertsio zaharretara joateko gonbitea luzatu zuen. Bere aburuz, gaur egun “disneyzatutako” bertsiok jasotzen ditugu eta bertan arketipoak estereotipo bihurtu dira. Aldiz, adibidez Grimm anaien bertsiotara jotzen badugu, mito erromantikoak baino maila sakonagoan operatzen duten arketipoak ikusiko ditugu, hauek maila sinbolikoan jarduten eta gure inpultsoak ateratzen lagunduko digutelarik.

Arketipo inkontzienteen hizkuntzan otsoa beti izan behar dela gaiztoa azaldu zuen. Hori bait da haurrari bere beldurrak edo agresibitatea proiektatzen eta elaboratzen lagunduko diona. Heroia bere adorea pilatzen duen pertsonaia izango da; amaordeak

hezitzaile guztiok momentu batzuetan gure ikasleak edo seme-alabak basora bidaltzeko dugun inpultsoa irudikatzen du; eta printzesak, denok momenturen batean dena konpondu ezin eta salbatuak izateko dugun beharra. Arketipo hauek generotik at daude eta haurren (eta helduen) barne mundua irudikatzen eta ordenatzen laguntzen digute.

Jolasak ere badu barne munduan eragiteko gaitasuna. Psikogelan hurrek jolasten dutenean hurrek haien bulkada, beldur, desio eta frustrazio hauek jolasetara eramango dituzte, modu batean ala bestean haien momentuaren arabera. Psikomotrizitate saioak ez dira jolas libreko saioak. Espazio zein materialek ezaugarri batzuk dituzte eta helduaren papera, formazio egokia badu, funtsezkoa izango da.

Baldintza hauek betetzen direnean haurra seguru sentituko da eta jolasean buru belarri sartuko da. Esan daiteke jolasa espazio trantsizional bat dela, hau da, ez da guztiz kanpoko errealitatea, ezta guztiz barrukoa den irudimen mundua. Bien tartean dagoen espazioa da. Beraz, jolasa ate bat da, atari bat. Haurrak bere barne mundua atera, sinbolizatu eta eraldatzeko erabiltzen duen tokia. Eta bere haurrean formazio pertsonal eta bibentziala duen psikomotrizista bat badu, honek atari horretara sartzeko aukera ikusiko du eta, jolasaren hizkuntzan, haurraren bidelagun sinboliko moduan arituko da, haurrari bere momentuan aurrera egiten lagunduko dioten jolasak sustatzen.

Beraz, jolasa eta literatura ezin ditugu ikusi plazerrerako gehigarri bezala. Ez dira pastelaren ginga, baizik eta haurren bizitzari oinarria eta estruktura ematen dioten bizkotxoak. Eta a ze bizkotxo gozo eta gozagarria!

Zaintzez amarik gabe

Nakia Alkorta

Heldu da luzaroan zain eta irrikaz bizitu dudan eguna eta zaintzak erdigunean jarrita grebara deiturik gaude Hego Euskal Herrian. Greba deialdia bera tresna izugarri boteretsua izaten ari da zaintzez hitz egin eta pribilegio eta kontraesanak mahaigainera ekartzeko.

Zaintzaren inguruko greba orokor mistoaren aldeko apustua ez da erraza eta atzetik duen lanketa eta hausnarketa prozesuak oso interesgarriak dira. Behar beharrezkoa da zaintzaz hitz egin eta alternatibak bilatzea.

Grebaren zentzua, potentziala eta indarra erabat ulertu eta bat egiten dudan arren kezka bizi dut deialdiak kanpoan utzi dituen zainduen eta zaintzaileen arloa. Zenbait elkartek publikoki adierazi dute grebarekin bat egiteko ezintasuna eta euren beharrak, proposamenak eta bizipenak entzunak ez izatearen sentimendua.

Greba egitea bera ere pribilegio denaren inguruko hausnarketa ezin da albo batera utzi.

Zaindua izan behar duenak greba egunean ere zaindua izan beharko du. Sektore feminizatu eta prekarizatuan. Bai arlo publiko, pribatu eta aitortu gabean ere. Zaintzaile diren gutxi batzuek zaintza delegatu eta beste batengain utziz egin ahalko dute bat (edo ez) grebaren deialdiekin.

Zaintzaileez eta zainduenez hitz egiten dugunean garrantzitsua da diskurtso makroetatik haratago subjektu zehatzen aitortza eta aitortzari loturiko entzute kontziente eta zintzoa. Subjektu desberdinen identifikazioa eta balio politikoa ematea.

Zaintzalerik gabeko zaintza greba izan ez dadin.

Non daude amak? Amen behar eta aldarrikapenak jaso ote dira? Amen desioak eta gabeziak? Ama hitza behintzat ez. Mingarria suertatzen zait zaintza erabat lotua duten rol eta subjektuen gabezia... mingarria eta kezagarria.



Amok, emakume arrazializatuek, ama+ arrazializatuek, ijitoek eta migranteek... ere zaintzan badugu zeresana. Eta bat egingo dugu edo ez, ahal eta nahi dugun moduan. Egunero bezala zaintza erdigunean jarriz eta sistemaren gabeziak seinalatuz.

Jolas kooperatiboak

Itziar Arregi

Agian, izenburua irakurrita, bati baino gehiagori etorriko zaizkio gogora aisialdiko zein eskolako hainbat proposamen: aulki joko kooperatiboa, paraxute edo jausgailua, edo beste hainbat. Baina gaurkoan dakargun ideia zabalagoa da. Noiz eta nola hasten da umea kooperatzen? Zergatik?

Heldu batek jolas kooperatibo bat proposatu aurretik hastendan normalean umeabestekideekin kooperatzen. Izaki sozialak gara, gure espezieak aurrera egin du gu bezalakoak direnekin kooperatzeko gai izan garelako hein handi batean. Behar ditugu, behar gaituzte, gai gara eta nahi dugu beste pertsonekin harremanak izan. Berezko zerbait da, oso txikiak garenean pizten den zerbait. Urtea bete aurretik adierazten du haurrak interesa beste hurrekiko, eta berez ateratzen zaio harreman hori bilatzea, horretarako berezko jarrerak dituelarik: irribarrea, eskaintza, laztana... Berez ateratako harremanetarako gonbidapen horiek erantzuna izaten dute, eta erantzun horren arabera, harremana sortzen eta eraikitzen joaten da.

Adinean aurrera doan heinean, umearen harremantzeko modua garatzen joaten da: lehenengo kide baten ondoan hasten da jolasten, imitatuz, baina harreman zuzenik gabe. Gero harreman sinple bat sortuko da, hitzen edo objektuen elkartruke bat, irribarre bat... eta poliki poliki, sinplea den elkarrekintza hori konplexutzen joango da, aberasten: txandak adosteko gai izatetik elkarrekin jolasteko gaiak eta rolak negoziatzera eta kooperatzera iritsiz. Nola egiten du umeak ibilbide hori? Jolasean. Jolasak ematen dio aukera berez dakarren joera hori garatzeko eta trebatzeko.

Horrekin batera, harremana ez bada bere interesekoa, edo ez bada bere erritmo edo gaitasunetara egokitzen, harreman hori eteteko ere badu umeak gaitasuna; behar ez duenean ezetz esatekoa, behar beharrezko gaitasuna. Berritro ere, jolasak ematen diolarik hau garatzeko aukera. Eta hor joango da ume bakoitza lagunak bilatzen, eta parekoak ez direnei edo min eman diezaioketenei mugak jartzen. Txiki



txikitatik hasi eta bizi osoan zehar. Zergatik? Esan bezala, sozialak garelako, elkar behar dugulako, eta elkarrengandik babesteko gai garelako.

Denok dugun gaitasuna da, denok dugun beharra, baina bakoitzak modu desberdinean adierazten duena. Horrela, denok ezagutu dugu jolasean ume oldarkorren bat, ume beldurtiren bat, ume erakargarri edo liderren bat, menpekoa den umeren bat... aldi berean, hauetariko bakoitzak du lagunak izateko nahia, joera eta gaitasuna, baita mehatxuak saihestekoa eta ezezkoak esatekoa ere.

Orduan, berezkoa bada, helduok zer da eskaini dezakeguna? Errespetua eta segurtasuna. Errespetua ume bakoitzaren prozesuari, beharrei eta bizi duen momentuari. Askotan, umeekin errukitu edo haserratu egiten gara, eta hobe beharrez, beraien prozesuetan sartzen gara, batzutan mesede adina kalte egiten bukatu dezakegularik.

Adibide gisa, heldu bezala, “menpeko” bezala ikusten dugun ume baten aurrean, ustez liderraren esanetara dabilen ume bat ikusten dugunean, kasu batzuetan egin ohi den interpretazioa ondorengoa izan da: “liderrak dominatuta dauka, ez da gai menpekotasun horretatik irteteko, babestu egin behar dut eta lagundu egin behar diot”. Borondaterik onenetik abiatzen da interpretazioa, zaurgarriak babesteko behar horretatik. Horrelako esaldiak erabiltzera iritsi gaitetzke: “Ez egin hori, ez duzu ikusten ez zaiola gustatzen?” Umeak badauka ezetz esateko gaitasuna, eta ezetzari itxoin beharrean aurreratzen bagara, alde batetik gaitasuna garatu gabe garatzeko arriskua sortzen da, bestetik egoera deserosotatik irteteko norbait indartsuagoa behar duela sinestu dezake.

Kooperazioak baditu funtzionatu ahal izateko arau inplizitu batzuk, umeak bere kasa deskubritzeko gai

direnak, eta adosten dituztenak. Nola? Ba berriro ere jolasean. Bi urterekin jolasak ez du asko iraungo, konpartitzen den interesa ez delako luze irauten duena. Hirurekin eztabaidak sortuko dira, eta eztabaida horri esker, umeek garatu ahal izango dute: “nola bai eta nola ez”, zer den lagunari gustatzen zaiona eta zer ez, zer den norberari gustatzen zaiona eta zer ez... Lau urterekin norbere nahia une batzuetan alboratzeko gai izango da umea besteekin jolastu ahal izateko; aukeratzen hasiko da zer nahiago duen: norberak nahi duena bakarrik egin, edo besteekin egotearren bere nahia alboratu. Bietarako tartekak topatzeko gai izango da. Horrela, modu askean, eta bakoitzak bere erritmora, garatuko du kooperaziorako gaitasuna.

Kooperatzeak berekin dakar interes konpartitu bat, harremanetan muga inplizitu batzuk, baldintza adostu batzuk. Horra iristeko umeek denbora behar dute, puntu hori bilatu egin behar da, proposamenak luzatuz, gonbidapenak onartuz, kalabazak emanaz, proposamenak doitzuz... batzuetan luze joaten da, beste batzuetan ez da iristen kooperatu ahal izatera, ez direlako interesak konpartitzen adibidez, eta hala ere, saiakerak urrea balio du, hor trebatzen baitira bai komunikazio gaitasunak eta baita norbere nortasuna ere.

Kasu batzuetan, proposamena egina ematen diegu helduok: “etorri hiru haur ona, beste hiru horra, eta beste hiru jar zaitezte han; nik PIII esaten dudanean...”. Horrelako proposamenek beren helburu eta beren funtzioak dituzte eta umeek probetxu polita ateratzen diete. Baina argi izan behar da, aldi berean, helduon proposamena obeditzen ari direla, eta ez horrenbeste beren proposamena garatzen.

Beraz, umeen kooperazioari dagokionez, komeniko litzaiguke une oro zeinen proposamenari erantzuten ari diren begibistan izatea, beraiei sortutakoa den edo helduak proposatua den. Ez da adierazi nahi bata ona eta beste txarra direnik, biek izan dezakete bere lekua haurraren bizitzan. Baina noiz den haurrarena eta noiz helduarena ikusteak emango digu aukera proposamen bakoitzari behar duten lekua eskaini ahal izateko. Gainera, helduari obeditu ordez berainen proposamena garatzen ari badira, askoz errazago ikusi ahal izango da beraien interesak zein diren, bakoitzak duen behar indibiduala zein den, eta esku bat botatzeko aukera hobea izango dugu helduok. Beste hitz batzutan: sinestu dezagun umeen kooperaziorako interes eta gaitasunean. Utzi diezaiegun konpartitzen duten interes horretan kooperatzen ahalik eta gutxien inbadituta berena duten espazio hori, jolas hori.

2 urteko haurraren jolasa

Gurasoak

Sasoi honetan gaude etxean; hau da, bi urteko txiki batekin elkarbizitzan. Polita, oso polita da bizitzen ari garen sasoi hau gure txikiarekin; baina, ez dizuet gezurrik esango nekagarria ere bada sarri. Haurrak dagoeneko ikasi du oinez ibiltzen, korrika egiten, salto egiten, hitz egiten eta abar. Finean, gaitasun guzti horiek bere kabuz deskubritu eta bereganatzeak, autonomia maila handia izatea suposatu dio.

Hizkuntzari dagokionez, gauza bitxiak bizitzea ere egokitu zaizkigu bikoteari eta bioi: gure txikiak guk esandakoak errepikatzea. A ze festa! Eta batzuetan, “ene, ze lotsa!”. Haurraren aurrean esan beharrekoak neurtzen hasteko garaia heldu zait niri behintzat. Eta zer esan etxeko ordenaz... argia piztuta utzi ezker, hor doa bera atzetik, argia itzaltzera, kaxoia zabalik geratu bada, berak itxi eta abar. Gure haurrak adierazi digu nolabait, inguratzen duen mundu hori ulertu beharra daukala eta horretarako bere ordena propioa eraiki beharra duela.

Lehen esan bezala fase polita bizitzea egokitu zaigu, ze sortedunak gu. Baina batzuetan egiten dizkiogun eskaerak ez datoz bat bere gaitasun edota aukerekin. Eta gaurkoan jolasarekin erlazionatutako eskaera zenbat ekarri nahiko nituzke hona: hortxe sartzen baitut hanka batzuetan. Egin ezazu hau, saia zaiten hori egiten eta tankerako mezuekin. Jolasean ere garbi izan beharko nuke, adin tarte honetako haurrak oro har ezin dituela honakoak egin, oraindik.

Ezin diot eskatu partekatze:

Oraindik berea dena partekatzea oso zaila da berarentzat; batez ere, unean erabiltzen ari den jostailua bada. “Ni”-a zer den ikasten ari da eta baita bere identitatea eraikitzen ere. Une honetan berarentzat, bera da garrantzitsuena eta nekez atera daiteke “nitasun” horretatik. Testuinguru helduago batean, jostailuak partekatze eskatzea zentzuduna litzateke baina adin tarte honetan ez. Ezinezkoa da.

Ezin du rol jolasetara jolastu:

Bere berdinekin dagoenean, elkarrekintza uneak gertatzen dira baina oraindik ez da gai besteari eta bere buruari rol-ak egozteko (ni ama izango naiz eta zu haurtxoa, adibidez). Hau aurrerago gertatuko



da eta momentuz, bere berdinekin izango dituen elkarrekintza uneak laburrak izango dira. Gainera, une horietan, gehienetan, bakoitza bere jolasean arituko da.

Ezin du arau jolasekin jolastu:

Adibidez, mahai jolasak. Modu ez egituratuan erabili ditzaket hitz egiteko edota piezak nahieran erabiltzeko; baina, ezingo dut berarekin jolastu mahai jolasak dituen arauen arabera. Txanda itxaroten ikasten ari da eta nahikoa buruhauste horrekin. Oraindik denbora bat igaro beharko da mahai jolasean elkarrekin aritzeko. “Ez ezazu presarik izan” esaten diot nire buruari, iritsiko da eta horretarako sasoi.

Ezin diot eskatu zientzialari baten moduan ez jokatzeko:

Seguraski berak badaki pieza borobila zein zuloatik pasako den: baina, nahiko du probatu beste zuloan ere. Era berean, zapata handiak jantzi nahiko ditu aulki txikian edo saiatuko da politikoki zuzenak ez diren ekintza horiek egiten. Nahiz eta berak badakien aurretiaz, zer gertatuko den. Garrantzitsu omen da horrelakoak ez zuzentzea, haurrak metodo zientifikoaren urratsak praktikan jartzen dituelako. Lehenengo hipotesia egin, gero esperimintatu eta amaitzeko, bere ondorioak atera. Eta horrela eguneroko gauza/ekintza guztiekin. Zoragarria ezta? Baina, zenbat aldiz ahazten ote zaidan neuri ere.

Kuriositatea eta esperimintazioa eskutik helduta doaz eta haurtzaroaren opari gisa hartu beharko nituzke. Eguneroko presa, egin behar, egoten jakin eta guzti horren gainetik haurrari haur izaten utzi eta bere

kasara egiten duen jolasari espazio eta onarpenari bide emanaz. Testua idazten dut zuretzako, nire antzera guraso izango zaren horrentzako. Baina baita ere, niretzako. Teoriatik praktikarako saltoan, nik neuk ere, sarri nire buruari horrelakoak idatzi eta irakurri behar dizkiodalako.