

Haur garaiko ikaskizunak dira helduaroko ongizatearen oinarri

Jarrera eta jokabide batzuk txikitan ikasten ez badira, heldutakoan zailagoa izaten da barneratzea

GARAPEN autonomo, orekatu eta heldua. Edozein gurasok hartuko luke hori bere seme-alabentzat. Horretara iristeko, ordea, lan ugari egin behar da, eta txiki-txikitatik askotan. Zenbait gaitasun haur garaian eta nerabezaroan landu behar dira, besteak beste autonomia, autoestimua edo gaitasun kritikoa, eta garaiz egindako lan hori lagungarria gertatuko da helduaroan osasun psikologikoan ager daitezkeen kalteei aurre hartzeko. Heziketa arloan, garapena babesteko faktoreez hitz egiten da; guraso eta irakasleek erabil ditzakete heziketa-tresna horiek, lagundu egiten baitute haurrak orekatuta haz daitezen psikologia ikuspuntutik, eta babestu ere egiten dute nerabezaroan eta gaztaroan ager daitezkeen arrisku batzuetatik (drogen kontsumoa, elikadura-nahasmenduak, era guzietako mendekotasunak edo jarrera oldarkorrak).

Autonomia

Haurrengan autonomia sustatzea lagungarria da izaera independentea eduki dezaten. Gurasoen eta hezitzaileen aholkuak behar izango dituzte, jakina, baina beren kabuz ere hartu ahal izango dituzte erabakiak, eta erantzukizun batzuk ere beren gain hartzeko moduan izango dira, helduak beti gainean egon gabe. Hori lortzeko, helduek azalpenak ematera mugatu behar dute, zereginak nola egin behar dituzten adieraztera, eta haurrari utzi behar diote gainerakoa egiten. Aski izango da pixka bat gainbegiratzea eta zuzenketatxo batzuk egitea; horrela jokatzeko komeni



da, eta ez haurra ikusle soil izatea, helduek zer eta nola egiten duten begira edukitzea.

Haurrari erantzukizunak ematen hasita, haren adinari dagozkionak soilik ematea komeni da. Oso argiak eta zehatzak izan behar dute, zailentzarik ez sortzeko, eta hark egiteko modukoak direla egiaztatu behar da. Horrela soilik lor litezke emaitza onak. Unerik zailenetakoa izaten da haurrak nerabezarora hurbiltzen direnean; egoera horretan, ona izaten da helduek euren iritzia ematea, euren ikuspuntua azaltzea, baina seme-alabei utzi behar zaie aukera egiten, ez da komeni haien ordeztu gurasoek aukeratzea. Eta hanka sartzen badute ere, ongi etorriko zaie, ulertuko baitute euren aukerek ondorioak ekartzen dituztela.

Autoestimua eta segurtasuna

Konfiantza indartzeko eta erabakiak uste sendoz hartzeko, funtsezkoa da haurra gai izatea bere buruari balio ona emateko. Modu ona da, gainera, helduaroan segurtasun faltarik ez agertzeko edo, behintzat, arrisku horri aurre egiteko. Hori lortzeko bide ona da lorpenak nabarmentzea. Zenbaitetan, izan ere, garrantzi gehiegi ematen zaie hutsegitei eta horiek zuzentzeari, eta ongi egindakoak alboratu egiten dira. Gurasoek sustatu duten jokabide batengatik zoriontzen badiutuzte haurrak eta horri balioa ematen badiote, segur aski jokabide hori berri ere agertuko da etorkizunean. >



Haurrak huts egiten duenean, lehenik eta behin, lagundu egin behar zaio hutsegite hori onar dezan, eta ez da jokatu behar deus pasatu ez balitz bezala; ondoren, hutsegitea zuzentzeko bideak jarri behar zaizkio. Kritika eginez gero, ez du izan behar pertsonari begira egina, ekintzari begira baizik. Gauzak azaltzerakoan ere ongi neurtu behar dira esaldiak. Haurrari ez zaio esan behar “zu hau edo hori zara”; hobe da honela hitz egitea: “Egin duzun hori...”.

Gaitasun kritikoa

Irizpide askatasunerako oinarria da, beti besteen iritziaren menpe ez egoteko modurik onena. Pentsamendu autonomia hori lortzeko, haurrek ziur jakin behar dute helduek arreta jarriko dietela eta entzungo dituztela. Ez da komeni helduen irizpidea inposatzea beti, nahiz eta gaitasun gehiago eduki erabakitzeke. Garrantzitsua da etxeko gazteen argudioak entzutea, besterik ez bada ere, ideiak adierazteko gaitasuna landu dezaten eta gustura senti daitezen haien iritziak ere aintzat hartzen dituztela ikusiz. Euren ideiak etengabe zuzentzen aritu ordez, hobe da hizketarako giroa sortzea eta beren iritziak beldurrik gabe ematera bultzatzea. Euren adinari dagozkion erabakiak hartu dituztenean, emaitzei buruzko ebaluazio txiki bat egin daiteke, eta jarrera kritikoa sustatu.

Erantzukizuna

Autonomiari oso lotua dago erantzukizuna, eta alderdi hori erabakigarria izango da helduaroan pertsona hori bere ekintzen jabe izan dadin, bere hutsegiteak onartzeko gaitasuna eduki eta bere bitartekoen bidez. Erabakigarria da, halaber, haurrak ikas dezan moldatu egin behar duela arauak dauden lekuetara. Erantzukizunaren alderdia sustatzeak esan nahi du lehenik etxeko arauak finkatu behar direla, eta horiek ez betetzeak zer zigor izango duen ere bai. Guraso eta helduek eredu ona eman behar diete haurrei, bestela ez baitute edukiko sinisgarritasunik.

Frustrazioa

Haurrentzat eta helduentzat zail egiten da onartzea eurek irudikatu zuten hori ez dela uste zuten bezalakoa, baina haurrekin zailagoa izaten da nork

bere hutsegiteak onartu behar dituela erakustea eta itxaroten jakin behar dela ulertaraztea. Haur eta nerabeak, oro har, idealistak dira, egozentrikoak eta pazientziarik gabeak. Hain zuzen, arrazoi horrexegatik ikasi behar dute euren frustrazioa kontrolatzen. Bestela, haur jarrera erakutsiko dute helduta gero ere.

Frustrazioa eramaten ikasteko modurik onena da, lehen esan dugunaren ildotik, euren hutsegiteen erantzukizuna harraraztea haurrei, harik eta barneratzen duten arte sentimendua naturala dela hori eta edozein testuingurutan ager daitekeela, eta ez dela izutzeko arrazoia bat, ezpada aukera bikaina egoera horri ahalik eta etekin gehien ateratzeko. Haurrak negar egiten badu zerbait lortu ez duelako, haserretzen bada edo sumintzen, gurasoek irmo azaldu behar dute, hau-

rraren nortasuna indartu dadin gurasoen hezitzaile-rola ahuldu gabe. Aukera ona da, gainera, gazteek epe ertain edo luzeko helburuak iristen ikas dezaten eta etorkizunaren ilusioari balioa eman diezaioten.

Garapena babesteko faktore horiek guztiak elkarri lotuta daude, eta horietako bat sustatzearen alde eginez gero, beste guztietan ere eragin ona edukiko du. Ahalegin etengabea egin behar da gaitasun sozialei eta harremanei lotuta dauden alderdiak lantzeko, eta erraza ere izan litekeela esan liteke, gainera, haurrak hainbat sozializazio-eremuri lotuta egoten dira-eta adin horretan: eskola, eskola orduz kanpoko jarduerak, lagun taldea... Denbora eta pazientzia hartu behar dituzte guraso eta hezitzaileek, ez dago beste biderik. //

Frustrazioarekin bizitzen ikasi behar du haurrak, heldua denean ez dezan oraindik haur gisa jokatu

