

NERABEAK PANDEMIAN

Izurritea gelditzeko neurriek adinaren beharrian direnak debekatzen dituzte

Nerabeak eta pandemia» binomioa sarritan agertzen ari da azken hilabeteetan. Bidegabeki birusaren transmisioaren errudun nagusi gisa aurkeztuta, espazio publikoan erantzuteko ahotsik ez duen kolektiboa komentario negatiboen jomugan egon da, adinak dituen berezko portareiei eta beharrei erreparatu gabe. Bistakoa da birusaren hedapena saihesteko neurri murriztaileek gizarte osoan inpaktua dutela, baina era berezi batean kolpatzen ari dira berdinen arteko harremanak hain garrantzitsuak diren adin tarte hori.

Pasa den martxoko eta apirilko itxialdiarekin hasi eta ia urtebete beranduago, ezarritako mugek haien artean erlazioatzeko espazioak, ordutegiak eta formatu gehienak ezabatu dituzte: hiru lagunekin biltzeko muga, 22.00etarako etxean, jairik ez, gaztelekuak itxita edo oso edukiera mugatuarekin, lonjak debekatuta, denbora luzea entrenamendurik gabe, ondoko herri-joateko debekua, klasean musukoa jarrita eta distantziak gordeta, polizia ezberdinen gertuko zaintza, beharrezko konfinamenduak...

Definizioz gatazkatsua den adin horietan daudenek osasun larrialdiagatik ezarritako arauak bete eta egoera berrira egokitu direla diote ondoan dituzten helduek, irakasleek, hezitzaileek..., baina haien adinean arrotzak diren arau eta murrizketek beteriko monotonia baten segidan sartuta, etsita ikusten dituztela aipatzen dute. Nabarmentzen duten beste alderdi bat da helduek haienganako duten exigentzia

 **JENDARTEA** / Nerea Goti

Nerabeekin lan egiten duten profesionalengana jo du Gaur8k, pandemiagatik ezarritako mugez inguratuta bizi diren gazte horien bizimodua nola aldatu den ikusteko. Komentatzen dutenez, lehenik eta behin nerabe izatea zer den gogoratu beharko lukete helduek, uko egin behar izan dioten guztiaz jabetzeko.

mailarekin lotuta dago, baita errudun gisa tratatuak izatearen sentimendua uzten ari den pisua ere, gaizki begiratuak eta seinalatuak, arduragabekeriak jokatzearen erantzule nagusiak balira bezala. Enpatiarik ez dutela leporatzen zaie baina haiekin enpatia gutxirekin eta exigentzia maila handiarekin jokatzeko ari dela uste dute. Zer da nerabe izatea eta zer da pandemia baten erdian nerabe izatea? Nola eragiten die?

Osasunaren Mundu Erakundeak 10 eta 19 urte arteko tarte-

an kokatzen du haurra izatetik heldua izatera doan garapen aro hori, eta horren deskribapenean zehazten du nerabeak ez direla ume txikiak, baina ezta helduak ere. Eransten du, gainera, nerabea ez dela «kontzeptu konplexuak ulertzeko gai, ezta jokabide baten eta haren ondorioen arteko harremana ulertzeko ere, ezta osasunarekin lotutako erabakiak hartze-ri dagokionez duen edo izan dezakeen kontrol maila haute-mateko ere». Ez da gutxi dioen guztia, ezaguna ez den osasun

Itxaso Torregrosa
sexologoak Sexu Hezkuntza
tailerrak ematen ditu
Nafarroako zenbait
ikastetxetan, LHn, DBHn eta
Batxilergoan.
Jagoba MANTEROLA | FOKU



larrialdi baten testuinguruan kolektiboaren portaera balortzeko orduan.

Donostiako Ategorrieta auzoan nerabeekin lan egiten duen Norbera proiektuko ki-deengana hurbildu gara, bertan ikusten duten panoramaren berri jasotzeko, eta Alberto Ruiz de Alegria zuzendariarekin hitz egin dugu pandemia gazteen arteko gazteenak nola kolpatzen ari den jakiteko.

ONENARI UKO EGITEA

Norberan, nerabezaroan arriskudun portaerak, arau eta mugen falta edo familian arazoak dituzten gazteekin eta haien familiekin lan egiten dute. 13 eta 17 urte bitarteko gazteak artatzen dituzte.

Nola ikusten dituzten galde-tuta, Ruizek erantzun du argi dagoela «pandemia eragiten ari zaiela». Hasteko, nabarmendu du «dinamika normal batean normaltasunez egingo lituzketen jarduera askori» uko egin behar izan dietela. Zailtasun batzuk dituzten gaztetxoekin lan egiten duela zehaztu du eta, hortaz, nerabeen errealitatera bere txoko horretatik hurbiltzen dela azpimarratu du. San Sebastian egunkoia bezalako jai handi bat aipatu du adibide gisa. «Egoera normal batean, dudarik gabe, helduek egingo luketen moduan neska-mutilak gauean kalean egongo lirakeke, baita talde handitan egon ere... eta orain ezin dute egin».

Adin horretan, gizarte harremanak izatea bizitzaren lehenetasuna da, eta pandemiak lehenetasun hori baldintzatu eta konfinamenduekin ia guztiz ezabatu du. Ruizek nabarmendu duenez, helduei kostatzen zaie nerabeen azalean jartzea, baina ez da edonolako ukoa familiatik kan-

poko mundua esploratzeak eta beraien kideekin erlazio-natzeak hain pisu handia duen garaia izanda. «Hori guztia erabat ezabatu da, baina adin horretako gazteek egoera berrietara egokitzeko gaitasun ikaragarria dute, muskulaturaren modukoa da, adinarekin gogortzen doa, baina haien malgutasun mentala eta emozionala askoz handiagoa da», planteatu du Norberako zuzendariak.

Harremanen arloan, sare sozialek kontaktuaren beharra arindu dutela aipatu du. Pantailen erabilerak familietan kezka eragiten du, eta Ruizek onartzen du arrisku argiak eta «gabeziak» dituela, zuzeneko harremanekin alderatuta, «baina egoera berezi honetan, sozializaziorako, haien arteko harremanentzat aberastasuna da». Haren ustetan, ikastetxeen irekierak lagundu zuen egoera apur bat arintzen, «ez bakarrik alderdi akademikoan baizik eta elkarren arteko erlazioan, sozializazioan, kontaktuan egote horretan».

«APAL, TRISTE, ETSITA»

Itxaso Torregrosa sexologoak Sexu Hezkuntzako tailerrak ematen ditu Nafarroan. Zenbait ikastetxetan aritzen da, LH, DBH eta Batxilergoko taldeekin. «Nola ikusten ditudan? Orokortzea zaila da, baina oro har esango nuke beste guztiak bezala pixka bat apal, triste samar daudela; azken batean, honek kristoren eragina dauka beraien harremanetan, eta etsita –ez dakit hori den hitza– utzi ditu; konformatu dira, baina etengabe jasotzen dute, gainera, mezu bat beren errua izango balitz bezala, eta uste dut ez dutela empatia askorik jasotzen eta ez zaie la entzuten», erantzun du.

Ruiz de Alegriaren ustez, nerabeek malgutasun handia erakutsi dute eta neurrietara egokitu dira; baina adin horretan garrantzia duten gai askori uko egitea eskatzen zaie

Adin guztietan dira garrantzitsuak harremanak, baina nerabezaroan funtsezkoak direla ohartarazi du Torregrosak, eta arlo hori orain «blokeatuta» daukatela nabarmendu du



Alberto Ruiz de Alegria, Norbera proiektuko zuzendaria. Juan Carlos RUIZ | FOKU

Torregrosaren iritziz, «exijitu egiten zaie, baina askotan ez da kontuan hartzen, ez da ulertzen, adin guztietan inportantea dela erlazonatzea, baina nerabezaroan norberaren nortasuna garatzen dela, erlazonatzeko moduak ari direla garatzen, zeure burua ezagutzen, zeure desioak, zeure aisialdian zer gustuko duzun...». «Oso garai garrantzitsua da eta blokeatuta daukate, eskolatik etxera eta etxetik eskolara; eta helduok asko hitz egiten dugu baina pentsatu behar dugu nola biziko genukeen garai hau guk beraien adina izango bagenu», adierazi du.

Aurrez aurreko eskolak dituzte, baina haien arteko kontaktuak oso espazio mugatuan direla uste du Torregrosak. Gaineratu du musukoarekin ez dituela aurpegiaren espresioak ikusten. «Arrotza» egiten zaio «emozioez hitz egitekoak diren» tailerretan horrela lan egin behar izatea. «Aurpegiak estalita, nabaritzen dut kontzentrazio maila mantentzeko baldintzak ez direla berdinak, eta maskararen atzean ezkuta daitezkeela; errazago egiten zaie beren burua isolatzea», dioenez. «Ez dut ikusten nork daukan irribarrea, nor dagoen haserre, gorputz espresioan gaitasunak galtzen ari dira, eta gela barruan oso mugatuta dute beren arteko harremana, egoera etsipenezkoa dela iruditzen zait».

Kontatu du ikasleak apal ikusi zituen gela batean, hitz batekin nola sentitzen ziren esateko eskatu ziela. «‘Pozik’ bat kenduta, beste 27 hitzak ‘triste’, ‘etsita’, ‘apal’, ‘bakarrik’... izan ziren; ez daramate gaizki baina tartea eman behar diegu beraiekin hitz egiteko, ‘zer moduz zaude?’ galdeztzeko».

Kalean, bestalde, gauzak ez dira oso errazak; nahita egin gabe, era natural batean, plaza batean lagun talde bat pilatu eta herritarren begiradak edo errietak jasotzen dituzte. Ezarritako lagun kopuruen mugak erraz apurtzen dira adin horietan kuadrillako bati aldentu behar dela esateko beharra dagoenean.

Horrekin lotuta, Torregrosak nabarmendu du errudun sentimenduaren diskurtsoa jasotzen dutela, «beraiek erantzule egitearena eta errepresioaren ideia, dena neurriak, debekuak, ezetzak, polizia... ez dakit zenbat inbertitzen ari garen ez gazteekin bakarrik baina gazteekin bereziki beraiekin egoten, nola dauden ikusten, honek guztiak beraientzako zer ondorio dauzkan begiratzen... ari gara osasunaren alderdi bati errepertatzen baina osasuntsu egotea ez da bakarrik gaixorik ez egotea, ongi sentitzea da, garapen osasuntsu bat izatea da, eta hori dena baldintzatzen ari zaie».

JOLASTEKO, LIGATZEKO... MOMENTUA

Planteatu du, bestalde, oso zaila dela «tentsio maila horrekin 24 ordu bizitzea». «Nire ustez, besteok dauzkagun elkartasun eta kontzientzia maila berdinak dituzte gazteek, baina gertatzen da askotan beraiegan konfiantza nahikorik ez daukagula eta ongi pasatzeak izorratuko bagintu bezala jokatzen dugula», dio sexologoak heldu batzuen jokabideaz. «Uste dut inoiz baino tarte txikiago dutela pentsatzen dutena esateko, eta ematen du parranda egiteko gogoia dutela esatea astakeria dela. Eskubidea daukate, ordea, hori sentitzeko eta hori behar izateko, uste dut ez zaiela sikiera esateko espaziorik ematen», gaine-

ratu du. Finean, norberaren esperientzia ahaztu eta «arduragabeak direla esaten dienak bere parrandak egin ditu, ligatu du... bere nortasunaren fase hori pasatu du; horrek daukan garrantziaz jabetu behar gara», ohartarazi du.

Haienezako egoera honek zer suposatzen duen jabetzeko, azaldu du badaudela helduen ikuspuntutik begiratura oso detaile txikiak izan daitezkeenak baina haienezat mundu bat direnak; ikasbidaia edo jaiegun bereziak aipatu ditu, eta horren aurrean sarritan «eta ez zaitez kexatu» mezua entzun behar dutela. Zuzeneko harremanak izateak daukan garrantzira itzulita, sare sozialek nahiko indar dutela onartzen du, baina gaineratu du «barre egiteko, jolasteko, korrika egiteko, besarkatzeko, ligatzeko, kalabazak jasotzeko...» momentuak behar dituztela, baina «hori dena bizi egin behar dute, eta galtzen ari dira».

Ikasle txikienekin ere lan egingen du Torregrosak. Haren ustez, nerabeekin ez dago txikiekin dagoen ulermen maila bera, ez zaielako ia ezer baimentzen. «Hiru-lau urteko haurrekin gaudenean ulertzen dugu, eta esaten dugu: 'ai, lagunekin joan nahi du-eta jolastera', eta normala iruditzen zaigu, baina gazteekin zorrotzak gara, 50 urteko bati exijitzen diogun berdina eskatzen diegu, baina ez dituzte gaitasun berdinak, ezta behar berdinak ere».

Eragiten dien beste faktore bat da familiarekin eta etxean hainbeste denbora eman behar izatea. Torregrosak nabarmendu du normala dela adin horretan gurasoengandik aldentu nahi izatea eta etxe guztiak ez direla beti babeserako tokiak. Horrekin lotuta, aipatu du Katalingunean lan



Ikasle talde bat Durangoko Azokaren azken edizioan.
Marisol RAMIREZ | FOKU

egiten duela eta itxialdiarekin ikusi ahal izan dela zein izan daitekeen egoera etxean onartuak ez diren pertsonentzat. Gaineratu du transexualen artean prozesu asko gelditu egin direla.

GAUEAN KALERA IRTETEKO ADINA

Alberto Ruiz de Alegriaren esperientziaren ikuspuntutik, ikuspegi soziologikoago batek egoera honek onuragarriak izan daitezkeen alde batzuk ekarri ditu. Familiekin lanean ikusi dute etxeetan nabarmen murriztu direla ordutegien eta diruaren beharraren inguruko liskarrak. Gaineratu du gero eta goizago hasten direla nerabeak gauean irteten, eta «uda osoan zehar festarik ez izate-

«Korrika egin, besarkatu, ligatu, kalabazak jaso...», halako uneak behar dituzte gazteek, eta galtzen ari dira. Helduei exijitzen zaien berdina eskatzen zaiela uste du Torregrosak

Ettxeratzeko agindua nagusientzat egoera koiunturala dela uste du Ruizek, baina nerabeei dagokienez, moteldu egin du azken urteotako joera: gero eta lehenago hastea gauez ateratzen

ak» galarazi duela 13-14 urteko neska-mutilak gaueko parrandetan ibiltzen hastea. «Aurrenerabetasunean dauden horiek gero eta goizago sartzen dira alkohola edateko etapan dauden horiekin eta hori asko gelditu da. Duela 20 urte praktika horiek ohikoak ziren adin handiago batekin; eta epe luzera ez da txarra, zeren uste dut haurrak, edo haietako batzuk, goizegi hasten ari zirela gauez irteten».

Taldeetan, berriz, kezkatzen dituzten gaiak beraien eguneroko bizitzakoak izaten dira orain ere, hezitzaileak argitu duenez, ez mugekin lotutakoak. «Askotan ekintzetan edo larritasunean adierazten diren depresioarekin lotutako egoera asko ikusten dira, nork bere burua zauritzearekin lotutako kasuak eta mota honetako egoerak, baina gutxi daude pandemia egoerarekin lotuta», azaldu duenez.

Familia barruko harremanek protagonismo berezia hartu dute orain. Esfera horretan, Ruiz de Alegriak aipatu du etxean klima egoki bat izatea zailtasunei aurre egite-

ko gakoa dela, klima txar batekin konfinamenduak askoz zailagoak baitira. Itxuraren inguruan gaineratu du nerabeen portaeretakoa batzuek agerian jartzen dituztela etxean egokiak ez diren egoerak». Aipatu duenez, etxeko giro ezegoki horiek landare bat itzalean jartzea bezala dira, «ez da hain ondo hazten».

Norbera zentroko zuzendariak planteatzen du orokorrean une goxo bat izan daitekeela hau gehiegizko babesa duten familientzat, «baina kontuz, seme-alaba gauez ez ateratzearekin liluratuta egotearekin, hau egoera koiunturala delako, eta logikoena da mundua esploratzea eta familiarik banantzea, etxekoengandik banantzea, gurasoen desidealizazio prozesu bat dagoelako eta hori garrantzitsua da».

Norberan nabaritu dute gazteek badutela egoeragatik bertan behera utzi behar izan dituzten aisialdiko ekintza batzuen falta, eta testuinguru horretan, kanpoan aisialdirako dituzten aukeren artean kirolaren garrantzia nabarmendu du, eta zehaztu du, halere, nerabezaroan kirolaren pertzepzioan askotan aldaketa bat gertatzen dela, jolasa diziplina bilakatu eta beste behar batzuk agertzen direnean.

Alberto Ruiz de Alegriak ez du onartzen, bestalde, nerabeak kutsatzeen errudun egitearen mezua. Berak dioenez, urte asko daramatzagu «nahiko marko indibidualista batean, non pertzepzio kolektiboa bigarren plano batera pasatu den, baina nerabeak ez dira helduak baino arduratsuagoak edo arduragabeagoak». Uste du azken datuek argi adierazten dutela kutsatzeak lotuago daudela helduen inguruneekin.

TOLOSAKO INMAKULADA LANBIDE IKASTOLAN ASALDURAK AZTERTU DITUZTE

Tolosako Inmakulada Lanbide Ikastolan, nerabeen buruko osasunaren asaldurak aztertu eta horiei aurre egiteko proiektu zabal bat garatzen ari dira hainbat ziklotako ikasleak. Emaiza deigarriak lortu dituzte egoeraren inguruko ikerketa ofizialik ezagutzen ez den momentu batean. Ikasketen barruko proiektu bat da, eta abiapuntu modura nerabezaroa zer den planteatu dute. Horren deskribapenean definitu dute haurtzarotik helduarora igarotzeko prozesu biopsikosozial bat dela, etapa konplexua, «polita bezain eroa», non osasun mentaleko asaldurak ere agertzen diren. Arlo horretan ikusi dute, halere, ez direla bestelako gaixotasun batzuk hartzen diren naturaltasun berarekin hartzen, eta tabuak direla askotan.

Enara Larrain Psikologian doktorea ikastetxeko irakaslea da. Mundu mailan dauden ikerketen berrikuspen bat egin eta hemen egoera zein izan zitekeen ikusi nahi zutela azaldu dio Gaur8ri. «Bagenekien azken hamarkadetan buruko osasuneko arazoak ugaritzen ari zirela, antsietatea, depresioa, suizidioa... Ikusi nahi genuen zer inpaktu izan duen Covid-19ak, baina argi geneukan ez dela birusa bakarrik izan, baizik eta aurretik datorren errealitate bat. Gure gizartea aldatzen ari da, arrazoi asko dago atzetik, nerabeen arteko harremanak asko aldatzen ari dira, asko sare sozialen bidezkoak dira, oso superfizialak, beti zoriontsu, beti pozik... gauza horiek guztiek eragiten dute eta Covid-19ak okertu ditu, konfinamenduak, sortu dituen beldur guztiak, ziurgabetasuna...», azaldu du adituak.

Ebidentzien aldetik zegoen hutsunea ikusita, diagnostikoa egiteari ekin zioten, eta onartu duenez «ikerketa xumea da» burutu dutena, ikerketa zientifiko baten fidagarritasunik ez daukana, baina helburua zen «egoera azaleratzea, gizarteari hemen zer gertatzen ari den eta horri aurre egitea zer garrantzitsua den erakustea». Nola? Inkestak banatu dituzte 13 eta 18 urte bitarteko ikasleen artean, Google Forms formatua erabiliz. Proiektuetan oinarritutako metodologiaren barruan, Osasun Dokumentazio zikloko ikasleek galdetegia prestatu zuten eta hurrengo erronka beste ikastetxeekin kontaktuan jarri eta inkestak egin ahal izateko gurasoen baimenak lortzea izan zen. Ia 500 ikasleren parte-hartzea lortu dute, eta emaitzei dagokienez, %34,5ek antsietate edo depresioaren sintomaren bat izan dutela onartu dute, «nagusiki, nekatuta eta energia gutxiarekin sentitzen direla eta kezka handia dutela diote». Parte-hartzaileen %5,6k suizidio arrisku den zeinuren bat izan dutela adierazi dute. Larrainek aipatu duenez, 51 ikaslek ez diote galdera horri erantzun, eta gaia ezkutatzeko jarrerarekin lotzen dute hori.

Inkesta bete duten ikasleen artean, bestalde, %12,1ek substantziaren baten kontsumoa areagotu dutela adierazi dute, batez ere alkohola, marihuana

eta haxixa, eta %9,48k laguntza psikologikoaren beharra sumatu dutela erantzun dute.

Larrainek nabarmendu duenez, suizidioa bezalako gai bat ukitzeak «atzera bota ditu ikastola asko», eta «arazo bat da, zeren horrela arazoa estaltzen jarraituko dugu». Gaiaren gainean inkestak eman dituen emaitza deigarriak aipatu ditu. Azaldu duenez, suizidioaren ideazio, planifikazio eta saiakeren inguruan galdetzen zen, eta «ikusi da badaudela ideia burutik pasatu zaien ikasleak; ez da hain arraroa, azkenean goraino zauden momentu bat izan daiteke eta horrek lotura dauka depresio eta antsietatearekin; baina seguru gehiago egongo direla, zeren hori inkesta batean jartzea zaila da nerabe batentzat».

Emaiza urrats berriak egiteko motorra izan da. Larrainek azaldu du ikasleek eurek, ondorioztatutakoa ikustean, planteatu zutela egoera horren aurrean zerbait egitearen beharra. Horrela sortu zen tailerrak antolatzearen ideia. Ziklo gehiagoren laguntzarekin, suizidioa prebenitzeko programa bat eta depresioaren eta lo asalduraren gaineko tailerrak antolatzen ari dira, baita drogen kontsumoari eta bideo jokoen

erabilerari buruzkoak ere. Ikasleak motibatuta ikusten dituzte, beraiekin gai hauetaz hitz egiteko aukerak zabaldu dira, eta asmoa da tailerrak ikasleek eurek eskaintzea, berdinen arteko komunikazio hori «nerabeentzat oso garrantzitsua baita». Proiektuaren barruan, gainera, lantalde bat sortzen ari dira adituen laguntzarekin irakasleentzat suizidioaren prebentziorako gida bat egiteko.

Pandemiak nerabeengan dituen eraginez galdetuta, psikologoaren iritziz erruduntasun zama handia egotzi zaiei beraiei, «oso kritikatuak izan dira eta jende asko ez da beraien lekuan jarri, sentitu dute ez direla ulertuak izaten ari; baina nire esperientziaren arabera, nahiko arduratsu jokatzeko ari dira», dio Larrainek. «Beraien garapenerako gertutasun hori behar dute, beraien artean egon... eta hori galtzen ari dira; urte bat pasatu da eta honek azkenean inpaktua izango du beraien ondorengo identitatearen garapenean, oso garrantzitsua da. Sare sozialetan ‘zer zoriontsu naizen’ erakusten dute, baina ez daukate ez espaziorik ez arazoak nahiz emozio negatiboak kontatzeko aukerarik», dio.



Tolosako Inmakulada Lanbide Ikastolako ikasleak. Gorka RUBIO | FOKU