



Saioa Aginako Lamarain
Psikoterapeuta

Oztopoak gainditzen

Europako beste lurraldeekin alderatuta, hemen, Euskal Herrian, gure seme-alabei gehiegizko babesa eskaintzen diegu; hau da, «badaezpada» hitza zutoihal bezala hartuta, gure seme-alabei bizitzea dagozkien gudak hartzen ditugu gure gain, beraien gorputzak balek zula ez ditzaten; halere, paradoxikoki, bala galduak izaten amaitzen dute batzuek. Gure seme-alabak sufritzen ikusteko beldurrez bizi gara gurasook, beraien helburuak autonomiaz lortzearen ezintasunak sortutako frustrazioa bizitzeko beldurrez. Orokorrean besteen sufri-mendua sentitu eta ikustea kosta egiten zaigu, baina, gure seme-alabena, are gehiago, eta gaizki pasatzen dugu.

Sufriarazi gaituzten esperientziatik seme-alabak aldentzen saiatzen gara, ez gara konturatzen beraiek inguratzen dituen errealtatea ez dela guk bizi izandako errealtate bera. Hala, eta hemen dago koska, seme-alabak gurekiko pertsona bereiziak direla ahazten dugu, berezko ezaugarriekin. Argi dago ez dugula gure seme-alabek gorriak ikustea nahi, baina, hemen askotan esan dudana bezala, bizitzan momentu mingotsak ere badaude, eta, horiek ekiditeko bidea erraztu nahian esku hartzen dugunean, gure ondorengoen ikastaldi eta indartze emozionala oztopatzen ari gara konturatu gabe. Aldi berean, gure jarrerarekin, garapen pertsonalerako aukera bat ukatzeaz gain, beraien limiteak esploratzeko eta beraien gaitasunekin topo egiteko aukera ezeztatzen diegu seme-alabei.

Egunerokotasunean anitzak dira jakobide honen adibideak; beste batzuen artean, esaterako, jolasten ari direla ez diegu zikintzen edo lurrera erortzen uzten, beti bost segundo aurreratzen gara hori gerta ez dadin, edo, otorduetan, bakarrik gustuko jakiak jartzen dizkiegu plateretan, edo, lagun batekin arazoren bat dutenean, argudioak entzun gabe beraiek egindakoa ontzat ematen dugu. Gehiegi babesten ditugunean, seme-alabek arduratsuak edo arduragabeak izatearen ondorioak

esploratzea saihesten dugu, eta, horrekin batera, beraien jarrera eta ekintzen inguruan hausnartzeko tokia eta aukera ukatzen diegu.

Bizitzan zehar arazoak agertuko zaizkie gure seme-alabei ere. Guztiok bizi izan ditugu eta biziko ditugu; alde batetik, kanpotik etorriko direnak, eta, bestetik, norberak aurrera eramandako ekintzek sortutakoak. Buruhauste-entzat erremedioak bilatzen ikastea bizitzarako ezinbestekoa den ikaskuntza da eta bakarrik une desatseginak bizitzen lortuko dute.

Horrek ez du esan nahi ez diegula gure seme-alaben arazoei inolako jaramonik egin behar, baizik eta suertatzen zaizkien arazoak lehenengo pertsonan bizitzen utzi behar diegula, konponbidea euren kabuz bilatzera animatuz. Segurtasun sentsazioa eskainiz, beraien arazoak entzunez, limiteak jarritz, erantzukizunaren garrantzian heziz, autonomia bultzatuz, autoestimua garatzen lagunduz, kon-

fiantza landuz eta beraien bizipenen bidaide izanez.

Harremanak galtzea, lanean hanka sartzeren bat egitea edo besteen epaia jasotzea bizitzan zehar arruntak diren egoerak dira eta horietatik eratorritako sentimenduak ez dira atseginak. Sentimendu horiek kudeatzen txikitatik ikas genezake, haurrak garenetik alegia, baina, horretarako, helduek utzi eta aukera eman beharko digute. Haurtzaroan, antsietate, tristura edo frustrazio sentimenduak ekiditen badizkiegu etengabe hurrei, gaizki pasa ez dezaten helburu, etorkizunean ez dira prest egongo heldu umo eta emozionalki arduratsuak izateko.

Utzi, eta aldi berean lagun diezaiegun seme-alabei konponbideak topatzen, beren kabuz gainditutako erronka eta oztopo bakoitza ahalduzterantz aurrerapauso bat izan dadin. •



Arazoak lehen pertsonan bizitzen utzi behar diegu seme-alabei.

Jagoba MANTEROLA | ARGAZKI PRESS