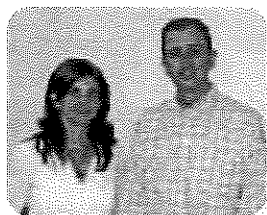


6-11 urte. Banaketa eta dibortzioari aurre egiten: haurren ongizatea.



AINHOA MANZANO FERNANDEZ doktorea

JUAN LUIS MARTIN AYALA doktorea

ETXADI

Familia-Psikologia Unibertsitate Zentroa



Banaketa edota dibortzio kopurua gorantz doa nabarmen: banaketak, salbuespen izatetik, familia askok aurre egin behar dien egoera izatera pasatu dira. **Gertaera horiek estres eta sufrimendu fase bat dira familiako kide guztientzat, baina bereziki seme-alabak mintzen dira** eta gurasoek hartu duten erabakiaren ondorioak murrizten saiatu behar dira.

Gogoan eduki behar dugu haurrek gurasoak elkarrekin bizitzea nahi dutela. Hala ere, **batzutan banaketa edo dibortzioa beharrezkoa da:** gurasoen harremana oso gatazkatsua denean, seme-alabengan ondorio larriak sortzen dituen edota egoera hobetzeko bide guztiak agortu direnean.

Seme-alaben adinaren arabera bizipenak ezberdinak izango dira, egoera ulertu ahal izateko duten gaitasuna ere ezberdina delako. Horrela, haurtxoek gurasoek nolabait transmititzen dituzten aztoramenak antzematen dituzten bitartean, sei urte bitarteko haurrek dira herztura gehien erakusten dutenak. Horiek ez dute ulertzen ematen ari diren sentimenduen konplexutasuna, errudun sentitzeko joera eta egoera behin-behinekoa dela pentsatu ohi dute.

Nola eragiten die gurasoen banaketak sei eta hamaika urte bitarteko haurrei?

- Lehen erakartzen zien gauzekiko pasibotasun eta interes falta erakutsi dezakete.
- Egoera horiek duten hunkipen emozionala dela eta, eskola errendimendua jaitsi daiteke.
- Adin txikiagoetako jokaerak agertu daitezke.
- Portaera-arazoak sor daitezke: bihurrikeria, kasurik ez egitea, autoestimua baxua eta segurtasun eza.
- Arazo somatikoak izan ditzakete zenbaitetan: buruko eta tripako minak...
- Banaketa beraiekiko bazterketa moduan hautematen dute eta ordezkatuak izateko beldurra dute.
- Gurasoen arteko gatazkak larriak izan badira, amarekiko edo aitarekiko sentimenduen borroka jasan dezakete.
- Galdu dutenarekiko tristura eta nostalgia adierazpenak.
- Banatzea erabaki duen gurasoarekiko amorrua edo lotsa senti dezakete.
- Gurasoek bakeak egingo dituztenaren esperantzak izatea.

Hauek dira bikotearen banaketak seme-alabengan ahalik eta min gutxien eragin dezaten ematen ditugun gomendioak:

- Ez pentsatu egoeraz ez dela ohartzen eta azaldu gertatzen ari dena.
- Bere adinera egokitutako hizkuntza erabiliaz, bi kideek egoera berria azaltzea komeni da.

- Haurrek izan ditzaken zalantzak behar adina aldiz argitu.
- Berak inolako errurik ez duela argi utzi.
- Banaketa behin betikoa dela jakinaraztea, honela egoera berrira egokitzen has dadin. Mezu kontrajarriak ematea eta gurasoek bakeak egingo dituztela transmititzea ekidin edo saihestu.
- Abandonatua izatea duen beldurra uxatzea (berak horrela azaldu ala ez) eta argi uztea bikotea banatzen dela eta ez haurra.
- Haurrek, sentitzen duten amorrua eta tristura adierazteko beharra izan dezakete. Sentimendu horiek adieraztea erraztu behar diegu.
- Sosegua eta lasaitasuna transmititu. Horrek haurrei segurtasuna ematen die.
- Beste gurasoarekiko irudi positiboa mantentzea. Aita eta amak seme-alabekiko hezkuntza eta zaintze lanetan kooperazioa mantendu behar dute.
- Haurrek bikotearen istiluetatik kanpo uztea: gai ekonomikoak; norekin nahiago duen egon, gurasoetako baten harreman berriak...
- Pena dela eta ez ditugu gehiegi babestu behar, bere adineko haur bat bezala tratatzen jarraitu behar dugu. Gainontzean, ez diogu hazten lagunduko eta dagokiona baino modu infantilagoan jokatu du.
- Etorkizuna planifikatzea. Seme-alaben egunerokotasunari dagokien gauzei buruz akordioak lortzea.

Lan horiei aurre egiten dieten heinean, haurrek oreka berreskuratzen dute. Bikotearen gatazkatik sortutako ondorioak, bai dibortzioa, bai banaketa, negatiboak izaten dira, baina ez itzulezinak. Banaketa erabaki positiboa da, batik bat horrela haurrek gatazka ikusteari uzten badiete.

Azkenik, **nerabeak izan ohi dira egoera berrira hoberen egokitzen direnak**, izan ere, beraiek dagoeneko banaketaren eta horren arrazoen **ulermen handiagoa izaten dute**. Gainera, etxetik kanpo babes afektiboak ere badituzte eta horrek familiarekiko dependentzia txikiagoa izatera eramaten dituzte. Hala ere, komeni da arriskua ekar ditzaketen hainbat jokabideei erreparatzea (drogen kontsumoa, erlazio sexual goiztiarrak edota jokabide antisoziala)

Liburu gomendatuak:

- Feliú, M.H. (2000). "Acabar bien. Cómo afrontar la separación y el divorcio." Ed. Martínez Roca.
- Largo y Czernin (2005). "Hijos felices de padres separados. Sobre la separación y cómo afecta a los niños" Ed. Medici.
- Mac Gregor. (2006). "El divorcio explicado a los adolescentes. Cómo ayudar a los adolescentes a afrontarlo" Ed. Obelisco.

Bisitatzeko web orria:

www.bilbao.net (familian hezi)

