

UMEAK ETA HERIOTZA

Agur esateko orduan eta dolu prozesuan haurrak partaide egitea aholkatzen da

 JENDARTEA / oihana.llorente@gaur8.info

Bizitzaren txanponaren beste aurpegia da heriotza, sarri, baina, ahanzi eta beste alde batera begiratzen dugu. Are gehiago umeak direnean galdezka datozenak. Heriotza hortxe dagoela azaltzea aholkatzen dute adituek, baita dolu prozesuetan partaide egitea ere, umeek heriotzaren jabetza, kontzientzia eta onarpena lor dezaten.

Ama, zu ere hilko zara? Ataka zailean jartzeko ohitura dute etxeke txikienek eta halako galderen aurrean beste alde batera begiratzera tentatuak sentitzen garen arren, heriotzak gure etxeke atea lehenago edo geroago berriz joko duela argi eduki behar dugu.

Patxi Izagirre (Zumarraga, 1970) psikoklinikoa da eta lanagatik eta bestela, heriotza eta dolua gertutik ezagutzen ditu. Donostian duen kontsultan maiz artatzen ditu doluan dauden pertsonak eta 2000 urtetik aitzina eskoletako atea irekitzen saiatu da heriotzaren tabuari.

Gai korapilatsu hau haur eta nerabeekin nola landu irakasten

Umeak doluaren parte eginez, heriotzaren jabetza, kontzientzia eta onarpena lortzen du.
THINKSTOCK

die, irakasle, guraso eta bere kontsultara ala eskaintzen di-tuen formazio saioetara hurbil-tzen diren herritarrei, baita GAUR8ri ere.

Inklusioa, horixe da Izagirre-ren lehen gomendioa. Haren us-tez, gertatzen ari den horren parte eginez, haurrak heriotza-ren jabetza, kontzientzia eta onarpena lortzen du.

PARTDAIDE EGITEA, LEHEN GOMENDIOA

Aholku logikoa dirudien arren, ez da ohiko jarrera izan heriotza-ren atakan aurkitu diren familie-tan. Umea babestu eta egoera mingarria ekidin nahian, sarri baztertu izan dira haurrak gerta- era lazgarrietatik. Izagirre-ren aburuz, baina, eskusio babesga- rri horrekin nahigabeko min handia eragin diezaiokegu ume- ari; izan ere, umeek zer edo zer gertatzen ari dela sumatu eta in- formaziorik ez edukitzean senti- tzen duten ziurgabetasunaren bidez eraikitzen duten azalpena, errealitatea baina traumatikoa- goa izan ohi da maiz. Haurrei, beraz, informazioa helaraztea ezinbestekoa dela defendatzen du psikokliniko honek.

Lanaz bestela, gertutik ezagu- tzen du Izagirrek heriotza, gaz- te gaztetatik gainera. «Hamaika edo hamabi urte nituela, esko- lako txango batera joan eta ikaskide bat hil zitzaigun itota, –azaldu du–. Larriena, baina, gai hura ez genuela berriz eskolan landu. Denak shock egoeran geunden, baina normalitate anormal hori antzetzten jarraitu genuen».

Orditik dezente ikasi du Iza- girrek. Psikologia integratiboa garatu du Bartzelonan, eta zain- keta paliatiboen alorrean ere prestakuntza jaso du, «esparru mingarria, baina humanoa», bere iritziz. Esperientzia pertso- nalagatik, baita liburuetan ika- sitako lezioengatik ere, argi du ezer gertatuko ez balitz bezala egitea ez dela inoiz bide onena. Haren ustez, familian ala ikas- gelan taldean egon ohi gara, gauza politentzat zein zailen- tzat ere, eta heriotza moduko gaiei ere talde kohesio horrekin egin behar zaie aurre, inor kan- poan utzi gabe.



«Gogoan dut nor
agurtu nahi zuen
zerrendatu eta bere
ahizpari bere logela
beretzat hartzeko
eta aldatzeko
mandatua eman
zion neska; amak
kontrakoa esanda
ere, beteko zuela
promestu behar
izan zion ahizpak»

«Entsegu klinikoe
lau hilabate luzatu
dezakete bizitza,
baina zer da hobeto
bi hilabete
igarotzea zure
etxean eta senide
eta lagun guztiekin
ala lau hilabete
ematea ospitale
arrotz batean?»

ahalik eta gutxien sufritzeko neurriak hartzen dira eta, bai, ahal izanez gero, etxera eramatea da gomendatzen duguna. Tratamendu arin bat ematen zaie halakoetan, tumorea poliki hazi, sintoma gutxiago eragin eta umea eroso egon dadin. Halakoetan, ospitalera tratamendua hartzeko joaten da bakarrik eta, bestela, etxez etxeko ospitalizazioaren bidez artatzen da. Hori planteatzen diegunean gurasoek umea gaizki jartzean berriz ekarriko dutela diote, baina, geroz eta gutxiago dira ospitalean hiltzen direnak. Zerbitzua ezagututa, seguru eta gustura sentitzen dira eta gerora eskertzen dute, etxean goxoago ematen baitute une hori, ingurukoekin bilduta.

Halako pauso baten aurretik, gurasoekin landu beharko da auzia, ezta?
Lantzea oso garrantzitsua da. Aste batzuk ala hilabeteak iraun ditzake prozesuak, gurasoak prest egon behar dira etorriko dena asimilatzeko. Sintoma larriak ageri direnean ala arnasestuka hastean, ez dutela erreanimaziorik egin behar ulertu behar dute. Unea iristerako ondo prestatuak egon behar dute.

Ezer egiterik ez dagoenean, umeei hilko direla esan egiten zaie?
Familiaren arabera; badira oso natural bizi dutenak eta hasieratik hitz egiten dutenak heriotzaz, baina gutxiengoa dira. Gehienek heriotza hitza ez dute aipatu ere egiten.

Adinaren arabera desberdin bizi da heriotza?
Nerabeak direnean, normalean, esan egiten zaie. Haiek, gainera, ohartu egiten dira, ez dira tontoak, eta galdetzen dute. Nerabeek, gainera, zirkulu guztiak ixteko ahalegina egiten dute hil aurretik; lagunak agurtzen dituzte, bere gauzak banatzen dituzte... Batzuk oso kontziente dira gaixotasunaz, eta hiltzorian egon gabe, askotan esaten digute gaizki baldin

badaude, eurek eta bereziki gurasoek ahalik eta gutxien sufritzeko, hiltzea nahiago dutela.

Umeagoak direnak ez dira jakitun?
Guk baietz uste dugu, baina gurasoak ez kezkatzearren ez dute ez galdetzen, ezta aipatzen ere. Zortzi, hamar ala hamabi urte ingurukoak izaten dira horiek eta zer edo zer egiteko lokartu behar ditugunean ez dute nahi, izugarrizko beldurra diote lokartzeari, esnatuko ez direlakoan. Hor konturatzen gara medikuak, haiek badakitela hiltzorian daudela.

Gurasoak jabetzen al dira umeak badakiela?
Zaila da esaten, gurasoek azken unera arte mantentzen dute-eta itxaropena umearen aurrean, bera ohartu ez dadin. Nahiz eta jakin hilko dela, umearekin sendatu osterako planak egiten dituzte gurasoek.

Normalean, beraz, ez da heriotzaz argiki hitz egiten haur eta gurasoen artean.
Oso gutxitan, normalean, egoera estaltzen saiatzen baitira. Bi aldeak, gainera; gurasoek itxaropen horretan mantendu nahi dute haurra eta, hori ikusita, umeak ez du heriotzaz jakitun dela aipatzen, gurasoak ez kezkatzeagatik

Agurtzea ez al zen askatzailea izango?
Seguru. Gutxitan ikusi dugu, baina ikusi dugunean, gurasoek sekulako karga kentzen dute gainetik. Bukaera polita izaten dela diote halakoetan, agur esan diote elkarri, zenbat maite duten erakutsi... gauzak lotuta uzten dituzte eta heriotza ondoren egunerokotasunera itzultzea errazagoa da. Medikuntza ikuspegitik gure eskuetan dagoen guztia egin behar da, baina alde humano horretan ere muturreraino iritsi beharko ginateke. Asko dira damu horrekin geratzen direnak, ‘zergatik ez nion azken aldiz esan zenbat maite nuen?’ galdetzen diote euren buruari.

Halako kasuak oroimenean iltzatuta geratuko zaizkizu.
Bai, zail dira ahazten. Gogoan dut bere errauntsak non bota eta egun horretan elkartean afaria egiteko eskatu zuen neska hura. Aurreko egunetan, nor agurtu nahi zuen zerrendatu zuen eta bere ahizpari hil eta hurrengo egunean bere logela beretzat hartzeko eta erabat aldatzeko mandatua eman zion, bada, amak kontrakoa esanda ere, beteko zuela promestu behar izan zion ahizpak. Gurasoei zaila egiten zaie hildako seme-alabaren gela ukitzea ere.

Azken unera arte tratamendu bila aritzen dira gurasoak?
Gurasoen eta medikuen arabera dago hori. Guk, adibidez, beti planteatzen dugu tratamendu bat. Nahiz eta aukera gutxi egon, saiatu egin behar gara eta hala gomendatzen diegu beti gurasoei. Tumoreak erantzuten ez badu ala aurrera badoa... normalean ez gara entsegu klinikoen aldekoak. Halakoek lau hilabete gehiago ematen dizkiote umeari, baina zer da hobeto bi hilabete zure etxean eta senide eta lagun guztiekin igarotzea ala lau hilabete ematea ospitale arrotz batean? Gurasoek galdetu galdetzen dute ea aukera gehiago dauden, baina normalean ez dira azken muturrera eramaten saiatzen.

Jendartea prestatua dago umeen heriotzari aurre egiteko?
Inola ere ez. Gizartean gaia landu beharko litzateke, barneratua eduki beharko genuke umeak oraindik ere hil egiten direla. Umeen edozein heriotza oso traumatikoa egiten da eta askotan jendeak ez daki haur bat galdu duen familiarekin nola jokatu. Minbiziarekin ere berdina gertatzen zen, izurria balitz bezala zen lehen, minbizia heriotzarekin lotzen zenelako beti. Egun, ordea, sendatu daitekeela badakigu. Heriotza eta doluarekin ariketa bera egin beharko litzateke, jendea kontziente izan behar da umeak

hiltzen direla, eta, norberari ere gerta dakiokeela jakin beharko genuke. Gure aiton-amonek seme-alaba mordoa galtzen zuten eta aurrera egiten zuten, eta guk ere aurrera egiten jakin beharko genuke.

Eta osasun sistema?
Dolu prozesu eta paliatiboetan asko dago egiteko pediatrian. Etxez etxeko zerbitzua ala paliatiboen zerbitzua helduen zerbitzu bat da eta guk zerbitzu horiek hala nola moldatzen ditugu. Umeei zuzendutako zerbitzu berezitu bat sortu beharko litzateke, psikologoek laguntzarekin. Umeen heriotza-tasa helduekin alderatuta txikia da, baina gertatzen denean, horren premia sentitzen dugu.

Badira semearen edo alabaren galera hori gainditzeko gai ez diren gurasoak?
Denetik dago, baina, bai, badira ondo egotea hildako seme-alabari traizioa egitea bezala dela uste dutenak, eta ez diote bere buruari ondo egoten uzten. Pertsonak oso ezberdinak gara; badira inoiz errekupe ratzen ez direnak eta horrekin bizitzen ikasten dutenak. Denetik dago, bikoteak ere banandu izan dira seme-alaba baten heriotzaren ostean. Dolua ez da sekula pasatzen, ez da inoiz erabat gainditzen, hori argi eduki behar da, baina horrekin bizitzen ikasten da aurrera egiteko gakoa.

Eta anai-arrebek, gainditzen al dute heriotza hori?
Anai-arrebekin ere lan egin behar da. Ume bat gaixo dutenean haren gan jartzen dute gurasoek arreta guztia, beste seme-alabak nahigabe alboratuz. Semea edo alaba hiltzen denean ere, aparte uzten dituzte, ez dituzte gainerako seme-alabak prestatzen bere anai-arrebaren heriotzari aurre egiteko. Askotan pentsatzen dute bazterketa jasateko zer edo zeren errua dutela edota heriotze an eragina izan dutela, edota gurasoen seme-alaba begikoa hil den hori zela. Oso baztertuta sentitzen dira.



Idoia ZABALETA | ARGAZKI PRESS

Pediatra onkologoa da Nagore Garcia de Andoin eta erradiografieta ikusitako minbizia gurasoei azaltzea da bere egiteko zaielenetako bat. Urtero 20 eta 25 minbizi kasu berri artatzen ditu Donostiako Ospitalean eta bere eskuetatik igarotzen diren ume gehienak sendatu egiten dituen arren, tamalez, bati baino gehiagori agur esan behar izaten dio betiko. Irribarre goxo batekin hartu gaitu eta berezkoa duen goxotasun horrekin azaldu dizkigu inoiz ahaztuko ez dituen hainbat kasu.

Ume dezenteren heriotza ezagutu duzu.
Estatistiken arabera, Gipuzkoan minbiziak jota hiltzen diren umeen heriotza-tasa %20 eta %25 artekoa da, lautik bat gutxi gora behera. Donostiako Ospitalean urtero, baina, 20 edo 25 kasu berri artatzen ditugu, eta urterik txarreanean 4 bat dira gaixotasuna gaingitu ezinik

NAGORE GARCIA DE ANDOIN

UMEEN ONKOLOGOA

«Gutxitan ikusten dugu umea eta gurasoak agurtzea, baina ikusi dugunean, sekulako karga kentzen dute gainetik»

hiltzen direnak. Beraz, praktikan heriotza tasa apur bat txikiagoa da, baina, noski, hor dago.

Trantze gogorra izango da gurasoei euren haurrak minbizia duela esatea?
Oso zaila da guraso batzuei bere seme edo alabak hilkorra izan daitekeen gaixotasun bat duela esatea, baina itxaropena ikusten dugunean, pastelari buelta eman eta gehienak sendatzen direla esaten diegu, datuak

erakusten dizkiegu.
Oraindik gogorragoa izango da sendatuko ez direla esatea.
Bai, noski, sendatzeko aukerak oso urriak direla ala dagoeneko zereginik ez dagoela esatea da gogorrena, egin zitekeena egin eta gehiago ezin dela ezer egin esatea.
Etxera joatea gomendatzen da halako kasuetan?
Bai umeek, baita gurasoak ere,

lotura eta zailtasun horiek onartu eta integratzeak onura handiak dakatzala sinestuta dago. «Bizitzan frustrazioa egon badagoela erakutsi behar da, eta hori kudeatzen ikasi. Ez bakarrik heriotza bat gertatzen denerako. Heriotza lantzeak beste alderdi batzuetan ere onurak ditu: banaketan aurrean, eskolako gutxiegiaren aurrean...», dio ziur.

Dolua modu osasungarrian lantzeak, bizitzan datorrenari aurre egoteko indarra sustatuko duela iritzi dio adituak. Bere hitzetan, heriotza bizitzaren iratzargailua da, eta heriotza hor dagoela jakinda, egun bakoitza bizitzen ikastea da helburua. Bizitzaren aldeko apustua bada ere, beraz, heriotzaren gaia ikasgeletan lantzea.

AITZAKIA DAGOENEAN PROBESTEA

Eskoletan gaia lantzeko hezitzaileen interesa eta gogoia nahikoa direla defendatzen du Izagirrek. Izan ere, azken urteetan sentsibilitate alorrean aurrera egin da eta ikasmaterialek ugari dago eskuragai. Adibide batzuk ere ipini dizkigu, hala nola, «Betiko» ipuina edota «Haran Sorginduren bila» eta Jean-Jacques Annauden «Hartza» filmak. Materiale hauek, baina, gaia ondo lantzeko aitzakia besterik ez direla nabarmendu nahi izan du, eta ez heriotzaren aurreko botika magikoa.

Hezkuntzan eta sentsibilizazioan dezente aurreratu bada ere, heriotzaren itsaso zabalean bada, Izagirreren aburuz, gainditu gabeko ikasgaia: txikiak eurak direnean heriotzaren atakan daudenean, ume hauen agur kontzientea. Psikoklinikoaren aburuz, egoera horietan benetan zaila egiten zaio familia osoari heriotzari aurre egitea. «Umea bere heriotzaz ohartuta ere, bere ardura handiena gurasoak ondo ikustea da. Eta, noski, alderantziz, berdina gertatzen da. Bata zein besteak gutxitan ausartzen dira heriotzaz argi hitz egitera, maiz, premia izan arren», dio. Familia horiek eta oro har ume horiek bakarreda handia sentitzen dutela uste du Izagirrek, eta une horietan laguntzeko erronkari eutsi behar zaiola.

IRRIZ ETA KOLOREZ TINDATUTAKO AGURRAK, JOAN BERRI DIREN LAGUNTZOENTZAT

Laguntxo txikiak joan direnean agur bereziak prestatu izan ditu Porrotzek, gurasoek hala eskatu diotenean. Pozak eta tristurak partekatzen artista da Euskal Herriko sudur gorri ezaguna eta irriz eta kolorez betetako agurrak egiten ditu. Porrotxen azalean bizi den Joxe Mari Agirretxerekin elkartu da GAUR8 eta heriotzaren gaia plazaratu orduko bere oroimenean iltzatuta dituen bi mugarriren berri eman digu: Porrotxen panpinari besarkatuta hilkutxan ikusi zuen ttikia eta Ane Pirata. 19 urterekin minbiziak jota hil zen neskatxa ausart horrek erakutsi zien pailazo maitatuenei heriotzaz dakiten gehiena. «Harritzekoa izan zen Anek heriotzaren aurrean erakutsi zuen naturaltasuna. Bazihoala jakinda ere, bizitzari begira bizi izan zuen azken unea ere», ekarri du gogora. Anek erakutsi zien urteak betetzea baino garrantzitsuago dela abenturak bizitzea eta, ordutik, Pirritx Porrotx eta Marimototsen lelo bihurtu da Ane Pirata izan zen haren bizi gogoia.

Lehen agurra orain dela urte dezente egin zuen Porrotzek, Txapas eta bere trikitia ondoan hartuta. Semearen omenez egindako elizkizun ilun eta grisaren ondotik, Porrotx deitu zuten gurasoek. «Euren semearen moduko agur bat eskaintzeko eskatu zidaten, ohikoak diren agurrek zerikusi gutxi zuten-eta euren semea zenarekin». Ikuskizunetan egiten dituen lagun guztiak onerako zein txarrerako lagunak dira, betiko lagunak, eta, halako une garrantzetan ondoan egon behar dela sinestuta, pentsatu gabe onartu zuen eskari berezi hura.

Umearen eskolako atarira bertaratu eta haurrak, irakasleak eta gurasoak eraman zituen Porrotzek kalejiran, haurrak gogoko zuen parkeraino. Bertan, dilin dalin orduak eman zituen txoko berean, gereziando bat landatu zuten hildako umeak hain gogoko zuen «Han zeuden krokodilo eta tximua...» abestia kantatzen zuten bitartean. Irribarrez eta kolorez bukatu zuten agur ekitaldi hura.

Koloretan bizi dira Pirritx, Porrotx eta Marimotots, eta koloretako Euskal Herria eta mundua dute desio. Horregatik, joan berri den haurtxoaren koloreak nabarmentzen dituzte agur ekitaldi horietan, joan berri denak



Agur ekitaldi bereziak egin izan ditu Porrotzek hil diren umeen omenez. Luis JAUREGIALTZO | ARGAKZI PRESS

oparitu dizkigun kolore, muxu, irribarre, jolas eta bihurrikeriak gogora ekartzeko. «Joan denak utzitako guztia gurekin daramagu betiko. Hasieran tristura eta malkoa agertuko zaigu harekin gogoratzean, iritsiko da momentua, baina, berak emandako guztiarekin akordatzeko hasiko garena. Negarraren orde, irria iritsiko da orduan», dio ziur.

Lehen eskari horrek harritu ala deseroso sentiarazi zuen ez digu aitortu. Guraso haiek ez dira, baina, trantze gogor horretan Porrotxen agur oparia jaso duten bakarrak izan, ordutik dozena bat agur berezi egin ditu-eta gure pailazoak Euskal Herri osoan

barna. Joandako umeen ikasgelan, eskolako jolastokian, herriko parkean ala mendi tontorrean koloretako harritxo bat ipinita agurtu izan ditu umetxoak Porrotzek. Une goibelak direla ez du ukatzen Joxe Marik, baina bizitza batzuk motzak izanagatik tristeak ez direla aldarrikatu nahi izan du ozen. «Badira laburrak eta ederrak diren bizitzak, baita luzeak eta tristeak direnak ere. Minutuak zein intentsitatekin bizi dugun da gakoa eta horren arabera hartu behar zaio neurria denborari. Behin bakarrik gatoz mundu honetara, zoriontsuak izan gaitezen beraz!», hausnartuz agurtu gaitu.

isuri ez zituzten malkoak bota zituen ondoren organismoak». Darwinez eta arazo sintomato-logikoez gainera, galera ez denean behar bezala lantzen eta integratzen, antsietate, depresio edo obsesio nahasmenduak sortzen dira gerora; «normalean ez dira pertsona baikorrak, beti hiperalertan egon ohi dira, eta, ondorengo bikote harremanetan ere nabaritzen dituzte arazoak: entregarako zailtasunak...», gaineratu du.

Ondorengo arazo horiek guztiak ekiditeko haurrek eta nerabeek doluan parte hartzea da egokiena, proposatzea bederen. Egia osoa ezagututa, nahiz eta hasieran kezkatu ala kasketa gogorrak hartu, bere errelatoa eta narrazioa eraiki dezakete. Eta gainera, bizirik duten gurasoaren doluaren parte badira, konfiantza harremana sortzen da bien artean. «Askotan alargundutako gurasoa ezkutatu egiten da negargura duenean, ez du triste dagoela agertu nahi umearen aurrean. Helduak negarrez ikustea ez da, baina, traumatikoa, naturala da, eta gu negarrez ikusita negar egitea eta triste egotea normala dela erakusten diegu. Negar egin ostean ondo gaudela ikustean, gainera, gudan duten konfiantza hazi egiten da, heldutasunaren bitartez horri buelta emateko gai garela ikusten baitute. Hor dago itxaropena eta babe-sa», dio argi.

INOIZ EZ EZKUTATU

Aldiz, tristura ukatuz, ez erakutsiz, nahigabe bada ere, umeak bere mina eta ezintasuna ezkutatzera behartzen ditugula uste du Izagirrek. «Min horretan gainera, bakarrik uzten ditugu. Umeek zer ikusi, hura ikasi», gehitu du.

Dolua lantzerakoan, haurra-
ren adina da aintzat hartzeko faktoreetako bat, ez baita berdina ume txikiekin ala nerabeekin gaiaz hitz egitea. Adina bainoa-go, Izagirreren ustez, atzeraezintasunaren kontzientzia izatea da giltzarria. «Lau, bost ala sei urteko haurrek ez dute atzeraezintasuna ulertzen, kognitiboki, pentsamendu magikoan daude,



Galera ondo gainditzen ez denean bizitza osoan zehar arrastan eramaten diren arrastoak agertzen dira. THINKSTOCK

«Txikiak helduen ispilu dira, eta hauek ondo badaude, txikiak ere ondo egongo dira. Helduek euren doluarekin arduratuta, txikiei transmititzen dietena, benetakoa izango da»

Gurasoetako bat galdu duten umeen artean erabat umezurtz geratzeko beldurra nagusitzen da sarri, eta, bizirik duen gurasoa ondo ikusten ez badute, hura zaintzeko lanak hartzen dituzte

Olentzerorekin, eta ez dakite betiko galerak zer diren», azaldu digu adituak.

Ez ulertzeagatik, baina, ez ditugu baztertu behar. Hala adierazi du argi eta atzeraezintasuna garatua ez duten haurrekin heriotza joko sinbolikoekin eta metaforekin lantzeko gomen-dioa egin du, lehoiaren ipuina-
rekin ama horrek egin zuen mo-
duan.

Heriotza oso gaztetan ezagutu duten haurrek bi fasetan ixten dute dolu prozesuak irekitako zauria: «Hasieran, drainatze emozionala egiten dute, eta, gerora, narratiba propioa eraiki». Hortaz, Izagirrek azaldu bezala, ohikoa izaten da atzeraezintasuna garatu ahala

berriz kezkatzea hildako pertsona horrekin. «Une horretan ulertzeko gaitasuna lortzen dutenean berriz agertzen dira kezkak, galderak... behin eta berriz aterako dute gaia, eta ondoan sentitu behar gaituzte kezkak argitzeko».

Umeek zein nerabeek negarraren eta hitzaren bidez baino gehiago portaeraren bidez erakusten dute euren egoera, baita dolu prozesuan ere. Beraz, negar egiten duten ala ez tematzearekin baino gehiago besteekiko harremanetan, otorduetan ala loaldietan arreta jartzea gomendatzen digu Izagirrek, umeek oro har malkoak amorruaren bidez ordezkatzten dituztela gogorra ekarriz.

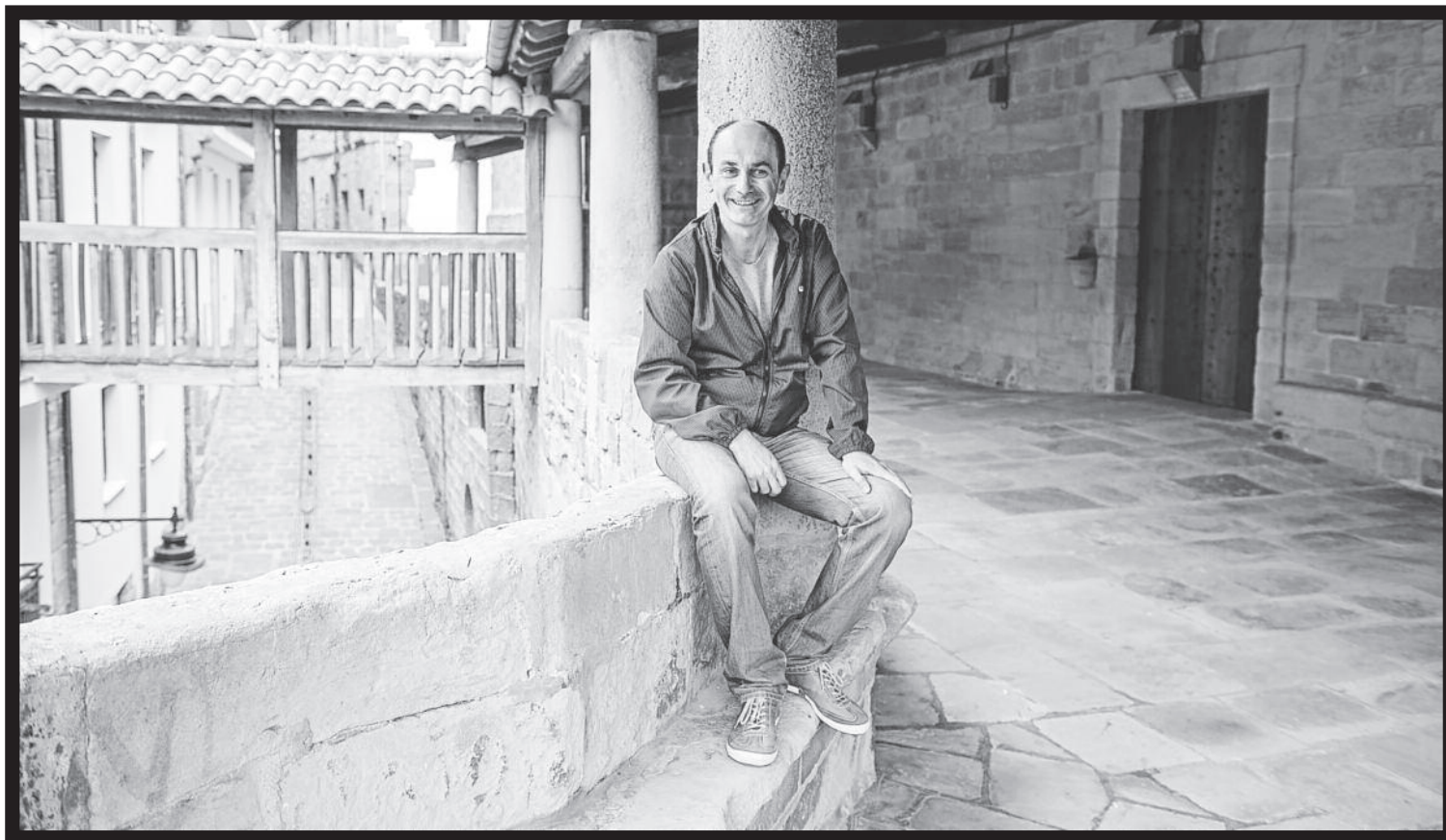
PSIKOLOGIKOKI EZ ERAILTzea

Heriotzak eragindako hasierako min jasangaitza gaindituta, hildako pertsona ez ahaztea ere gomendatzen du Izagirrek. «Aita edo ama hila izango dute, baina betiko aita ala ama bat dute», dio argi. Umea babestearren, hildako pertsona ahaztea pertsona hori birritan hiltzea bezala dela uste du. «Naturan hil egin da eta psikologikoki erail dugu», dio. Horren aurkako ari-

keta polita hildako pertsonaren inguruko biografia egitea da. «Zaila eta mingarria da hasieran alargunarentzat, baina altxor bat da umeentzat. Hildako gurasoaren argazkiak, gustuak, pasarteak jasoz, fantasiaren eta gure imaginarioaren bitartez, figura hori berreraikitzen dugu eta umeek kuriositate handia erakusten dute», dio.

Heriotzak erabat kolpatu aurretik, gaia lantzea da Izagirreren aholkuetako bat eta horregatik egiten du heriotzaren pedagogiaren aldeko apologia. Eskolan edo etxean aitzakia dagoen bakoitzean gaiari heltzeko ausardia edukitzearen alde agertu da psikoklinikoa, gaia lantzea delako prebentziorako gako nagusia: «Etxeko arraintxo edo txakurra hiltzean, heriotzaren inguruko albiste bat entzutean... errazagoa da orduan heriotzaz aritzea, modu traumatikoan gertatutakoan baino. Une horretan kirurgia erabili behar dugu, ahal duguna egiten dugu, eta, ahalik eta hoberen, baina kirurgia da, ez prebentzioa».

Heriotza gainera, gai didaktiko ezin egokiagoa da Izagirreren esanetan. Izan ere, galerarekin eta frustrazioarekin du



Inklusioa eta informazio helarazte hori gainera, une guztietan egin behar dela defendatzen du, eta ez soilik, heriotza gertatu ostean. Berak artatutako kasu bat jarri digu mahai gainean gaia hobeto kokatzeko. Mingarria oso, baina baita eredugarria ere. «Amak, minbiziak jota laster hilko zela jakitun, errealitate hori transmititu nahi izan zien bere bikoteari eta alabatxoei. Modu batean, bere heriotzak irekiko zuen zauria sendatzen lagundu nahi zuen, aurrez eta bera presente zegoen bitartean». Eskari honekin joan zen Izagirreraren kontsultara eta elkarrekin bide bat marraztu zuten, amaren agurra arteko bidea marraztu zuten lehenengo, eta, galeraren ondorengo bidea, ostean.

«Hil behar zuen ama horrentzat garrantzitsuena alabek bazihoala ulertzea zen. Ez zen samurra, zazpi eta lau urte zituzten-eta alabek, eta txikienak, bederen, ez zuen atzerazintasuna ulertzerik. Hori kontuan hartuta, familian ipuintxo bat eraikitzea proposatu nien-ekarri du gogora Izagirrek-.

Patxi Izagirre psikokliniko zumarragarra adopzioan hartu duen Orio herrian.
Juan Carlos RUIZ | ARGAZKI PRESS

Oihanean bizi zen lehoi familia baten istorioa zen, ama lehoia gaixorik zegoen, eta umeek euren astez aste osatu zituzten ipuinaren kapituluak. Umeek euren irudikatu zuten ipuin horretan, metafora horretan, amaren heriotza».

AHAL BADA, AGURTU

Ama honek egindako ahalegina ez da ohikoena. Ariketa zaila eta mingarria izan zela ez du ukatzen Izagirrek, ondorengo dolu prozesurako, alabaina, askatzaila izan zela dio argi. Ez da heriotza aurretik artatu duen kasu

bakarra, eta, hortaz, argi ondoriozta dezake, agurtu aurreko uneetan arretaz jokatzuz gero, ondorego dolu prozesuaren pronostikoa hobeagoa izaten dela. Hortaz, bizitzak agurtzeko aukera eskaintzen duen horietan umeek ere agur esatearen alde agertu da Izagirre. «Beti ere aukera emanez, ez behartuz», gehitu du. Amatxo ala aitaxo agurtu dutenean, euren memoria emozionalean iltzatuta geratuko dena azken unera arte harekin egon direla izango da, ez dutela abandonatu, eta hori garrantzitsua da oso.

Heriotzak, baina, ez du iragaritzen atea joko digunik eta batbateko heriotzetan bestelako trabak gehitzen zaizkio ohiko dolu prozesuari. «Istripu baten eraginez, bihotzekoak jota ala suizidio bidezko heriotzetan, shock egoera nabarmenean geratzen dira senideak. Sinistu ezinik daude denbora luzez eta amorru eta tristura handia izaten dituzte, baita estres traumatikoa ere». Korapilo horiek ekidin daitezkeenean, beraz, horiek askatzearen alde egiten du Izagirrek.

Behin heriotza gertatuta, psikokliniko honen ustez, alargun gelditzen den guraso horrek egin behar duen lehen egitekoa bere doluarekin kezkatzea da. «Txikiak helduen ispilu dira, eta hauek ondo badaude, txikiak ere ondo egongo dira. Helduek euren doluarekin arduratuta, txikiei transmititzen dietena, benetakoa izango da. Heriotza, mina eta emozioa integratuta, hitz eginez, konpartituz... eredua jartzen zaie txikiei», azaldu du.

NOR BERE DOLUAZ ARDURATZEA

Maiz, baina, norberaren dolu prozesuarekin ahaztu eta umeekin kezkatuta, hauen behar primarioei modu errobotikoan erantzuten diete alargunek. Haurrak, baina, guk uste baino argiagoak dira, eta nahiz eta informazioa ezkutatu, maiz nabaritzen dute gauzak ez doazela ondo. Gurasoetako bat galdu duten umeen artean erabat umezurtz geratzeko beldurra nagusitzen da sarri, eta, bizirik duen gurasoa ondo ikusten ez badu, hura zaintzeko lanak hartzen ditu. «Txikiak guztiaz ohartzen dira eta alargunaren zaindari bihurtzen dira. Bere dolua hil eta amaren makulu bihurtzen dira, euren ez den rol bat betez eta alargunaren sasi bikote bihurtuz», azaldu du.

Nerabetasunetik aurrera beste zutabe batzuk ditu gizakiak, lagunak, bikotekidea... Haurtzaroen, baina, gurasoak dira babesia bakarra eta haietako bat galtzean, umezurtz gelditzearen beldurra izugarria da umeen artean, babesaren beharra existentziala eta oinarrizkoa delako. Beldur horren eraginez ez dagoen kien rola betetzen dute. Hori ekiditeko formula egokiena, beraz, bizirik duten guraso horrek bere dolua ahalik eta modu egokienean kudeatzea da.

Dolu prozesuak modu desgokian kudeatzeak arrasto nabarmenak uzten ditu bizitza osoan zehar. Charles Darwinen bizitza jarri du Izagirrek adibide gisa, eta lau urterekin ama galdu izana lotu du bizitza osoan zehar jasandako gaixotasunekin: «Berak zioen bezala, begiek

Informaziorik ezean, umeek sentitzen duten ziurgabetasunaren bidez eraikitzen duten azalpena errealitatea baina traumatikoagoa izan ohi da maiz

Bizitzak aukera hori eskaintzen duenean, agurtu aurreko uneetan arretaz jokatzuz gero, ondorego dolu prozesuaren pronostikoa hobeagoa izaten da