



Ana Elozegi Serna

Harremanak Hezkuntza Elkarteko kidea

Pandemiaren ajeak



Helduak eta haurrak gehiegi lotu gara teknologia berrietara. Utz ditzagun alboan. GAUR8

Covid-19a luzaroan gogoratuko dugu garai hau bizi izan dugun guztiok. Beldurrezko pelikula luze bat balitz bezala, bukaerako argia ikusten kostatzen zaiguna. Tunel batean sartu eta izpi batzuk ikusi nahi eta ezinean, hor gabiltza guztiok.

Orain urtebete ia, martxoan, konfinatu gintuzten, eta niri behintzat sinestezina egiten zait kasik sinistea itxialdi hartan egon ginela, batetik haurren irakasle, gazteen sostengu izaten, eta bestetik lanean erritmo ikaragarrian eraberritzen eta online modalitateak integratzen.

Bagenekien gure lanean bete-betea egon behar ginela osasun langile garenez pertsonen artea zuzena eskaintzen. Zaila izan zen emozionalki jendeari eustea, eta haurrei itxaropena nahi izan genion zabaldu online bidezko saioak burutzen, beraiekin jolasten, gurasoei jarraibideak eskaintzen eta beraien ezinegonak entzuten. Eta gu bezala zuetako asko eta asko... Konfinamendu garaia luzea izan zen, itxia, itoa... Iluna!

Eta deskonfinamendua hasi eta 2021eko otsailaren 16ra arte behintzat herriz herriko konfinamendu txikiak, protokolo zurrinak, PCRak eta hamar eguneko konfinamendu itxiak. Psikologikoki eromena! Inoiz izakia egon ote da horrelako egoera batean?

Osasun fisikoaren beharra eta larritasuna ezbaian jarri gabe, ohartu al gara egoera honek guztiak utziko digun biharamun emozionalaz, osasun mentalaz? Inoiz arduratu ez garenez, oraingoan ere hor utziko dugu albo batean isilik eta, hortaz, gero arduratuko gara.

Goazen aztertzeraz psikologia kontsultetan gaur egun tratatzen ari garen biharamunetako bat: haurrek teknologia

berriekiko duten mendekotasuna. Konfinamendu garaian 24 ordu etxean egon behar izan genuen eta haurrak etxean izan genituen 24 orduz. Lehen aipatu dugun egoeran helduak lanean, gaindituta. Jakin nahiko nuke Euskal Herriko haur eta gazte bakoitza zenbat orduz aritu den egunero bete-betea PlayStation eta bestelako euskarri digitaletan.

Konfinamendu garaian denok jo genuen horretara pentsatuz, «behintzat hor lagunekin daude jolasten, bakean uzten gaituzte, denbora-pasa egin behar da, entretenituta daude». Eta haurrak gaixotzen joan dira beraien berdin arteko jolasa eta gurasoen

presentzia faltan izan dutelako. Deskonfinamendua etorri zitzailgun eta haur askok ez zuten nahi etxetik atera, etxean lasaia zeuden, tabletean, *play*-ean jolasten, aurrez aurreko harremanak izateko zailtasunak ekiditen.

Eta, bat-batean, gurasoak haserre. Bai. Ikastolak eta eskolak ireki ziren, eta gurasoak haserre: «Engantxatuta daude, ezin dute jolastu gabe egon, xantaia egiten dit esanez ez bada mugikorrarekin ibiltzen ez dela ikastolara joango!».

Kontsultan egunero ikusten ari garen sintomatologia: lagunekin jolastu beharrean, aukeran etxera joan nahi duten haurrak, *play*-ean edo mobilean jolastera. Beldurrez beterriko haurrak, Fortnite jolas sonatuan jasotako estimulu ikaragarri horien ondorioz beraien burmuinak ezin kudeaturik. Bakarrik lo egin ezinik, bakarrik etxean ibili ezinik, norbait nonbaitetik aterako zaien beldurrez. Bakarrik tabletaren edo mugikorraren aurrean jaten duten haurrak, kontziente izan gabe zertan ari diren. Harremanetarako zailtasunak dituzten haurrak.

Eta aurrekoan lankide batek galdetzen zidan, «eta non daude haur hauen gurasoak?». Bat-batean atera zitzaidan, «ba beraiek ere mugikorrean engantxaturik!». Arazo latza, erabatekoa, daukagu teknologia berriekiko adikzioekin, bai haurrak eta bai helduek. Eta covid-19aren aurrean hartu diren neurriek eragin okerra izan dute. Jar gaitezen helduok gure lekuan, eta haurrei astegunetan errutinak, mugak eta presentzia eskaini.

Utz ditzagun guztiok teknologia berriak etxeko bazter batean behingoz! •