

Iñigo Otxoa de Alda Psikologian doktorea

Edozein sendiren zimenduak dardaran jar ditzakete eritasunek; halakoetan, laguntzen saiatzen da Iñigo Otxoa de Alda psikologoa.

«Familia osasuntsuak dira oinazea onartzen dutenak»

Arantxa Iraola Donostia

«Lehengoa izango da al da berriro?». Horixe da gaixo dauden pertsonen senideen partetik maizentzuten dudak galdera. Izu-ikara gailentzen da, Iñigo Otxoa de Alda psikologoaren arabera (Gasteiz, 1973), etxekoren bat gaixotasun larri batek jota daukaten senideen galderetan. Ataka zail horretan dauden pertsonak laguntzen saiatzen da, eta gai horri buruz mintzatu zen atzo EHUren udako ikastaroetan, Donostian. *Familia eta gaixotasuna, kolpea, zama eta dolua* hitzaldia eman zuen.

Nola eragiten dute eritasunek familia baten barruan? Izango dira familia guztiek antzera samar bizi dituzten sentimenduak, ezta?

Aipatuko nuke gaixotasun bati aurre egiteko orduan aski garrantzitsua dela familia batentzat berria jasotzeko modua; giltzarria da hori, baina profesionalen partetik oraindik ere sentiberatasun falta ikaragarria dagoela esango nuke. Esaterako, onkologo batek baino gehiagok, tamalez, goiz batean bizpahiru laguni esan behar izaten diete minbizia dutela. Aste osoan asko dira, baina familia bakoitzarentzat lehen aldia da, eta hori aintzakotzat hartu behar da beti; baina profesional batzuei, ahaztu egiten zaie...

Familia batean, ordea, lehegailu baten modukoa da horrelako albiste bat. Itxaropena itzali egiten da eritasun larri bat agertzen denean...

Bai, gaur [atzo] hitzaldia bukatu dudanean, esaterako, emakume gazte bat etorri zait auzaldera gaixotasun bat izan duela, eta ondorioz horren ondorioz, gurasoak galdu dituela, ez dutelako bere gaitza onartu. Azaldu dit berak izugarri hobetu duela, eta aurrera atera dela, baina gurasoek oraindik ere baztertu egiten dutela... Gorpuzaren zati bat geldirik duela esplikatu dit, keinu arraroak egiten dituela aurpegiarekin, eta gaur egun itsusia dela, ez dela lehengoa, eta gurasoek, hain justu, ez

dutela onartzen, ez delako berriro ere lehengoa, gaixotu arte izan zena. Eta, hain justu, gaixotasunen, direla fisiko direla psikologiko, ondorio larriena, hori izaten da familietan; sendi modura eraikitako espektatibak, edo gurasoekikoak eraikitakoak, edo seme-alabekikoak, hautsi egiten dira. Lehengo batean, emakume bati bisita egin nion erietxera; esplikatu zidan beti harreman bikaina izan zuela amarekin, eta espero zuela zahartutakoan amona zoragarria izango zela, eta justu orain, Alzheimerren gaitzarekin, eritasunaren ondorioz, guztiz egoskortuta zegoela, eta berak amarentzat espero zuen zahartaroa guztiz zapuztu zela. Sentimendu horiek, maiz, erruduntasuna ere eragiten dute.

Eta nola aurre egin gaixotasunen ondorioz sortzen diren sentimendu negatibo guztiei?

Argi eta garbi esango dut: sentitzen duguna gure lagun eta ingurukoekin partekatuta. Arazoa familia zabalarekin eta lagunekin partekatzen badugu, gordetzeari uzten badiogu, toxiko izateari lagako dio... Lehendabiziko pausoa gaiari buruz hitz egitea da, horrek eramango baikaitu gu geu arazoa onartzera. Eta hitz egiteak dakar

«Arazoa partekatzen badugu, gordetzeari uzten badiogu, toxiko izateari lagako dio»

«Tamalez, egoismo soziala gailentzen da; galtzen ari gara empatia ahalmena»

onartzea laguntza behar dugula, ez naiz ari esaten psikologo baten laguntza. 'Animo, zuk aurrera egin dezakezu eta!', horixe esango digun lagun bat behar dugu. 'Nahi duzunerako hemen nago ni!'

Baina sarritan zaila da horrelako zer-bait kontatzea, ezta? Ingurukoak izutu egiten dira...



JUAN CARLOS RUIZ / ARGAZKI PRESS

Tamalez, egoismo soziala gailentzen da, guztiz galtzen ari gara empatia ahalmena. Jendea, maiz, bere ziborrari begira itxita gertatzen da, eta ez du ulertzen zeinen garrantzitsua den bere ondoakorentzat laguntza jasotzea.

Beraz, halako gizarte batean, ez da inuzente samarra arazoak partekatzeo mezua bultzatzea?

Horregatik da garrantzitsua guztiok gure inguruan gizarte sare trinko bat eraikitzea; jakina, edonori ezin diozu kontatu zer arazo daukazu. Baina garrantzitsua da inguruan zure lagunak nor diren jakitea; izan ere, soilik benetako laguna bada ulertuko du. Familiak ondo trinkotutako sare sozialera ireki behar du, eta bide horretan ezagun guztiak ez dira adiskideak... Beste zenbait kasutan, berriz, ba laguntza profesionala behar da, psikologo batena.

Zein familiak asmatuko dute hobekien egoera horiei aurre egiten?

Familia idealki ez dago. Familia osasuntsuak dira oinazea onartzen dutenak. 'Ez da deus pasatzen, gu aurrera aterako gara'. Horrek ez du ezertarako balio. Eritasunak sufrimendua dakar, eta hori ezin da ezkutatu. Eta oinaze ho-

rri izena jarri, eta horren arabera berrantolatzen diren familiek aurre egingo diote ongien egoerari.

Eritzen dena pertsona gazte denean, beti da zailagoa, ezta?

Bai. Nolanahi ere, esango nuke, oro har, pertsona gazteek uzten dutela beren burua laguntzen, adineko pertsonak baino gehiago.

Baina pertsona gazte bat gaixotzen denean, hausten diren espektatibak izugarriak dira...

Bai. Eta esango nuke, oro har, eriek hobeto eramaten dutela familiak berak baino. Eriak, behin puntu batetik aurrera, pasatu beharreko krisi guztiak pasatuta, ulertzen du ezin duela hondoa jota beharago egin, eta poliki-poliki burua ateratzen hasten da, alda-keta hori egiten du. Baina familiari ez zaio hori gertatzen. 'Ez da berriro lehengoa izango', esaten du, eta horretan geratzen da sarritan.

Horregatik diozu familia horiek ere dolua pasatu behar dutela, ezta?

Bai, jakina, dolua egin behar da pertsona horren gain zeuden asmo eta helburu guztiengatik. Askotan, espektatiba horien galera askoz ere gogorragoa izaten da familiarentzat, eritasuna bera baino.

Zelaak esan du argitaletxeek garaz egokituko dituztela liburuak curriculumera

Jose Ignacio Munilla gotzainarekin bilduko da Zela, hezkuntza sistemaren emaitza «paregabeak» azaltzeko

Erredakzioa Donostia

Eusko Jaurlaritzako Hezkuntza sailburu Isabel Zelaak adierazi du argitaletxeek ez dutela denborarik izan ikasliburuak curriculum berrira egokituko. «Baina ziur naiz egingo dutela», nabarmendu du. Eusko Jaurlaritzako Donostiako Udalak haur eskolen inguruan hitzarmen bat sinatzeko ekitaldian izan zen atzo Zela, Odon Elorza alkatearekin batera. Hitzarmen horren arabera, 2014ra bitarte %33 igoko dira haur eskolatan eskaintzen diren lekuak Donostian. Sinadura ekitaldian mintzatu zen Zela ikasliburuen inguruan, *El Mundo* egunkariak kaleratutako informazioari erantzunez. Egunkarian zioten argitaletxeek ez dituztela ikasliburuetako mapak eta edukiak curriculum berrira egokitu. «Apirilean aldatu genuen, eta denbora gutxi igaro da egokitzapen hori egiteko».

Zelaak azalduzakoaren arabera, lehen Hezkuntza Sailak berriki eta ontzat ematen zituen testuak. «Gure ustez, hori aldeaz aurreko tentsura da, eta egokiagoa iruditzen zaigu lan hori ondoren egitea».

Ika-mika Munillarekin

Bestalde, eztabaida sortu du herenegun Loiolako basilikan egindako elizkizunean Jose Ignacio Munilla Donostiako gotzainak hezkuntza sistemari egindako kritikak. Munillak «hezkuntza sistemaren porrota» bizi dela adierazi zuen. Elizkizunean zen Zela, eta amaieran erantzun egin zion. Jaurlaritzak bultzatutako hezkuntza sistema babestu du. «Inoizko sistema onena da. Sekula ez da izan hezkuntzara iristeko gaur egun bezalako erraztasunik. Lorpen unibertala da, eta, gainera, gure hezkuntza sistema oso osasuntsu dago. Hezkuntza arrakastako ratio oso onak ditugu». Zela irailan bilduko da Munillarekin, emaitza «paregabe» horien berri emateko. «Hezkuntzaren porrotaz hitz egitea gehiegizkoa da. Gai horri buruz zehaztasunez hitz egin behar da».

Bestalde, Musikeneko proiektua «epeak betez» egingo dela adierazi du Zela. Lanak urte amaieran esleitzea espero du.