



# seme-alabak

10. alea / 10º número  
2010eko Ekaina / Junio 2010  
L.G.: SS-1023/07

Gurasoentzat aldizkaria / Revista para padres y madres  
Ordizia - Beasain - Itsasondo - Arama - Alzaga

**DROGA-MENDEKOTASUNEKO PREBENTZIO ZERBITZUA**  
**SERVICIO DE PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS**



✦ **0-5 URTE:**

**HEZIKETAN ELKAR HAZIZ**

✦ **6-11 URTE:**

**LAGUN ARTEAN EUSKARAZ? ZEIN  
HIZKUNTZA AUKERATUKO DUTE  
LAGUNARTEAN ERABILTZEKO?**

✦ **12-18 URTE:**

**KONTSUMO ARDURATSUA**

✦ **ZALANTZEN TXOKOA**

✦ **0-5 AÑOS:**

**EDUCAR Y CRECER JUNTOS**

✦ **6-11 AÑOS:**

**¿EUSKERA ENTRE AMIG@S? ¿QUÉ IDIOMA  
ELEGIRÁN PARA UTILIZARLO ENTRE  
AMIG@S?**

✦ **12-18 AÑOS:**

**CONSUMO RESPONSABLE**

✦ **EL RINCÓN DE LAS DUDAS**



# 0-5 urte. Heziketan elkar haziz



**MARIAN GOIÑOLA ALBERDI**

**Erlazio psikomotrizista  
Atentzio goiztiarra**

Gizarte-eboluzioak haur-heziketa integratua baterantz bultzatu egiten digu. Ama ona eta aita ona izatea zaila da. Beharrezkoa da elkarrekin eta elkarlanean heztea, eta hori gogobetegarri eta estimulagarri izatera ere iritsi daiteke, baldin eta gai bagera haurrak nola garatzen diren eta haiek beren identitate pertsonal eta soziala nola eraikitzen duten behatzeko. Izatez, gurasoen eta haurren arteko lankidetzak horrek denoi laguntzen digu hazten eta pertsona bezala heldzen, bai eta familia- eta gizarte-harreman hobekiak mantentzen ere. Nolanahi ere, prozesu hori ez da berez bakarrik gertatzen, egiteko neketsua da haurrari denbora, ziurtasun afektiboa eta mugak eskaintzeak ahalgin handia eskatzen du-eta.

Esan gabe doa gaur egun seme-alabak zaindu, hezi eta babesteko ardura aitaren eta amaren artean berdin partekatzea jo behar dugula. Hasteko, bikotearen aldetik haurra izateko desira funtsezko elementua da, gero egoki hezteko. Ilusioak, maitasunak eta haurraren gaitasunak bikote hutsa aita eta ama izateko egoeran jartzen ditu; eta horrela, bizitza osorako ikaste-bide bat hasten dute biek, atsegin eta pozezko bide bat, baina baita uko egite eta frustrazio-bide bat, eta heredadutako jarrera batzuk des-ikastea ere familiaren eta ingurune sozialaren mesedetan.

Jakin badakigu haurdunaldiak, erditzeak eta haurraren lehen hilabeteek garrantzi handia dutela; eta, beraz, normala da bikotea edo ama garai horietarako prestatzea. Jakina da haurraren mugimendu, zentzumen eta emozioen garapena amaren sabelean hasten dela; adibidez, jakina da amaren tabakoak, alkoholak, drogek, estresak, emozioek eta abarrek ondorioak izaten dituztela haurraren garapenean.

Haurdunaldian, umekiak eta amak harreman oso berezi eta estua dute elkarrekin, amaren bizitza umeki horren bizitza ere bai baita..., eta bikotearen harremanari ere eragin diezaioke horrek, aita baztertua edo bigarren maila batean sentiaraz dezake.



ke-eta. Horretaz bikoteakidearekin hitz egitea edo sentimenduak partekatzea ona da, guztien mamuak eta beldurrak uxatzeko, eta azkenean hori oso onuragarria izango da jaioko den haurrarentzat ere. Gurasoen arteko konfiantza etorkizuneko seme-alaben konfiantza-iturria da. Era berean, hasiera-hasieratik oso garrantzitsua da aita edo bikotea amaren euskarri eta berme izatea, ama umekiaren babes eta sostengu izan dadin. Komeni da biek guraso izatearen ilusioa partekatzea, atseginezko uneak sortuz, beraien eta etorkizuneko haurraren onerako.

Jaioberriak behar duen lehen gauza giro abegitsua da, ongi etorria izatea, eta amaren gorputzarekin kontaktua, larrua larruaren kontra jartzea; eta amak ezin badu, aitaren gorputzarekin, denentzat hain emozio-karga handikoa den aldaketa handi hori errazteko. Une hauetan hasten da haurraren garapen afektibo-soziala.

Eguneroko interakzioan hasten da heziketa, haurraren oinarriko beharren inguruan (jan, lo, negar, irribarre egin...), hor gauzatzen da heziketa amarekiko eta aitarekiko hartu-emanaren bidez; bestela esateko, beharrezko fisiko eta afektiboak integratuz. Adibidez, janaria ematerakoan, elikagaiez gain, gorputz-kontaktua, begiratuak, usainak, ahotsa... ere eskaintzen zaizkio. Lo lasaitasun gozatsuekin eta amets egitearen

atseginarekin lotzen da. Negarra haurraren lehenengo deia da, eta behar fisiko edo premia psikiko edo minaren... adierazpide ere izan daiteke. Aita/haurra, ama/haurra, egunean eguneko interakzioan, elkarrekin ikasiz doaz gorputz-hizkuntzazko mezu horien bitartez.

Amak haur txikiarekin, aita haur txikiarekin lehen egun, aste eta hilabeteetan duten interakzio/erlazio horretan sortzen da loturri emozionala, eta antolatzen da atxikimendua. Topaketa hori laztanetan, samurtasunaren, elkarriketa afektiboaren, aldi aldi beharrezko asetzearen bitartez sendotzen da. Atxikimendu hori desberdina eta bakarra izaten da seme-alaba bakoitzarengan, eta atxikimendu horren formak baldintzatuko du gerora seme-alaba bakoitzak gainerako pertsonekin, ikaskuntzekin eta bizitzarekin izango duen erlazioatzeko edo harremanetarako modua. Komunikazio-heziketa horretan denok ikasten dugu, gurasoek seme-alabekin, eta seme-alabek beren gurasoekin, plazeraren eta mugen arteko txandakatzea biziz, eta frustrazioa, heziketaren giltza den hori toleratzen ikasiz.

Gurasoek eragina dute seme-alaben heziketan, eta seme-alabek ere badute eragina gurasoengan. Haurrarentzat familia da lehen talde sozializatzailea, beraz merezi du garen eta dugun onena bertan jartzea.

# 0-5 años. Educar y crecer juntos



**MARIAN GOIÑOLA ALBERDI**

**Relación psicomotricista  
Atención temprana**

La evolución social nos impulsa hacia una educación más integrada para el niño/a. Ser buena madre y buen padre es difícil. Pero es necesario educar conjuntamente y en cooperación, e incluso esta tarea puede llegar a ser satisfactoria y estimulante, si somos capaces de observar cómo se desarrollan los niños/as y cómo construyen su identidad personal y social. En efecto, esa tarea común entre padres/madres y niños/niñas nos ayuda a todos a crecer y a madurar como personas, así como a mantener mejores relaciones familiares y sociales. Tal proceso no se da por sí solo, es un quehacer arduo, ya que ofrecer al niño/a tiempo, seguridad afectiva y límites exige un gran esfuerzo.

Hoy día se tiende a compartir por igual entre el padre y la madre la responsabilidad de cuidar, educar y proteger a los hijos/as. El deseo de tener al hijo/hija es esencial para su buen desarrollo posterior. La ilusión, el amor y el pensar en el niño/a pone a la pareja en situación de ser padre y madre; y así, ambos inician un camino de aprendizaje para toda la vida, un camino de placer y alegría, pero también un proceso de renuncia y de frustración e incluso de desaprender ciertas actitudes heredadas en bien de la familia y el entorno social.

Sabemos que el embarazo, el parto y los primeros meses del niño/a tienen una gran importancia; y por tanto, es normal que la pareja o la madre se prepare para ese momento. Es sabido que el desarrollo del movimiento, los sentidos y las emociones empieza en el vientre materno; por ejemplo, se sabe que el tabaco, el alcohol, las drogas, el estrés, las emociones, etc. de la madre tienen consecuencias para el desarrollo del niño/a.

Durante el embarazo, el feto y la madre mantienen una relación muy particular y estrecha entre ambos, pues la vida de la madre es también la vida del feto..., y ello puede afectar a la vida de la pareja, ya que puede hacerle sentir al padre en un segundo plano o excluido. Hablar con la pareja sobre ello y compartir los sentimientos es bueno para disipar los fantasmas y los miedos de todos, y en definitiva, muy beneficioso también para el bebé que va a nacer. La confianza entre el padre y la madre es fuente de confianza para los hijos/as del futuro. También es muy importante desde el comienzo mismo que el padre o la pareja sea soporte y apoyo para la madre, para que ella, a su vez, proteja y sostenga al feto. Es sano que ambos compartan la ilusión de ser padres, creando momentos placenteros para su bien y el del futuro hijo/a.

El recién nacido/a debe ser bien acogido y es importante el contacto con el cuerpo de la madre, o del padre u otros brazos que lo/la acojan, para facilitar ese cambio brusco y de tanta carga emocional para todos. En estos momentos comienza el desarrollo afectivo-social del niño/a.

En la interacción diaria empieza la educación en torno a las necesidades básicas del niño/a (comida, sueño, llanto, sonrisa...) en la comunicación con la madre, el padre u otro adulto se van integrando las necesidades físicas y afectivas. Así, al darle de comer, además de alimentos, se le ofrece también contacto corporal, miradas, olores, voz... El sueño vinculado con la calma sosegada y el placer de soñar. El llanto es la primera llamada del niño/a, pero también puede ser expresión de la necesidad física o psíquica o de algún dolor... De esta manera madre/bebé y padre/bebé en la interacción cotidiana, van aprendiendo conjuntamente a través de ese lenguaje corporal.

En esa interacción/relación exclusiva que la madre con el bebé y el padre con el bebé desarrollan durante los primeros días, semanas y meses, se crea el vínculo emocional, y se organiza el apego. Y ese encuentro se consolida a través de las caricias, la ternura, el diálogo afectivo y la satisfacción de las necesidades de cada momento. Este apego es distinto y único en cada hijo/a, y la forma de este apego condicionará luego el modo de relacionarse que tendrá cada hijo/a con las demás personas, con los aprendizajes y con la vida. En esa relación aprendemos todos, los padres con los hijos/as, y estos con los padres, viviendo la alternancia entre el placer y los límites, y aprendiendo a tolerar la frustración que es la clave de la educación.

Los padres influyen en la educación de los hijos/as, y los hijos/as también influyen en los padres. La familia es el grupo primario de la socialización, por lo que merece la pena que pongamos lo mejor en ella.



# 6-11 urte. Lagunartean euskaraz? Zein hizkuntza aukeratuko dute lagunartean erabiltzeko?



**IÑAKI EIZMENDI**

**Gizarte Hezitzailea**

Gure seme-alabek lagunartean euskaraz erabiltzea nahi izaten dugu. Guraso euskaldunon kasuan, gainera, logikoena horrek ematen du: Etxetik euskara eskaintzen diegu, eskolan nagusiki euskaraz ari dira eta kalean ere euskaraz leku handia du.

Baina, kale erabilera neurketek erakusten dute ez dela beti horrela gertatzen: Ordizian, kaleko euskararen erabilera %40 ingurukoa da gaur egun, eta gazteen artean ere hor inguruan dabil erabilera.

Agian seme-alaben hizkuntza-portaerak ez zaizkigu axolako. Baina, zer egin dezakegu seme-alaben hizkuntza-portaerak axola zaizkigunok? Eragin al dezakegu lagunartean erabiltzeko aukeratuko duten hizkuntzan?

Noski, gurasook ezin dugu ezarri lagunartean erabiliko duten hizkuntza. Baina ideia bat argi izan behar dugu: Seme-alaben hizkuntza-portaeretan eragin gehien gurasook dugu. Eskolak baino eragin handiagoa du familiak hizkuntza-portaeretan.

## **Eredu izaten ahalegindu baina gustura arituz**

Bost urteko alaba bat dut. Oso hitzuna da eta erraz egiten du euskaraz zein gaztelaniaz. Etxean euskaraz egiten dugu eta eskolan ere euskaraz ikasten du. Baina, hiru urte bete zituenerako konturatu ginen pertsona helduren batekin elkarriketa bat sortu nahi bazuen (denda batean adibidez) eta pertsona hori ez bazuen ezagutzen, gaztelaniaz hasten zela. Zergatik? Nondik ikasi zuen ohitura hori? Gurasoon aldetik, dudarik gabe.

Beraz, seme-alaben hizkuntza-portaerak axola bazaizkigu gure hizkuntza-portaerak zaintzetik hasi behar dugu: Imitazioa da ikasteko modurik eraginkorrenetakoa.

Gurasook ahalegindu behar dugu seme-alabentzat hizkuntza-portaeren aldetik erredu izaten. Baina, baldintza garrantzitsu batekin: Gustura aritu behar dugu horretan. Eredu izateak ez du karga astun bat izan behar, gustura egiten dugu zerbait izan daiteke. Lau arlo nagusi hauetan saiatu gaitzke erredu izaten:

- **Etxe barruko harremanetan:** Euskaraz egiten al dugu gurasook? Euskaraz egiten dugunon kasuan, gaztelaniak zenbaterainoko lekua du euskarazko elkarriketa horietan?
- **Etxe barruko hainbat egoeretan:** Zein hizkuntza aukeratzen dugu telebista ikusterakoan? Irratia entzuterakoan? Prentsa erosterakoan?
- **Gure lagunarteko harremanetan:** Lagun euskaldunekin euskaraz egiten al dugu? Guztiekin? Euskaraz diren harreman horietan zenbat leku hartzen du gaztelaniak?



- **Kaleko hainbat egoeretan:** Euskaraz hasten al gara Ordizian eta Ordiziatik kanpo dendetan sartzen garenean? Telefonoz deitzen digutenean euskaraz erantzuten al dugu deitzen diguna nor den ez dakigunean?

Egoera horietan nola jokatzeko dugun ikusita, zertan garen erredu eta zertan izan gaitzkeen ikusi dezakegu. Eredu ez garen arlo horietan, gure buruari erronka txiki batzuk jartzen hasi gaitzke, pauso txiki batzuk ematen. Horretan hasten garen neurrian erredu bihurtzen gara, euskararekiko jokabide aktiboak

hartzen baititugu eta hori transmititu baitezakegu. Neurria norberak jartzen dionez, gustura aritzeko moduak aurkitzea erraza da.

## **Lagundu egin behar diegu hizkuntza ohiturak finkatzen**

Guraso moduan erredua izateaz gain, lagundu diezaiekegu hizkuntza ohitura batzuk finkatzen. Hizkuntza bat baino gehiago jakitea ona da, eta gaztelania ondo ikastea garrantzitsua da, baina guk hizkuntza ohitura batzuk landu nahi baditugu helburua gurea da eta guk lagundu behar diegu horretan. Hau da, gaztelaniaz egitea ez da txarra, baina guk beraien artean euskaraz egitea nahi dugu.

Hemen lagungarri izan daitezkeen lau ideia:

- **Jolastu beraiekin:** Lagunartean jolasean ari direnean tartean sartzea eta beraiekin jolastea oso aproposa da elkarriketak euskarara bideratzeko (beharrezkoa denean) eta hizkuntza-ohiturak finkatzen laguntzeko.
- **Ez egin errieta:** Gaztelaniaz hitz egitea ez da txarra, beraien hizkuntza ere bada. Ikusi dezatela euskaraz egitea nahi duzuela eta errefortzu positiboak ematen dizkiezuela euskaraz ari direnean: animoak, zorionak...
- **Helburu txikiak adostu:** Gaztelaniarako joera hartzen ari badira, helburu txiki batzuk adostu beraiekin, lortu ditzaketen helburua. Adibidez: Jolas hau egingo dugu, baina egiten dugun bitartean denok euskaraz egin behar dugu. Ados? Gu bertan egotean elkarriketak euskarara bideratzeko, helburua lortuko dute eta errefortzu positiboak emango dizkiegu: Oso pozik nago, bihar beste jolas bat!, Banekien nik lortuko zenuela!...
- **Eskola orduz kanpoko jarduerak:** Benetan da garrantzitsua eskola orduz kanpoko jarduerak euskaraz eskaintzea. Euskaraz aritzeko guneak eskaintzen dizkiegu eta gune babestuak dira: Jarduera dinamizatzen duen pertsonak hizkuntza-ohiturak ere landu ditzake.

# 6-11 años. ¿Euskera entre amigos/as? ¿Qué idioma elegirán para utilizarlo entre amigos/as?



**IÑAKI EIZMENDI**

**Educador Social**

Nuestros hijos e hijas estudian en modelos bilingües: En modelos donde la escuela garantiza que aprenderán tanto el euskera como castellano. En estos modelos la presencia del euskera es predominante, pero al ser el castellano la lengua mayoritaria en la sociedad son los modelos que más nos pueden ayudar a que nuestros hijos e hijas lleguen a ser competentes en los dos idiomas.

Pero, ¿Qué idioma elegirán para utilizarlo entre amigos/as? A muchos padres y madres les llama la atención, que aun estudiando predominantemente en euskera, muchos niños y niñas tiendan a hablar en castellano entre ellos. Pero esa situación es muy lógica: los niños/as eligen los idiomas por razones prácticas, eligen el idioma donde más facilidad y recursos tienen para jugar. Normalmente donde más recursos tienen es en el idioma de casa. En los hábitos lingüísticos influye mucho más el idioma de casa que el idioma de la escuela.

Quizás, como padres y madres, no nos importen los hábitos lingüísticos de nuestros hijos/as. Pero a muchos padres y madres sí que nos importan esos hábitos lingüísticos.

En cualquier caso, deberíamos de tener en cuenta estas dos ideas:

- Si queremos que lleguen a ser competentes tanto en euskera como en castellano, nos interesa que utilicen euskera fuera de la escuela.

- Debemos ofrecerles mucha y muy buena relación con los idiomas.

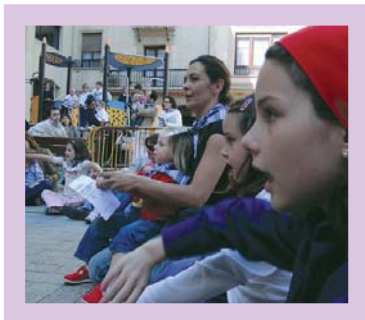
## Uso del euskera fuera de la escuela

Es importante que los niños/as puedan utilizar euskera fuera de la escuela. En los casos que desde casa transmitimos castellano (o algún idioma extranjero) nos interesa que utilicen euskera en otros ámbitos para que lleguen a dominar bien ese idioma. La escuela ofrece el conocimiento del euskera y del castellano (también del inglés), pero no puede garantizar que dominen bien los dos idiomas. El conocimiento será bueno, pero para que tengan facilidad y recursos en los dos idiomas es necesario que utilicen euskera en otros ámbitos.

En Ordizia, con muy poco esfuerzo, les podemos ofrecer ese uso del euskera fuera de la escuela, es suficiente tener claro que nos interesa ese uso y ver que recursos tenemos alrededor para ayudarles a que utilicen euskera.

## Relación grande y positiva con los idiomas

Vivimos en una comunidad plurilingüe, donde los dos idiomas oficiales son el euskera y el castellano. Deberíamos fomentar que para nuestros hijos e hijas el plurilingüismo sea



positivo, y en esa dirección el punto de partida es que la relación con el euskera y el castellano sea grande y positiva.

La relación con el castellano está claro que será buena: Desde casa estamos transmitiendo ese idioma, es el idioma mayoritario también en Ordizia, y nuestros hijos e hijas tienen muchos referentes en ese idioma: culturales, mediáticos, deportivos, musicales...

Podemos fomentar que con el euskera esa relación también sea grande y positiva.

Sin saber euskera, o sabiendo un poco de euskera, podemos ayudar a nuestros hijos e hijas siendo activos hacia ese idioma.

## Algunas ideas prácticas

En los siguientes puntos os proponemos seis ideas para ayudarles a vuestros hijos e hijas a usar más euskera y para ofrecerles una buena relación con el euskera.

- **Ofrecerles actividades extraescolares en euskera:** Si van a participar en actividades extraescolares, intentar elegirlos en euskera. En este tipo de actividades hay un dinamizador que también puede ayudarles en el uso del euskera.
- **Utilizar juegos en euskera:** Aprendernos algunas canciones y frases de juegos en euskera, para poder utilizarlos con ellos. No transmitiremos euskera, pero sí una muy buena relación hacia el idioma: mostramos interés, nos divertimos en un idioma que no sabemos...
- **Utilizar frases de la vida cotidiana en euskera,** también cuando están con los amigos. Por ej: ¿A qué estáis jugando?-¿Zertara ari zarete jolasten?, ¿Que habéis hecho hoy?-¿Zer egin duzue gaur?...
- Pedir a padres y madres que saben euskera **que les hablen a nuestros hijos e hijas en euskera.** Muchos adultos, si nosotros no sabemos euskera, les hablarán a nuestros hijos e hijas en castellano. Les podemos pedir que les hablen a nuestros hijos e hijas en euskera.
- **Darles refuerzos positivos** cuando vemos que nuestros hijos e hijas utilizan euskera, que vean que nos interesa, nos parece adecuado y nos alegramos.
- **No reñirles** si utilizan castellano en situaciones donde nos gustaría que utilizaran euskera. El castellano también es su idioma. Otra cosa es que se den cuenta que nosotros potenciamos que en esas situaciones usen euskera, y lo relacionen con refuerzos positivos.

# 12-18 urte. Kontsumo arduratsua



**AITOR VELAZQUEZ**

***Merkataritza kudeaketako eta marketing-eko teknikari espezialista***

**Kontsumismoa**, ezinbestekoak ez diren ondasun eta zerbitzuak pilatzea, erostea edo kontsumitzea da, edo gizarte talde batean aberastasuna eskuratzeko lehiaketa sustatzen duen sistema politiko eta ekonomikoa da, statusa eta ospea ezaugarri bezala dituen. Aberastasunaren efektu eta ondorioak idealizatzen ditu kontsumismoak; eta kontsumitzea betetasun pertsonala eta zioritasun pertsonala lortzarekin lotzean da.

Kontsumitzaile berri diren horien, baita etorkizunean kontsumitzaile izango diren hezitzaile eta guraso bezala, gure erantzukizuna da beraien, kontsumitzaile bezala, dagozkien betebeharrak ezagutaraztea eta transmititzea.

- Balore etikoak aplikatuz, bere kontsumo eta bizitzeko erarekin jarrera kritikoa izatea.

- Produktua ingurunea eta gizarte kontuan hartuta sortu den, guregana nola iritsi den, eragingo dituen ondorioei buruzko informazioa eskatu eta informatuta egotea.

- Kontsumo murriztea, ondasun materialen jabetzan oinarrituta ez dagoen jokabide-eredu bat aukeratzea, eta horrek ingurumen-inpaktuan eta gizartean eragin zuzena izango du.

- Naturarekiko errespetuzko kontsumo praktikatuz, berrerabiliz, birziklatuz, baita artisau produktu eta produktu ekologikoak kontsumituz.

- Gizarte-egoerarekiko zuzena eta solidarioa den kontsumo praktikatuz, pertsona eta kultura desberdinak errespetatuz, esplotazio eta diskriminaziorik gabekoa izan dadila bermatu.

Horrela, gizartearen aurrean kontsumitzaile berri bezala azaltzeko beharrezkoak diren balioak izango dituzte nerabeek, pertsona kontsumitzaile huts bihurtzen duen sisteman, eta ongizatea bilatzeko helburua ez duten iragarkiez osaturiko publizitate panelen aurrean, beraien burua defendatzeko gai izango dira.

Haur eta nerabeek telebista eta internet aurrean igarotzen dituzten orduetan pentsatuko bagenu, konturatuko ginatke nola hedabide hauek beraien mundua antolatzeke informazio eta esperientzia iturri bihurtu diren. Prozesu horretan parte hartu beharko genuke, jasotzen duten informazio hori guztia ezagutuz eta gure eragin positibo eta aholkuen bitartez beraien erosketara esperientzia baldintzatzen saiatu.

**[www.economiasolidaria.org/node/903](http://www.economiasolidaria.org/node/903) Kontsumo arduratsu bat egiteko 16 aholku.**

Gaur egungo publizitatearen adibide gisa publizitate posizionala aipatu dezakegu. Horrelakoetan publizitatea estrategikoki kokatuta azaltzen da aldizkari, webgune edo telesailetan. Telesail hauen bitartez mirestu eta imitatuko dituzten pertsonaiek sortzen dituzte, beraien erabiltzen dituzten jantziak eta produktuak erosteko aukera ematen delarik [www.elarmariodelatele.com](http://www.elarmariodelatele.com) bezalako webguneen bitartez.



Kontsumitzeko ohitura aldatzea da helburua, lehenetsun eta balioetan aldaketa bat egitea, ondasun materialetan oinarrituta ez dagoen ongizate eta zioritasun eredu aukeratuz.

Gazteek, itxuraz, mundua aldatzeko bokazio txikiagoa azaltzen badute ere, munduan integratzeko behar duten laguntza eskaini behar diegu, etorkizunean osasuntsuago jateko, aisia era eraikitzaileagoan gozatzeko, lan orduak murrizteko eta solidaritatean inbertitzeko bidea izango dute horrela.

Lehenetsun eta balio hauek bereganatzen badituzte kontsumitzeko garaian ez zaie ongizatea eta bizitza kalitatea okertuko, aldiz, gaur egungo munduko egoeran ditugun datu negatibo eta kezkarriak aldatzeko tresnak eskuratu dituzte.

Beraien nortasuna eraikitzen ari diren nerabeengan, beldurra eta antsietatea sortzen saiatzen dira bide desberdinen bidez, era honetan bizitza honen zentzua materialismoan eta berehalako plazeraz osaturiko oasian bilatzen dute. Bizitzan eragiten duten zenbait faktorek, izan ere, terrorismoak, pandemiak edo munduko ekonomia krisiak, eskuragarri dituzten abantaila guztiak kendu diezaiekete.

Programatutako edo planifikatutako zaharkitzean oinarrituta dauden produktu edo zerbitzu batzuk etengabe kontsumitzeko espial batean murgildurik daude, eta ezinezkoa zaie aurrezte, epe motz eta luzeko proiektu garrantzitsuak mugatzen dituzte, aisiaz, lagunekin eta familiarrekin gozatzeko eremua mugatuz.

Hala ere, beraien hitz egitea edo beraien interneten erreferentzia diren bideo, webgune edo giza sareak (Facebook, MySpace, Twitter...) bisitatzea nahikoa da jakinaren gainean daudela konturatuzko, eta gure maitasun eta arretaren zain daude mundua aldatzen hasteko, kontsumismotik urrun zioritsu izateko aukera izatearren.

Kontsumo ezinbestekoa izanik eta egungo bizitza erritmoa azkarra izan arren, gure ingurura begiratzeko astia hartu beharko genuke eta kontsumo arduratsuen atea uste baino gertuago daudela konturatuzko gara, izan ere, guri dagokigu gure haur eta nerabeak ate horietara bideratzea.

# 12-18 años. Consumo responsable



**AITOR VELAZQUEZ**

**Técnico de comercio del Ayuntamiento de Ordizia.  
Técnico especialista en gestión comercial y marketing**

El **Consumismo**, es decir, la acumulación, compra o consumo de bienes y servicios considerados no esenciales, o el sistema político y económico que promueve la adquisición competitiva de riqueza como signo de status y prestigio dentro de un grupo social, idealiza sus efectos y consecuencias asociando su práctica con la obtención de la satisfacción personal e incluso de la felicidad personal.

Como padres y educadores de futuros o nuevos consumidores es nuestra responsabilidad conocer, y así poder transmitir, las obligaciones que les corresponden como consumidores.

- Ser críticos con su consumo y forma de vida, aplicando valores éticos.

- Exigir información e informarse acerca de las condiciones sociales y medioambientales en las que el producto ha sido elaborado, como ha llegado hasta ellos y cuales son sus consecuencias.

- Reducir su consumo, optando por un modelo de bienestar y felicidad no basado en la posesión de bienes materiales, lo cual repercute tanto medioambiental como socialmente.

- Practicar un consumo respetuoso con la naturaleza, reutilizando, reciclando y consumiendo productos ecológicos y artesanos.

- Practicar un consumo solidario y socialmente justo, respetuoso también con las personas y las culturas, sin discriminación ni explotación.

Los adolescentes tendrán así los valores necesarios para presentarse en sociedad como nuevos consumidores y poder defenderse en un sistema que reduce a las personas al papel de meros consumidores, expuestos a una publicidad que bombardea con anuncios cuyo objetivo no es el bienestar.

Pensando en las horas de TV e Internet que consumen los niños y adolescentes advertimos que estos medios se han convertido en una fuente de experiencias e información para organizar su mundo, en el cual debemos participar acercándonos a ellos y conociendo el contenido de todo aquello que les alcanza, para tratar así de condicionar sus experiencias de compra con nuestra influencia positiva y nuestros consejos.

## **16 consejos para un consumo responsable en [www.economiasolidaria.org/node/903](http://www.economiasolidaria.org/node/903)**

Como ejemplo actual de publicidad podríamos mencionar la *publicidad posicional*, un tipo de publicidad que se encuentra estratégicamente colocada en revistas, páginas Web o series de televisión. Estas series crean personajes a los que idolatrar e imitar, existiendo la posibilidad de adquirir, accediendo a páginas como [www.elarmariodelatele.com](http://www.elarmariodelatele.com), las prendas y productos que estos han utilizado



Se trata de cambiar el hábito de consumismo, optando por un modelo de bienestar y felicidad no basado en la posesión de bienes materiales, y un cambio en la escala de valores y en las prioridades.

Aunque aparentemente los jóvenes tienen menos vocación para intentar cambiar el mundo, debemos ayudarles en su lucha por integrarse en el, esto les permitiría en un futuro dedicar una mayor parte de su presupuesto a comer de forma sana, disfrutar su ocio de una manera más constructiva, reducir su tiempo de trabajo, invertir en solidaridad, etc.

La incorporación en el consumo de estos valores y prioridades no disminuiría el bienestar y la calidad de vida, más bien todo lo contrario, y ayudaría a transformar los negativos e injustos datos que nos presenta actualmente la situación mundial.

A través de diferentes medios se genera el miedo y la ansiedad necesaria para que estos adolescentes, que están inmersos en el proceso de construcción de su personalidad, busquen en el materialismo una salida a sus temores y un oasis de placeres instantáneos en el que buscar sentido a una vida en la que el terrorismo, una pandemia o una crisis económica mundial puedan ser el punto final de cara a seguir disfrutando de todos los privilegios que hoy tienen a su alcance.

Están inmersos en una espiral consumista que les convierte en devoradores de productos o servicios que, con una *obsolescencia planificada* o programada, no les permiten el ahorro, limitando a medio y largo plazo sus proyectos más importantes o su espacio para disfrutar del ocio, los amigos y la familia.

Sin embargo, bastaría hablar con ellos o visitar las páginas Web, redes sociales (*Facebook, MySpace, Twitter...*) o videos que para ellos son referencia en Internet, para descubrir que son conscientes de la situación y que demandan nuestro cariño y atención para ayudarles a cambiar el mundo y así poder ser felices más allá del consumismo.

A pesar del ritmo de vida actual, y siendo inevitable consumir, debemos parar, mirar alrededor y darnos cuenta de que las puertas de acceso al consumo responsable están a la vuelta de la esquina, y que nos corresponde guiarles en el camino hacia ellas.

# Zalantzen Txokoa



**Kaixo, 5 urteko nire alabak ikastetxean hasiera zaila izan zuen 3 urterekin, negarrez eta pixa egiten aritu zen 5 hilabetez, psikologo batengana jo genuen eta bere andereinoarekin hitz egin genuen eta dena aldatzen hasi zen. Baina berriro eta zergatik jakin gabe, berriro hasi da duela aste batzuetatik hona eskolako helduekin ez hitz egiten, gelan ez du ezertan parte hartzen. Eta galdetzen diotenean aurpegia ezkututzen du. Etxean goize-ro eskolara ez duela joan nahi esaten hasi da, nekaldi bat da, gaur ia pijaman jantzita eraman dut ni ez jotzeko, niri oihu ez egiteko eta bera bakarrik jazten ez uzteagatik. Oso gaizki pasatzen ari gara. Lagunduko al diguzue mesedez?**

Guraso agurgarriak:

Galdera hau irakurtzean ez dakit ama baten ala aita baten aurrean nagoen. Beraz biei erantzungo diet. Esaera batek hau dio: “ondo planteatutako arazo bat konpondutako arazoa da” eta nik erantsiko nuke pertsonaren psikismoan “lantzen ez dena errepikatzen dela”: Hau da, arazoa berriro errepikatzen bada, kasuaren amaiera terapeutikoa ez zen gertatu eta konpondu. Sintomatologiaren kontzientzia hartzea garrantzitsua da eta noski, sintomatologia berriro azalduko da psikismoak prozesatu eta elaboratu ez badu. Arazoek bertan dira eta zure alabaren eskola-egoera desberdina izan. Arazoa eskolan agertzen den arren, ez da nahi eta nahi ez bertan sortu behar. Han errepikatu baldin bada, beste lekuetan eta beste modu batzuetara berriro gertatu ahal izango da.

Zure kontakizuna ez da oso argia. Ez duzu zehazten lantzen duzuen ezkutuko arazo multzoa zein izan den. Bakarrik agerian dagoen sintomatologia kontatzen duzu. Beste modu batera esanda, gauza bat arazoa da eta beste bat arazo horren adierazpena. Sintomatologia beste “gauza” baten ondorioa da.

“Psikologo baten kontsultara joatea” ez da prozesu magiko bat, hau da, honek ez dakar gatazka bat besterik gabe konpontzea. Beste gauza batzuen artean zergatiak ezagutzera, onartzera, lantzeraz, eta konpontzeraz joaten zara kontsultara; prozesu horrek denbora eta prozesuarekiko konpromisoa eskatzen du.

Modu honetan gertatzen ez denean eta arazo multzoaren jatorriei buruzko kontzientzia hartzea falta denean, sintomak berriro errepikatzen dira. Batzuetan eskenatokia berdina da (eskola) baina beste baldintza batzuekin edo beste leku batzuetan ere gerta liteke. “Zergatik jakin gabe” adierazpenak prozesu terapeutikoak oraindik jarraipena behar duela esan nahi du.

Beste ikuspegi batetik, arauak eta jarraibideak modu argian, adinaren arabera finkatu behar dira, neskek barnera

ditzan eta berarentzat zein familiarentzat egoera desatseginak saihestu daitezzen. Horrela, aldaketak dakartzaten etorkizuneko beste etapen amaieran prebentzio lana ere egingo da

Ama eta aita: berriro diot garrantzitsua dela zeuoi galdetzea zer gertatzen zaizuen zuen alaba ezin duzelako geldiarazi eta berak joko zaituztenaren beldurra aipatzen duzuenean. Hemen ez da bakarrik zuen alabaren zailtasuna agertzen baita zuena ere.

Horregatik arazoa ez da “eskolara joatea”, familia baren egoera konplexuago baten ondorioa da. Beraz, aurkituko dituzuen beste gauzen artean, mugak jartzea beharrezkoa da.

**2. 11 urteko nire semea beti izan da oso sentibera, burutsua, argia eta arduraduna, baina beti autostestima baxua izan du (gehiegi pisatzen du) nahiz eta lagun asko izan eta erraztasunarekin erlazionatzen den, baina porroterako tolerantzia baxua du. Errazegi negar egiten du eta orain aurrenerabezarotan sartzen ari denez arazo bat sortu zaio, jende guztiak presionatzen du edozer gauzagaratik hain erraz eta hainbeste negar egin ez dezan (bere aitak, irakasleek, lagunek, e.a.) eta “negarti” etiketa jarri diote dagoeneko eta agobiatuta sentitzen da, eta ez du eskolara joan nahi. Joan den egunean irakasleak gelatik bota zuen negarrez hasi zelako denen aurrean buruketa bat ondo ateratzen ez zitzaiolako. Bere aitak ez du asko laguntzen hain “maritxua” ez izateko zakarki esaten diolako, eta aitak ez du jasaten bere semea hain biguna izatea, semeak gogorrago izatearen itxura egin nahi du baina zenbait egoeren aurrean ezin du negarra saihestu. Niri laguntza eskatu dit eta nigan babesten da, zer egin dezaket?**

Ama agurgarria:

Zure semeaz egiten duzun deskribapenean desberdintasun batzuk ikus daitezke, adibidez, zuk zure semea nola ikusten duzun eta berak bere burua nola ikusten duen zuk duzun susmoa. Era berean, adierazpen desberdinak daude, zure semearen zugarako hurbilketari dagokionez eta zure semeak bere aitaren espektatibak betetzeko dituen zailtasunei buruzkoak ere.

Bestalde, gogora ezazu soilik norbaitek bere burua presionatzen uzten duenean “presionatzen dutela” eta gainera presionatzeko aukera ematen duten ezaugarriak adierazten dituela, nahiz eta egoera horretan jartzeko kontzientziarik edo borondaterik ez izan, ez du beti berak aukeratzen. Kasu



## **Analia del Valle Sánchez** **Nortasuna, ebaluazioa eta tratamendu** **psikologikoen saila** **EHUko Psikologia Fakultateko Irakaslea**



hauetan modu osasuntsuan erantzuteko bere nia sendotzen duten defentsak falta zaizkiola uste dugu. Ikuspegi hone-tatik, negarra erantzun bat izan daiteke oraindik mekanis-mo osasuntsuagorik aurkitzen ez duelako.

Zugan “babesten” dela diozu eta “laguntza eskatzen” di-zula, hau positiboa izan daiteke bere “ezkutu” propioak aur-kitzera bultzatzen badu. Laguntza eskatzen badu, zugan eta zure senarrarengan aurkitzeko aukera izango du.

Laguntza eskatzen duenak bere zailtasuna ezagutzen duen norbait da. Entzun egin behar zaio eta horren arabe-ra jokatu. Gertatzen zaionari buruzko “insight”a egiteko ego-eran egon liteke eta arazoa gainditu. Handik sintomatolo-gia itzultzeko aukera izango luke, prozesu horrek denbora beharko du eta ekintza terapeutiko baten laguntza behar-ko du.

**3. Kaixo, 17 urteko anaia bat dut eta urrian 18 urte beteko ditu. Egunero berarekin eztabaidatzen dugu, esaten diozun edozer gauza ez zaio ondo iru-ditzen, ez dio inori kasu egiten, ez du inongo erres-petorik, zerbait esaten diozunean erantzun txarrak ematen ditu, ez dakit konfiantza handia duelako ote den, egia esan ez dakit. Nire ama depresio batean sartzeko zorian dago, Ez dakit zer egin edo nondik jarraitu. Nire anaiarekin hitz egiten dut beti eta bera ulertzen saiatzen naiz, esaten diot gauzak ez direla horrela egiten, gurasoek ez dutela hau merezi eta badirudi ulertzen duela baina 3 egun pasatzen dira eta lehen bezala jarraitzen du. Gurasoen mugiko-rra hartzen du eta denbora luzez hizketan aritzen da, mugikorra eskatzen diogunean oihuka hasten da, guk bera izorratu nahi dugula esaten digu. Be-rez ez da pertsona txarra baina ez dakit zer gerta-tzen zaion, ez zaio etxean egotea gustatzen, oso ixila da, asko kostatzen zaio bere sentimenduak adieraztea. Badirudi guztia berdin zaiola eta axo-la dion gauza bakarra lagunekin kalean egotea dela, eta parranda egitea . Laguntzea eskertuko nuke.**

Anaia agurgarria:

Ikus dezakezunez ez dakit mutila ala neska zaren, zure kontsulta irakurtzean badirudi zure familian rola erabat al-datuta daudela: zure anaiarekin zure semea izango balitz be-zala jokatzeko duzu eta zure gurasoak zure anai-arrebak ba-lira bezala ikusten dituzu. Beharrezkoa da zure rola zehazten hastea eta hortik aurrera zure partaidetza eta konpromisoa aldatu egingo dira ( ez hain indartsua eta operatiboagoa).

Zure ama “depresio batean sartzeko zorian dagoela” dio-zu. Nola dakizu prozesu depresibo batean eroriko dela? Ho-rri buruzko diagnostikorik ba al dago? Garrantzitsua da hau kontuan izatea, zeren batzuetan terminologia psikologikoa ez baita modu egokian erabiltzen. Zure susmoa zehatza ba-litz, aurreikusi liteke, baina diagnostikoa osasun arloko pro-fesional batek baieztatu beharko luke.

Familia-sisteman zure rola zein den argitu beharko ze-nuke, arazo multzoa birformulatzeko eta horrela gertatzen denari buruz lan egiten hasteko aukera emango lizuke. Bes-teen artean landu daitezkeen bi arazo multzo ikus daitezke, bata zure anaiaren jokabidea da eta bestea zure gurasoei eta zuri gertatzen zaizuen. Azkeneko hau berehala landu daitezkeen zerbait da. Ezin duzu anaia aldatzera behartu, saia-keran familia gehiago kaltetu dezakezulako, baina beste ikus-puntu batetik familiako kideak kokapena aldatu dezakezue. Gogoan izan denbora gutxi barru adin nagusikoa izango dela (18 urtekoa) eta horrek egoerari aurre egiteko modua al-datuko luke. Zure anaia egiten dezakezuna mugatua da baina zure gurasoengatik asko egin dezakezu.

Zuk ere zalantzak al dituzu?

Txoko honetan argitu nahiko al zenituzke?

Idatzi helbide elektronikoa honetara eta zure erantzuna jasoko duzu hurrengo

aldizkarian: [gizarteongizatea@ordizia.org](mailto:gizarteongizatea@ordizia.org)

**GOGORATU ZURE ZALANTZA ERABAT ANONIMOA IZANGO DELA!**

# El rincón de las dudas

**Hola, mi hija de 5 años tuvo un inicio difícil en el colegio cuando tenía 3 años. Estuvo llorando y oriñándose durante 5 meses. Acudimos a una psicóloga y hablamos con su maestra, de forma que todo empezó a cambiar. Pero de nuevo y sin saber por qué, desde hace unas semanas ha vuelto a no hablar con los adultos del colegio, a no participar en clase. Y cuando le preguntan esconde su cara. En casa todas las mañanas ha empezado a decir que no quiere ir al colegio, es un martirio. Hoy casi le he llevado al colegio en pijama para evitar que me pegara, me gritara y por no dejarle a ella vestirse sola. Estamos pasándolo muy mal. Por favor, ¿nos podéis ayudar?**

Estimados padres:

Cuando leo esta pregunta no sé si estoy frente a una mamá o a un papá, así que me dirigiré a ambos. Reza el dicho: “un problema bien planteado es un problema resuelto” y yo agregaría que en el psiquismo de un sujeto, “lo que no se elabora se repite”. Esto significa que si se reincide no fue finalizado y resuelto el abordaje terapéutico del caso. La toma de conciencia de la sintomatología es importante, por supuesto que ésta va a retomar si no está procesado y elaborado por el psiquismo. La problemática seguirá estando aunque la situación escolar de su hija sea diferente. Si bien se manifiesta en la escuela, no necesariamente se generó allí. Si se repitió, puede volver a hacerse en otros lugares o de otra manera.

Su relato está poco claro. No especifica cuál ha sido la problemática de fondo que han trabajado. Sólo cuenta la sintomatología manifiesta. Dicho de otra manera, una cosa es el problema y otra es la manifestación de dicho problema. La sintomatología es consecuencia de otra “cosa”.

“Acudir a una consulta psicológica” no es un proceso mágico, es decir, no implica la resolución de un conflicto. Se acude buscando entre otras cosas, saber los por qué, asumirlo, trabajarlo, elaborarlo y resolverlo; proceso que lleva tiempo y compromiso con el mismo.

Cuando no se da de esta manera y falta la toma de conciencia sobre las causas de la problemática por supuesto, los síntomas vuelven a repetirse. A veces el escenario es el mismo (escuela) como también podría ser en otras circunstancias o lugares. La expresión “sin saber por qué” da cuenta que el proceso terapéutico requiere aún continuidad.

Desde otro lugar, las normas y pautas deben ser puestas en forma clara, acorde con la edad, para que la niña las internalice evitando situaciones de desborde por el alto contenido angustioso para ella y su familia. De esta manera,

se hará también un trabajo de prevención para el abordaje futuro en otras etapas que impliquen cambios.

Papá y mamá: reitero que es importante interrogarse sobre lo que les pasa a ustedes que no pueden poner freno y temen ser agredidos por su propia hija. Se registra aquí no sólo la dificultad de su hija sino también la de ustedes.

Por eso el problema no es “ir al colegio”, es consecuencia de toda una situación familiar más compleja. Por lo tanto, entre otras cosas que irán descubriendo, hace falta poner límites.

**2. Mi hijo de 11 años siempre ha sido muy sensible, inteligente, listo y responsable, pero siempre ha tenido una baja autoestima (tiene exceso de peso) a pesar de tener muchos amigos y tener facilidad para hacer amigos. Tiene baja tolerancia a la frustración. Lloro fácilmente y ahora que está empezando su adolescencia, se está convirtiendo en un problema. Todo el mundo le presiona por cualquier cosa y también para que no llore tanto (su padre, los profesores, los amigos, etc.) pero le han puesto la etiqueta de “llorón” y él está agobiado. Dice que no quiere ir todos los días al colegio. El otro día el profesor le echó de clase porque empezó a llorar delante de todos como consecuencia de no saber realizar bien un ejercicio. Su padre no le ayuda mucho porque le dice que no sea tan “marica” y no soporta que su hijo sea tan blando. El hijo quiere aparentar y hacerse el duro pero ante determinadas situaciones no puede controlar el llanto y no lo puede evitar. Me pide ayuda a mí y se escuda en mí, ¿qué puedo hacer?**

Estimada mamá:

En la descripción que ud. hace de su hijo, se pueden observar una serie de diferencias, por ejemplo, la percepción de cómo ud. ve a su hijo y cómo ud. sospecha que él se percibe. Así mismo también hay diferentes manifestaciones en lo que respecta al acercamiento de su hijo hacia ud. y la dificultad que él tiene de contentar las expectativas de su padre.

Por otro lado, recuerde que “se presiona” sólo a quien se deja presionar y además muestra las características que posibilitan que lo presionen, aunque no exista una conciencia o voluntad de colocarse en esa situación, no siempre es su elección. En estos casos concluimos la falta de defensas que fortifican su yo para responder en forma saludable. Desde este sentido el llanto podría ser una respues-

**Analia del Valle Sánchez**  
**Psicóloga**  
**Profesora del Dpto. de Personalidad,**  
**Evaluación y Tratamientos Psicológicos**  
**de la Facultad de Psicología de la UPV**



ta porque todavía no encontró otro mecanismo que sea más saludable.

Dice que “se escuda” en ud. y que le “pide ayuda”, esto podría ser positivo siempre y cuando lo lleve a encontrar sus propios “escudos”. Si pide ayuda, tiene la posibilidad de encontrarla entre ud. y su esposo.

Quien pide ayuda, es alguien que hizo consciente su dificultad. Hay que escucharlo y obrar en consecuencia. Ya que podría estar en condiciones de hacer “insight” de lo que le pasa y abordarlo. Desde allí posibilitaría revertir la sintomatología, proceso que puede llevar tiempo y debe estar sostenido desde una acción terapéutica.

**3. Hola, tengo un hermano de 17 años y en octubre cumplirá 18. Todos los días hay discusiones con él, cualquier cosa que le digas no le parece bien, no le hace caso a nadie, no respeta a nadie, cuando le dices algo responde de mala manera (dando malas respuestas), no sé si se trata de que tiene demasiada confianza en sí mismo, la verdad, no lo sé. Mi madre está a punto de caer en una depresión. No sabe qué hace ni cómo actuar. Yo hablo siempre con mi hermano, intento entenderle, le digo que las cosas no son como él las ve, que nuestros padres no se merecen lo que les está haciendo pero pasan 3 días y las cosas siguen igual que antes. Coge el móvil de mis padres y se tira horas hablando, si le pedimos el móvil empieza a gritar. Él nos dice que sólo le queremos fastidiar. En el fondo no es mala persona pero no entiendo lo que le está pasando. No le gusta estar en casa, es muy callado, le cuesta mucho expresar sus sentimientos. Parece que todo le da igual y lo único que le importa es estar con sus amigos en la calle, hacer juergas. Agradecería que me ayudarais.**

Estimado hermano:

Como verás no tengo claro el género de quien escribe, leyendo tu consulta parece ser que en tu familia están totalmente cambiados los roles: te manejas con tu hermano como si fuera tu hijo y asemejas a tus padres como tus hermanos. Se hace necesario por comenzar a clarificar tu rol y desde allí tu participación y compromiso va a ser diferente (menos impotente y más operativo).

Dices que tu madre está “a punto de caer en una depresión”. ¿Cómo sabes que va a caer en un proceso depresivo? ¿Hay un diagnóstico al respecto? Es importante tener en cuenta esto, porque a veces la terminología psicológica no está usada en forma adecuada. Si tu suposición fuera exacta, se podría prevenir, pero el diagnóstico debe ser confirmado por un profesional sanitario.

Aclarar cuál es tu rol en el sistema familiar te posibilitaría reformular la problemática y así empezar a trabajar sobre lo que pasa. Se registran dos problemáticas a abordar, entre otras, una es la conducta de tu hermano y otra es lo que os ocurre a tus padres y a ti. Esto último más factible de abordaje inmediato. No puedes forzar a tu hermano a un cambio, porque en el intento os podéis perjudicar aún más como familia, pero sí podéis posicionarnos como miembros familiares desde un lugar diferente. Recuerda que pronto será mayor de edad (18 años) y eso modificaría la forma de enfrentar la situación. Es limitado lo que puedes hacer por tu hermano pero mucho puedes hacer por tus padres.

¿Tú también tienes dudas?

¿Te gustaría aclararlas en este rincón?

Escribe tu duda a este correo electrónico y recibirás tu respuesta en la siguiente revista: **[gizarteongizatea@ordizia.org](mailto:gizarteongizatea@ordizia.org)**

**¡NO OLVIDES QUE TU DUDA SERA TRATADA CON TOTAL ANONIMATO!**



## Zer nahi dugu gure seme-alabentzat?

Lerro hauen bidez “garatuak” deituriko herrialdetan dugun bizi-moduarenganako nire kezka azaldu nahi dizuet. Herrialdeei buruz baino pertsoneri buruz ari naiz, benetan hauek interesatzen zaizkidalako. Gure oinarrizko beharrak asetuta ditugunok, funtsezkoak diren beharrei ez diegu kasu handirik egiten. Gure alderdi pertsonalenaren zainketari ez diegu jaramonik egiten, gure balore “gizatiarrenak” galtzen ditugu batzuetan. Zenbat eta ondasun gehiago izan, orduan eta gehiago galtzen dugu pertsona bezala. Badi-rudi lortu duguna galtzeko beldur garela eta hori mantentzeko edozein gauzak balio duela.

Materiala garrantzitsuena dela iruditzen zaigu, izugarritzko etxea, primerako kotxea, egundoko oporrak, marka ezin hobek izatea. Gure barrualdea, gure sentimenduak, gure baloreak baztertzen ditugu aipatutako guzti hori mantentzearen, batzuetan gure gorputzak ere horren aurka egiten du eta estresaren aurkako, lo egiteko, ... pilulak hartu behar ditugu. Ez gara ohartzen baina hau guztia gure seme-alabek jasotzen dute zuzenean.

Munduko herrialde txiroenetako bateko bizimodua ezagutzeko aukera izan dut eta esan dezaket aldeak min ematen duela, baita lotsa ere. Ez da topiko bat, benetakoa da, duten apurra eskaintzen dizute eta onartzen ez baduzu irainduak sentitzen dira. Horrekin batera, **barre egiten dute**, bai, bai, barre egin eta eskerrak ematen dizute gainera.

Gure haurtzaroan, nirean gutxienez, gauzak erdibanatzen, esker-rak ematen, helduak errespetatzen erakusten ziguten, gaur egun gauza horiek guztiak desagertzeko zorian daudela uste dut, eta nire galdera, nire beldurra hau da: zer gertatuko da gure gazteekin balore hauek ez badituzte? Zer gertatuko zaigu guri etorkizunean?

Nik neuk **gure zoriona garenaren menpe dagoela uste dut, ez dugunaren menpe**, ditugun gauzeekin egiten dugunarengan ere...

Mundu guztiak bezala, nire seme-alabentzat onena nahi dut, horretan ez diet lehentasuna ematen ingeniariari, lorazainari edo sendagileari; hau betirako ez dela jakinik bizitzatik pasako diren pertsoneri ematen diet lehentasuna, bere bidaian lagun hurkoari lagunduko dietenei, errespetatuko dutenei, maitasunez biziko direnei, maitasuna lurperatzen ez dutenei.. bizitzari barre egingo dietenei!

Seme bat eta bi alaba dituen ama bat.

Ordizia

## ¿Qué queremos para nuestros hijos e hijas?

Desde estas líneas quiero mostrar mi preocupación por la nueva forma de vida que vamos tomando los países que nos venimos a llamar “desarrollados”. Más que los países las propias personas que es lo que en realidad me interesa, las personas que tenemos todas nuestras necesidades básicas cubiertas y sin embargo desatendemos las necesidades “esenciales”, desatendemos el cuidado de nuestra parte más personal, perdemos nuestros valores más humanos, a veces, cuanto más material tenemos, más perdemos como personas, parece que tenemos miedo a perder lo conseguido y todo vale para mantenerlo.

Lo material nos parece lo más importante, súper casa, súper coche, súper vacaciones, súper marcas. Nuestro interior, nuestros sentimientos, nuestros valores los apartamos para conseguir y mantener todo esto mencionado, en ocasiones nuestro propio cuerpo llega a revelarse y tenemos que tomar pastillas para el stress, para dormir, etc. No nos damos cuenta pero todo esto lo reciben nuestros hijos e hijas directamente.

He tenido la suerte de conocer un poquito la vida en uno de los países más pobres del mundo y puedo asegurar que el contraste duele, e incluso avergüenza. No es un tópico, es totalmente real, te ofrecen lo poco que tienen y se ofenden si no lo compartes. Y aún hay más, **sonríen**, si, si, sonrían y dan gracias.

En nuestra infancia, al menos a mi, también nos enseñaban a compartir, a dar gracias, a respetar a los mayores, todas estas cosas que hoy en día siento que tienden a desaparecer, y mi pregunta, mi miedo es ¿qué será de nuestros jóvenes sin estos valores? ¿Qué será de nosotros y nosotras en el futuro?

Personalmente creo que **nuestra felicidad depende de lo que somos, no de lo que tenemos**, está también, en lo que haremos con lo que tenemos...

Como todo el mundo deseo lo mejor para mis hijos e hijas, en ello no priorizo ingenieros, jardineros o doctoras, priorizo personas que pasen por la vida sabiendo que esto no es para siempre, que ayuden al prójimo en su viaje, que respeten, personas que vivan con amor, que no lo entierren.... que sonrían a la vida!

Madre de un hijo y dos hijas.

Ordizia